

**DEPRESI MAYOR TOKOH UTAMA DALAM NOVEL *SEPORSI MIE AYAM SEBELUM MATI* KARYA BRIAN KRISNA DAN
IMPLIKASINYA DALAM PEMBELAJARAN
BAHASA INDONESIA DI SMA**

(Skripsi)

Oleh

**KHAERUL FIKRI
NPM 2213041092**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2026**

**DEPRESI MAYOR TOKOH UTAMA DALAM NOVEL *SEPORSI MIE
AYAM SEBELUM MATI* KARYA BRIAN KRISNA DAN
IMPLIKASINYA DALAM PEMBELAJARAN
BAHASA INDONESIA DI SMA**

Oleh

KHAERUL FIKRI

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
2026**

ABSTRAK

DEPRESI MAYOR TOKOH UTAMA DALAM NOVEL *SEPORSI MIE AYAM SEBELUM MATI* KARYA BRIAN KRISNA DAN IMPLIKASINYA DALAM PEMBELAJARAN BAHASA INDONESIA DI SMA

Oleh

KHAERUL FIKRI

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan depresi mayor tokoh utama dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna berdasarkan pendekatan psikologi sastra, teori psikoanalisis Sigmund Freud, dan kriteria *major depressive episode*, serta implikasinya terhadap pembelajaran Bahasa Indonesia Fase F. Penelitian ini menerapkan metode penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan objektif sastra. Data dalam penelitian ini berupa kutipan-kutipan yang mengandung gejala-gejala depresi mayor. Sumber data dalam penelitian ini adalah novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh utama dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna mengalami depresi mayor, yang tercermin melalui gejala-gejala depresi mayor. Gejala depresi mayor yang dialami tokoh utama terdiri atas gejala perasaan suasana hati yang tertekan, minat atau kesenangan yang menurun drastis, agitasi atau keterbelakangan psikomotorik, kelelahan dan kehilangan energi, perasaan tidak berharga atau bersalah berlebihan, berkurangnya kemampuan berpikir, berkonsentrasi atau keragu-raguan, dan pikiran berulang tentang kematian. Dari keseluruhan isi novel ditemukan 101 data yang mencerminkan gejala depresi mayor.

Hasil penelitian ini dapat diimplikasikan dalam pembelajaran bahasa Indonesia Kurikulum Merdeka pada Fase F kelas XI. Hasil penelitian ini relevan digunakan sebagai bahan ajar pada elemen membaca untuk capaian pembelajaran mengapresiasi berbagai tipe teks berwujud teks visual dan/atau audiovisual melalui kegiatan membaca mendalam. Data penelitian dimanfaatkan untuk melatih peserta didik mengidentifikasi kondisi psikologis tokoh serta membandingkannya dengan informasi nonfiksi, sehingga peserta didik mampu menilai representasi karya sastra dengan realitas sosial. Melalui pendekatan *deep learning*, kegiatan tersebut juga mendorong pemahan mengenai isu kesehatan mental melalui prinsip *mindful*, *meaningful*, dan *joyful learning* sehingga peserta didik tidak hanya memahami isi teks, tetapi juga mampu merefleksikan keterkaitannya dengan kehidupan nyata.

Kata Kunci: depresi mayor, novel, pembelajaran Bahasa Indonesia

ABSTRACT

MAJOR DEPRESSION IN THE MAIN CHARACTER OF THE NOVEL SEPORSI MIE AYAM SEBELUM MATI BY BRIAN KRISNA AND ITS IMPLICATIONS FOR INDONESIAN LANGUAGE EDUCATION IN HIGH SCHOOL

By

KHAERUL FIKRI

This study aims to describe the major depression experienced by the main character in Brian Krisna's novel Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati based on a literary psychology approach, Sigmund Freud's psychoanalytic theory, and the criteria for a major depressive episode, as well as its implications for Indonesian language learning in Phase F. This study employs a qualitative research method using a literary objective approach. The data in this study consist of quotations containing symptoms of major depression. The data source for this study is the novel Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati by Brian Krisna.

The results of the study indicate that the main character in Brian Krisna's novel Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati experiences major depression, as reflected through the symptoms of major depression. The symptoms of major depression experienced by the main character consist of a depressed mood, a drastic decrease in interest or pleasure, agitation or psychomotor retardation, fatigue and loss of energy, feelings of worthlessness or excessive guilt, reduced ability to think, concentrate, or indecisiveness, and recurrent thoughts of death. From the entire content of the novel, 101 instances reflecting symptoms of major depression were identified.

The findings of this study can be applied to Indonesian language instruction under the Merdeka Curriculum in Phase F of Grade 11. These findings are relevant for use as teaching materials in the reading component to achieve the learning outcome of appreciating various types of texts, including visual and/or audiovisual texts, through deep reading activities. The research data is utilized to train students to identify the psychological conditions of characters and compare them with nonfiction information, so that students are able to evaluate the representation of literary works against social reality. Through a deep learning approach, these activities also foster an understanding of mental health issues through the principles of mindful, meaningful, and joyful learning, so that students not only understand the content of the text but are also able to reflect on its relevance to real life.

Keywords: *major depression, novel, Indonesian language learning*

Judul Skripsi : **DEPRESI MAYOR TOKOH UTAMA
DALAM NOVEL *SEPORSI MIE AYAM
SEBELUM MATI* KARYA BRIAN
KRISNA DAN IMPLIKASINYA
DALAM PEMBELAJARAN BAHASA
INDONESIA DI SMA**

Nama Mahasiswa : ***Khaerul Fikri***

No. Pokok Mahasiswa : **2213041092**

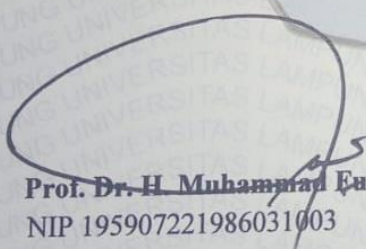
Program Studi : **Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia**


Jurusan : **Pendidikan Bahasa dan Seni**

Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**

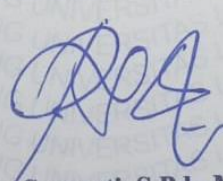
MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing


Prof. Dr. H. Muhammad Fuad, M.Hum.
NIP 195907221986031003


Heru Prasetyo, S.Hum., M.Pd.
NIP 198804192024211013

2. Ketua Jurusan
Pendidikan Bahasa dan Seni


Dr. Sumarti, S.Pd., M.Hum.
NIP 197003181994032002

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : **Prof. Dr. H. Muhammad Fuad, M.Hum.**

Sekretaris : **Heru Prasetyo, S.Hum., M.Pd.**

Penguji
Bukan Pembimbing : **Dr. Munaris, M.Pd.**

2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd.
NIP: 1987050642014041001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 07 April 2026

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini sebagai *civitas academica* Universitas Lampung:

Nama : Khaerul Fikri
NPM : 2213041092
Judul Skripsi : Depresi Mayor Tokoh Utama dalam Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati Karya Brian Krisna* dan Implikasinya dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA
Program Studi : Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis ini bukan saduran/terjemahan, murni gagasan, murni pelaksanaan, dan implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan bimbingan skripsi.
2. Karya tulis ini tidak memuat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dicantumkan dalam daftar Pustaka.
3. Penulis menyerahkan hak milik atas karya tulis ini kepada Universitas Lampung. Oleh karena itu, Universitas Lampung boleh melakukan pengolahan karya tulis ini sesuai dengan norma hukum dan etika yang berlaku.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Lampung.

Bandar Lampung, 07 April 2026



Khaerul Fikri
NPM 2213041092

RIWAYAT HIDUP



Penulis lahir di Serang, 30 Maret 2004. Penulis merupakan anak pertama dari dua bersaudara dari pasangan Bapak Pujiono dan Ibu Maftuhah. Riwayat Pendidikan penulis dimulai dari TK PGRI Penengahan pada tahun 2009 s.d. 2010. Penulis melanjutkan jenjang Pendidikan sekolah dasar di SDN 1 Sripendowo pada tahun 2010 s.d. 2016. Selanjutnya penulis melanjutkan jenjang Pendidikan sekolah menengah pertama di Mts Al-Khairiyah Citangkil pada tahun 2016 s.d. 2019. Penulis melanjutkan sekolah menengah atas di SMKN 1 Ketapang pada tahun 2019 s.d. 2022.

Pada tahun 2022, penulis melanjutkan pendidikan di Universitas Lampung, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni, Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia melalui jalur Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SBMPTN). Pada tahun 2025, penulis menyelesaikan pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Pendowo Asri dan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) di SD Negeri 1 Pendowo Asri, Tulang Bawang, Provinsi Lampung.

MOTO

وَأَنْ لَيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَىٰ

"Dan bahwa manusia hanya memperoleh apa yang telah diusahakannya."

(QS. An-Najm: 39)

"Hidup yang tidak dipertaruhkan tidak akan pernah dimenangkan."

(Sultan Sjahrir)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya Ibu Maftuhah dan Bapak Pujiono yang sudah bekerja keras membuat penulis dapat melangkah sejauh ini, serta merawat, mendukung, memberikan kasih saya, dan mendoakan saya selalu.
2. Kepada adik tersayang, Ami Datul Akhlifah yang juga menjadi penyemangat bagi penulis untuk meneruskan hidup menjadi lebih baik.

SANWACANA

Puji syukur ke hadirat Allah Swt. atas segala nikmat, rahmat, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian skripsi dengan judul “Depresi Mayor Tokoh Utama dalam Novel Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati Karya Brian Krisna dan Implikasinya dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA” sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan di Universitas Lampung. Penulis menyadari bahwa selama penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari dukungan, bantuan, dan bimbingan banyak pihak. Oleh karena itu, ucapan terima kasih secara tulus hati penulis sampaikan kepada pihak berikut.

1. Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Lampung.
2. Dr. Sumarti, S.Pd., M.Hum., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung.
3. Dr. Eka Sofia Agustina, M.Pd., selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia periode 2022-2026, Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung.
4. Rahmat Prayogi, S.Pd., M.Pd., selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia periode 2026-2030 sekaligus Dosen Pembimbing Akademik yang telah banyak membantu, membimbing, memotivasi dan memberikan kesempatan saya untuk bisa ikut menjelajahi berbagai kegiatan positif yang ada selamasaya menjadi mahasiswa.
5. Prof. Dr. H. Muhammad Fuad, M. Hum., selaku Dosen Pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktu, memberikan bimbingan, arahan, motivasi, dan nasihat selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Dr. Munaris, M.Pd., selaku Dosen Penguji Utama yang telah memberikan arahan, motivasi, nasihat, kritik, dan saran selama proses penyusunan skripsi.

7. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia yang telah banyak memberikan ilmu, pengetahuan, serta motivasi berharga bagi penulis selama menempuh Pendidikan sebagai Mahasiswa di Universitas Lampung.
8. Orang tua yang penulis cintai dan sayangi, ibu Maftuhah dan bapak Pujiono yang telah merawat, mendoakan, mendukung, serta mengajarkan penulis banyak hal dengan cinta dan kasih. Tak lupa kepada adik tersayang Ami Datul Akhlifah yang selalu menjadi penguat penulis untuk menyelesaikan Pendidikan di Universitas Lampung.
9. Sahabat dekat penulis semasa SMK Muhammad Amrozi, sahabat yang semasa hidup selalu ada dan memberikan semangat kepada penulis.
10. Sahabat dekat penulis di bangku perkuliahan, Siti Nurazizah dan Eka Hanifah Febriyani, sahabat yang selalu mendukung, menolong, dan memberikan banyak saran kepada penulis.
11. Sahabat sejak penulis SMK, Fajar Abi Laksana, Mahen, Ridwan, Riski, Sulhani, Abdul Jalil, dan Alif. Terima kasih selalu mendukung, mendoakan, dan menguatkan penulis.
12. Sahabat di bangku perkuliahan: Intan Hesti Wira, Camelia Yunita Shabrina, Nurani Afifah, Hadisti Laila Wardani, Dila Biladi Scholihah, Redita Azalia, Adelia Bening Safira, dan Nadia Putri Fatimah. Terima kasih selalu ada saat dibutuhkan, menguatkan, mendoakan, dan membantu penulis selama di bangku perkuliahan.
13. Sahabat lintas prodi penulis, Maikel, Stenly, Fajry, Nimas, Ana, Ratih, Candita, Ribli, Rahma, dan Meira Terimakasih selalu membuat penulis menjadi lebih ceria dan lebih kuat dalam menghadapi kesulitan.
14. Adik tingkat penulis, Latifatul Azizah dan Shinta Oktafiani. Adik tingkat yang selalu membantu penulis selama menyusun skripsi.
15. Para pria hebat PBSI 2022 Fikri Muzhaffar A., Martin Hamonangan N., Dimas Dwi P., Riyadh Rahmatullah, Fais Raiawan, Fadli Agus F., Reza Valensa, Maikel Hidayatullah, Sepen Julian, Yusuf Ridho, Dimas Sandy K.R., Duta Inovasi W., dan M. Rafi Munandar,

16. Teman-teman PBSI Angkatan 22 terkhusus kelas C.
17. Terakhir, kepada diri ini penulis ucapkan terima kasih sebanyak-banyaknya. Pilihanmu, keinginanmu, dan keputusanmu untuk tetap bertahan perlu diapresiasi sebanyak mungkin. Terima kasih sudah bertahan dan berhasil mendapatkan gelar S.Pd., yang penuh perjuangan.

Semoga semua kebaikan, bantuan, dan perhatian dari orang tua, bapak ibu dosen, keluarga, saudara, dan rekan-rekan kepada penulis dibalas berlipat ganda oleh Allah Swt. Penulis menyadari skripsi ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran dari banyak pihak sangat membantu dalam penyelesaian penelitian ini. Harapan penulis, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembaca, khususnya Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia.

Bandar Lampung, 07 April 2026

Khaerul Fikri
NPM 2213041092

DAFTAR ISI

Halaman

| | |
|------------------------------------|-------------|
| HALAMAN SAMPUL | i |
| HALAMAN JUDUL | ii |
| ABSTRAK | iii |
| MENYETUJUI | iv |
| MENGESAHKAN | v |
| SURAT PERNYATAAN | vi |
| RIWAYAT HIDUP | vii |
| MOTO | viii |
| PERSEMBAHAN | ix |
| SANWACANA | x |
| DAFTAR ISI | xiii |
| DAFTAR TABEL | xvi |
| DAFTAR LAMPIRAN | xvii |
| | |
| I. PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang..... | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 5 |
| 1.3 Tujuan Penelitian..... | 5 |
| 1.4 Manfaat Penelitian..... | 6 |
| 1.5 Ruang Lingkup Penelitian | 6 |
| | |
| II. TINJAUAN PUSTAKA | 7 |
| 2.1 Depresi..... | 7 |
| 2.2 Depresi Mayor | 8 |

| | |
|--|-----------|
| 2.2.1 Suasana Hati (<i>Mood</i>) yang Tertekan..... | 9 |
| 2.2.2 Minat atau Kesenangan yang Menurun Drastis..... | 10 |
| 2.2.3 Penurunan atau Peningkatan Berat Badan..... | 11 |
| 2.2.4 Insomnia atau Hipersomnia | 12 |
| 2.2.5 Agitasi atau Keterbelakangan Psikomotorik..... | 12 |
| 2.2.6 Kelelahan atau Kehilangan Energi | 13 |
| 2.2.7 Perasaan Tidak Berharga atau Bersalah yang Berlebihan | 14 |
| 2.2.8 Berkurangnya Kemampuan Berpikir, Berkonsentrasi, atau Keragu-raguan | 15 |
| 2.2.9 Pikiran Berulang tentang kematian..... | 16 |
| 2.3 Psikologi Sastra | 17 |
| 2.3.1 <i>Id</i> | 18 |
| 2.3.2 <i>Ego</i> | 20 |
| 2.3.3 <i>Superego</i> | 21 |
| 2.4 Pendekatan Struktural..... | 21 |
| 2.4.1 Tema..... | 22 |
| 2.4.2 Tokoh dan penokohan..... | 23 |
| 2.4.3 Latar atau setting..... | 29 |
| 2.4.4 Alur atau plot | 30 |
| 2.4.5 Sudut pandang | 31 |
| 2.5 Pembelajaran di SMA..... | 34 |
| III. METODE PENELITIAN | 39 |
| 3.1 Metode Penelitian..... | 39 |
| 3.2 Data dan Sumber Data..... | 39 |
| 3.3 Instrumen Penelitian..... | 40 |
| 3.4 Teknik Pengumpulan Data..... | 50 |
| 3.5 Teknik Analisis Data..... | 51 |
| IV. HASIL DAN PEMBAHASAN | 52 |
| 4.1 Hasil Penelitian..... | 52 |
| 4.2 Pembahasan | 53 |

| | |
|---|-----------|
| 4.2.1 Gejala Suasana Hati Yang Tertekan..... | 53 |
| 4.2.2 Minat atau Kesenangan yang Menurun Drastis..... | 60 |
| 4.2.3 Agitasi atau Keterbelakangan Psikomotorik..... | 63 |
| 4.2.4 Kelelahan dan Kehilangan Energi | 65 |
| 4.2.5 Perasaan tidak Berharga atau Bersalah yang Berlebihan..... | 68 |
| 4.2.6 Berkurangnya kemampuan berpikir, berkonsentrasi, atau keragu ragan | 74 |
| 4.2.7 Pikiran berulang tentang kematian | 78 |
| 4.3 Implikasi Penelitian Terhadap Pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA.... | 84 |
| V. SIMPULAN DAN SARAN..... | 91 |
| 5.1 Simpulan..... | 91 |
| 5.2 Saran..... | 92 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 94 |
| LAMPIRAN..... | 98 |

DAFTAR TABEL

| | Halaman |
|---|---------|
| Tabel 3.1. Instrumen Depresi Mayor..... | 40 |
| Tabel 4.1. Hasil Penelitian | 52 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | Halaman |
|--|---------|
| Lampiran 1. Korpus Data Depresi Mayor dalam Novel <i>Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati</i> Karya Brian Krisna | 99 |
| Lampiran 2. Implikasi Pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA (Teks Novel-CP Fase F Kelas VI)..... | 170 |

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Depresi merupakan gangguan kesehatan mental yang cukup banyak dialami masyarakat global. Sekitar 3,8% populasi di dunia mengalami depresi: 5% terjadi pada orang dewasa (4% pada pria dan 6% pada wanita) dan 5,7 % orang dewasa yang berusia lebih dari 60 tahun. Diperkirakan sekitar 280 juta orang di seluruh dunia menderita depresi. Depresi lebih umum terjadi pada wanita daripada pria. Depresi telah mengakibatkan lebih dari 700.000 orang meninggal karena bunuh diri setiap tahunnya. Akibatnya, bunuh diri menjadi penyebab kematian paling umum keempat, pada kelompok usia 15 hingga 29 tahun (WHO, 2023). Sementara secara nasional, penderita depresi di Indonesia sekitar 1,4%. Jumlah penderita paling tinggi terjadi pada kelompok anak muda dengan kisaran umur 15-24 tahun sebesar 2%. Tercatat 2,2% penderita depresi merupakan tamatan SLTP/SMP, 2,1% tamat SD/MI, 1,6% tamat SLTA/SMA, 1,7% tidak tamat SD/MI, 1,6 persen tamat D1/D2/D3/PT, dan 1,6% tidak atau belum sekolah (Kementrian Kesehatan, 2023).

Depresi adalah masalah serius yang perlu mendapatkan perhatian lebih, walaupun angka penderitanya di Indonesia terkesan kecil, yaitu 1,4%. Angka tersebut sebenarnya merepresentasikan jutaan individu yang sedang berjuang melawan depresi. Lebih mengkhawatirkan lagi, mayoritas penderita merupakan anak muda berusia 15-24 tahun yang merupakan kelompok usia produktif yang seharusnya fokus pada pendidikan dan pengembangan diri. Sebagai ilustrasi, satu angkatan sekolah yang berisi 100 peserta didik, jika ada 1 atau 2 peserta didik yang mengidap depresi, tentu hal ini dapat menghambat proses belajar mereka dan memengaruhi kondisi kelas. Meskipun persentasenya kecil, depresi tetap menjadi momok menakutkan karena dampaknya yang merusak pada individu dan potensi mereka.

Menurut keterangan dari salah satu guru Bahasa Indonesia di SMKN 1 Ketapang, Lampung Selatan, selama mengajar beliau cukup banyak menemui peserta didik yang mengalami depresi. Guru Bahasa Indonesia tersebut sering menemui peserta didik yang mengidap depresi mulai dari ringan, sampai dengan depresi berat. Depresi juga merupakan salah satu faktor penyebab peserta didiknya putus sekolah. Hal ini disebabkan oleh tekanan dari lingkungan sosial yang dirasakan oleh peserta didik, ditambah lagi dengan tekanan dari sekolah. Tercatat dalam setahun terakhir terdapat dua peserta didik yang memutuskan keluar dari sekolah karena depresi.

Depresi bermula dari perasaan cemas berkepanjangan dan tidak mendapatkan penanganan yang tepat. Depresi sering kali diabaikan karena dianggap sebagai penyakit yang tidak berat. Umumnya masyarakat menganggap depresi sebagai kepekaan emosional yang berlebihan, perubahan suasana hati, dan berbagai gejala lainnya (Arsini dkk., 2023). Sebaliknya depresi dapat diperparah apabila tidak diberikan penanganan yang sesuai. Akibatnya, akan muncul keadaan kecewa ataupun putus asa yang mendalam dan berkepanjangan, sehingga dapat mengakibatkan munculnya keinginan untuk mengakhiri hidup. Kondisi seperti ini disebut dengan depresi mayor atau depresi berat. Sebagai cara untuk mencegah semakin parahnya depresi yang dialami, beberapa penderita depresi akan melampiaskan perasaan yang dialaminya dengan menulis. Oleh karena itu, saat ini banyak ditemui cerita fiksi terutama novel yang mengandung perilaku psikologis.

Perilaku psikologis sering dieksplorasi dalam karya sastra, mengingat sastra merupakan cerminan dari keadaan batin dan realitas psikologis manusia. Psikologi memiliki keterikatan dengan sastra, karena dalam karya sastra sering menggambarkan peristiwa kehidupan manusia yang direfleksikan sebagai perilaku tokoh. Sastrawan sering memberikan penjelasan yang rinci tentang emosi yang dialami oleh tokoh dalam karyanya. Emosi yang ditampilkan berkaitan erat dengan kondisi psikologis karakter (Maresty dkk., 2022). Berdasarkan hal tersebut, banyak peneliti yang mulai tertarik untuk menganalisis lebih jauh kondisi psikologis tokoh dalam cerita. Salah satunya adalah depresi mayor yang kerap diangkat sebagai tema atau permasalahan utama yang dialami tokoh dalam sastra khususnya novel.

Pada setiap cerita pasti terdapat berbagai konflik atau permasalahan yang dihadapi oleh tokoh yang ada dalam cerita. Depresi mayor merupakan salah satu bentuk konflik batin yang kerap dihadirkan dalam sebuah cerita. Depresi mayor yang dialami tokoh dalam novel digambarkan melalui gejala-gejala yang menandakan tokoh mengalami depresi. Gejala depresi mayor tidak muncul secara terpisah, melainkan saling terkait dan membentuk gambaran utuh dari konflik batin yang dialami tokoh. Gejala depresi mayor juga sering dimunculkan melalui karakter tokoh dalam karya sastra.

Karya sastra terdiri atas beberapa jenis di antaranya yaitu roman, puisi, syair, pantun, dongeng legenda, naskah drama, cerpen dan novel. Saat ini novel menjadi salah satu karya sastra yang paling banyak dinikmati (Intan dkk., 2022). Novel sering kali membahas masalah-masalah atau konflik yang terjadi di lingkungan masyarakat. Hal tersebut dikarenakan kedudukan konflik dalam novel sangat penting (Wahyuni Fitri dkk., 2018). Salah satu konflik atau fenomena yang sering diangkat dalam novel adalah fenomena-fenomena psikologis. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam mengenai perilaku depresi mayor yang merupakan salah satu kondisi psikologis yang diceritakan dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna.

Penelitian ini akan menggunakan pisau bedah psikologi sastra dalam menganalisis perilaku depresi mayor yang dialami oleh tokoh utama. Psikologi sastra adalah kajian terhadap sastra yang mencerminkan proses dan aktivitas mental. Melalui pisau bedah psikologi sastra, peneliti akan mendeskripsikan perilaku-perilaku depresi mayor yang ada dalam novel. Teori Sigmund Freud digunakan untuk menganalisis penyebab depresi mayor tokoh utama, sedangkan simtom-simtom dalam *major depressive episode* digunakan untuk menganalisis gejala-gejala depresi mayor yang muncul pada diri tokoh utama.

Peneliti memilih novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna karena adanya indikasi gejala-gejala depresi mayor yang ditunjukkan oleh tokoh utama dalam novel ini. Novel ini pertama kali diterbitkan pada tahun 2025. Novel ini menceritakan perjalanan hidup Ale yang awalnya ingin bunuh diri, tetapi keinginan tersebut tidak dapat dilakukan karena Ale ingin memakan mie ayam. Selama

perjalanan hidupnya, Ale mengalami penolakan dan penghinaan dari orang lain. Akibat hal tersebut tokoh Ale mengambil keputusan untuk mengakhiri hidupnya yang ternyata malah membawa dia ke dalam kehidupan orang lain. Kehidupan orang lain tersebut mengajarkan ia bahwa setiap orang juga memiliki cobaan dan ujiannya masing-masing.

Penelitian sebelumnya dengan topik penelitian yang sama dilakukan oleh Badi'ah (2022) yang melakukan penelitian dengan judul *Depresi Berat Tokoh Utama dalam Novel Al-Jāhid Karya Al-Ḥasan Al-Bukhārī: Analisis Psikologi Sastra*. Penelitian ini menggunakan pendekatan psikologi sastra dengan memanfaatkan teori psikoanalisis Sigmund Freud dan kriteria diagnostik dari DSM IV-TR untuk *major depressive episode*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tokoh utama mengalami depresi berat. Terdapat tujuh simtom depresi berat pada diri tokoh utama, yaitu simtom *mood* depresi, simtom penurunan ketertarikan dan kesenangan, simtom gangguan pola makan, simtom insomnia atau hipersomnia, simtom penurunan gerak atau peningkatan gerak, simtom perasaan tidak berharga atau bersalah, dan simtom pemikiran bunuh diri.

Rosidah (2022) melakukan penelitian dengan judul *Analisis Depresi Mayor Pada Tokoh Utama dalam Novel Pesantren Impian Karya Asma Nadia*. Penelitian ini menggunakan teori yang dikemukakan oleh Carson dan teori yang dikemukakan Barlow sebagai teori penguat. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa para tokoh mengalami depresi mayor dengan waktu yang cukup lama, depresi tersebut disebabkan oleh peristiwa yang mereka alami jauh hari sebelumnya. Peristiwa tersebut menimbulkan efek berat sehingga munculnya beberapa gejala yang dialami tokoh, seperti khawatir, kehilangan arah, resah, merasa tidak disayangi, merasa bersalah, menyakiti tubuh, hingga melakukan percobaan bunuh diri. Penelitian ini juga menemukan beberapa faktor penyebab terjadinya depresi. Penyebab terjadinya depresi terbagi menjadi tiga, yaitu depresi sebab perundungan publik, rasa malu yang parah, serta pengalaman yang menyakitkan.

Penelitian yang serupa juga dilakukan oleh Mutiara Dewi dkk., (2022) dengan judul *Depresi pada Tokoh Salma dalam Novel Hello Salma Karya Erisca Febriani Kajian Psikologi Sastra*. Penelitian ini mengadopsi teori struktur kepribadian Sigmund

Freud. Hasil penelitian menunjukkan bahwa depresi pada yang dialami tokoh Salma adalah gangguan depresi mayor. Tokoh Salma mengalami gangguan depresi mayor dalam kurun waktu lebih dari 2 minggu dan mengalami gejala depresi muncul pada diri Salma, yaitu *mood* depresi, kehilangan minat pada aktivitas harian, penurunan berat badan, insomnia, perasaan tidak berharga, perasaan bersalah, berkurangnya kemampuan untuk berpikir atau berkonsentrasi, dan gangguan fungsi sosial.

Berdasarkan paparan penelitian sejenis yang telah dilakukan sebelumnya, perbedaan utama penelitian ini terletak pada novel yang digunakan yaitu *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna. Selain itu pada penelitian sebelumnya belum membahas mengenai implikasi penelitian pada pembelajaran. Sementara penelitian ini akan diimplikasikan untuk pembelajaran Bahasa Indonesia fase F kelas XI. Berdasarkan hal tersebut penelitian ini dapat melengkapi penelitian yang telah dilakukan sebelumnya.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian, rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Bagaimanakah depresi mayor tokoh utama dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna?
2. Bagaimanakah implikasi depresi mayor yang dialami oleh tokoh utama dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna dalam pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Mendeskripsikan depresi mayor yang dialami tokoh utama dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna.
2. Mendeskripsikan implikasi depresi mayor yang dialami tokoh utama dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Krisna dalam pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA.

1.4 Manfaat Penelitian

Setelah melakukan analisis mengenai depresi mayor pada tokoh utama dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna serta mendeskripsikan implikasinya terhadap pembelajaran bahasa Indonesia di SMA, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak. Adapun manfaat yang dimaksud meliputi:

- a. Bagi pendidik, penelitian ini dapat menjadi panduan dan sumber bagi guru dalam mengembangkan bahan ajar sastra untuk mata pelajaran Bahasa Indonesia di tingkat SMA, khususnya pada unsur membaca.
- b. Bagi peneliti lain, penelitian ini dapat menjadi panduan referensi aspek depresi mayor dalam novel dan hubungannya dengan pendidikan Bahasa Indonesia dengan mengembangkan penelitian ini atau dengan metode yang sama.
- c. Bagi pembaca, penelitian ini dapat menambah wawasan berkaitan dengan depresi mayor, sastra, dan psikologi sastra.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Berikut adalah deskripsi ruang lingkup penelitian.

1. Penelitian ini difokuskan untuk menganalisis depresi mayor yang dialami tokoh utama dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna.
2. Penelitian ini akan menganalisis depresi mayor menggunakan teori gejala depresi mayor yang dikemukakan oleh American Psychiatric Association (APA). Gejala depresi mayor menurut American Psychiatric Association (APA), terdiri atas sembilan gejala, yaitu gejala suasana hati yang tertekan, minat atau kesenangan yang menurun drastis, penurunan atau peningkatan berat badan, insomnia atau hipersomnia, agitasi atau keterbelakangan psikomotorik, kelelahan dan kehilangan energi, perasaan tidak berharga atau bersalah yang berlebihan, berkurangnya kemampuan berpikir, berkonsentrasi, atau keragu-raguan, dan pikiran berulang tentang kematian.
3. Sebagai bentuk implikasi, penelitian ini akan direkomendasikan dalam pembelajaran Bahasa Indonesia kelas XI pada elemen membaca.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Depresi

Depresi adalah gangguan perasaan yang ditandai dengan suasana hati yang disforik (negatif atau tidak menyenangkan). Suasana hati yang disforik meliputi hilangnya kegembiraan atau minat, gangguan pada pola tidur, dan menurunnya nafsu makan (Lubis, 2016). Depresi adalah gangguan *mood* (perasaan) yang kronis, yang dapat memengaruhi cara seseorang merasa, berpikir, dan bertindak sehari-hari (Lintang, 2023). Depresi adalah gangguan mental yang ditandai dengan perasaan tertekan, penurunan energi atau semangat, perasaan bersalah atau menyalahkan diri sendiri, insomnia, penurunan nafsu makan, kelelahan, dan kesulitan berkonsentrasi.

Depresi adalah gangguan mental yang sering terjadi. Depresi ditandai dengan munculnya gejala-gejala, seperti perasaan tertekan, berkurangnya minat dan berkurangnya kegembiraan dalam melakukan aktivitas yang telah lama dilakukan (Omega, 2024). Kondisi tersebut berpotensi dapat menjadi masalah yang bertahan lama dan berulang ulang, sehingga dapat menghambat seseorang untuk melakukan aktivitasnya sehari-hari (Endriyani, dkk., 2022). Berdasarkan beberapa pendapat tersebut depresi merupakan gangguan mental yang ditandai dengan suasana hati yang disforik yang berulang ulang, meliputi perasaan tertekan, perasaan sedih terus menerus, menyalahkan diri sendiri, dan hilangnya minat pada aktivitas yang biasanya memberikan kesenangan.

Depresi merupakan masalah yang banyak terjadi pada masa akhir perkembangan anak-anak menuju dewasa. depresi merupakan faktor utama yang menyebabkan kecacatan dan penyakit pada usia remaja, serta mengakibatkan bunuh diri sebagai penyebab kematian keempat terbesar (WHO dalam Endriyani dkk., 2022). Depresi umumnya diawali dengan munculnya stres atau kecemasan yang tidak dikelola dengan baik yang akhirnya berkembang menjadi depresi (Lubis, 2016). Namun,

kecemasan tersebut sering diabaikan karena orang percaya bahwa gangguan kecemasan dan stres akan sembuh dengan sendirinya tanpa memerlukan perawatan medis. Kenyataannya, jika tidak ditangani dengan tepat, kecemasan akan berkembang menjadi depresi akut dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari pengidapnya (Endriyani dkk., 2022).

Berdasarkan tingkat penyakitnya depresi diklasifikasikan menjadi tiga jenis, yaitu *mild depression/minor depression* dan *dysthymic disorder, moderate depression*, dan *severe depression/major depression*. Pada kasus *mild depression/minor depression*/ depresi ringan, *mood* yang rendah datang dan pergi serta penyakit datang setelah kejadian *stressful* yang spesifik. Individu yang mengalami depresi ringan akan mengalami kecemasan dan kurang motivasi. Menurut DSM-IVTM depresi ringan ditandai dengan adanya setidaknya dua, tetapi tidak lebih dari lima, gejala depresi yang dialami setidaknya telah berlangsung selama dua minggu berturut-turut. Pada depresi sedang, ditandai dengan *mood* yang rendah berlangsung terus-menerus dan individu mengalami simptom fisik juga walaupun berbeda-beda tiap individu. Depresi mayor adalah penyakit yang tingkat depresinya parah. Individu akan mengalami gangguan dalam kemampuan untuk bekerja, tidur, makan, dan menikmati hal yang menyenangkan. Depresi ini dapat muncul sekali atau dua kali atau beberapa kali selama hidup (American Psychiatric Association (APA), 2013).

2.2 Depresi Mayor

Major depression atau depresi mayor adalah bentuk gangguan suasana hati yang parah dan dapat mengganggu kemampuan seseorang dalam kehidupan sehari-hari, seperti pekerjaan, pola tidur, makan, dan minat pada aktivitas yang biasanya menyenangkan (Lubis, 2016). Depresi mayor adalah bentuk gangguan suasana hati (*mood disorder*) yang ditandai dengan munculnya perasaan tidak bahagia, kehilangan semangat, merasa terhina dan bosan. Individu yang didiagnosis depresi mayor umumnya mengalami penurunan kesehatan fisik dan psikologis, seperti merasa tidak sehat, mudah lelah, nafsu makan berkurang, kelelahan, dan kehilangan minat dalam hidup (Aisyah dan Amboro, 2024).

Gejala depresi didefinisikan sebagai sekumpulan perilaku dan emosi yang secara khas mencerminkan keadaan depresi. Mereka yang menderita *Major Depressive Disorder* (MDD) sering mengalami gangguan emosional yang parah, yang biasanya ditunjukkan oleh penurunan minat atau kepuasan dalam aktivitas sehari-hari yang dulunya menyenangkan. Ini dapat menunjukkan rasa sedih yang tidak hilang, suasana hati yang sedih, atau suatu rasa kehilangan emosional yang sulit diungkapkan. Selain itu, mereka mengalami gejala fisik, seperti masalah tidur, kehilangan nafsu makan, kelelahan yang parah, dan perasaan yang bahwa mereka tidak dapat membantu atau menjadi sumber masalah bagi orang lain (Lintang, 2023).

Depresi mayor ditandai dengan munculnya setidaknya lima gejala dari sembilan gejala, yang telah berlangsung selama dua minggu berturut turut (Lubis, 2016). Seseorang yang dikatakan mengidap depresi mayor harus mengalami gejala suasana hati tertekan atau kehilangan minat atau kesenangan. Sebagai upaya untuk memahami gejala depresi mayor peneliti akan memanfaatkan teori yang dikemukakan oleh *American Psychiatric Association (APA) (2013)* dalam DSM-VTM. Berikut merupakan penjelasan dari gejala-gejala depresi mayor yang dijelaskan dalam DSM-VTM.

2.2.1 Suasana Hati (*Mood*) yang Tertekan

Orang yang mengalami depresi mayor akan merasakan suasana hati (*mood*) yang tertekan hampir setiap hari. Suasana hati yang tertekan dapat muncul berupa perasaan sedih, hampa, atau putus asa. Pada kasus depresi mayor, suasana hati (*mood*) yang tertekan sering kali ditandai dengan perasaan kesedihan, keputusasaan, atau kekecewaan. Sebagian besar individu menunjukkan tingkat iritabilitas tinggi, yang dapat ditandai sebagai kemarahan berkepanjangan, mudah tersinggung, atau kecenderungan untuk menyalahkan orang lain. Pada anak-anak dan remaja, gejala utama yang sering muncul adalah mudah tersinggung atau *mood* yang tidak stabil daripada kesedihan atau keputusasaan (American Psychiatric Association (APA), 2013).

Suasana hati individu yang didiagnosis mengalami depresi mayor serupa dengan individu yang mengalami bentuk depresi lainnya. Perasaan atau *mood* mereka tidak stabil dan dapat turun secara drastis. Hal ini didasari pada beberapa kondisi yang terjadi atau pernah terjadi sebelumnya. Kondisi pertama terkait dengan peristiwa kehidupan yang membuat stres. Kondisi selanjutnya dapat dipicu oleh stres yang terjadi lebih ringan. Jika kondisi tersebut terjadi terus menerus dan berulang ulang dapat menyebabkan gejala yang dialami akan semakin berat (Aisyah, 2024). Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa suasana hati yang tertekan ditandai dengan munculnya perasaan sedih, putus asa, kecewa, hampa, marah, mudah tersinggung, *mood* yang tidak stabil, dan cemas.

Contoh dari gejala depresi perasaan yang tertekan adalah, “*Hanya satu jam guru itu mengajari. Tapi terasa sangat lama. Aku tak menyukainya. Bunyi piano tak lagi indah menyapa telingaku. Ia kini menjelma jadi bunyi-bunyian yang mengganggu, yang membuatku selalu merasa dikejar-kejar?*”. Pada kutipan tersebut tokoh mengalami gejala suasana hati yang tertekan ditandai dengan munculnya perasaan mudah tersinggung. Tokoh merasa dikejar-kejar oleh suara piano, yang pada kondisi normal hal ini tidak wajar (Hidayah, 2015). Selain itu, kutipan “*Aku merasa marah pada diriku sendiri karena selalu gagal. Mengapa aku tidak bisa mengatasi ini? Mengapa aku terus terjebak dalam siklus yang sama?*”. Juga mencerminkan gejala suasana hati yang tertekan. Pada kutipan tersebut tokoh mengalami gejala suasana hati yang tertekan ditandai dengan munculnya perasaan marah dan kecewa (Hidayah, 2015)

2.2.2 Minat atau Kesenangan yang Menurun Drastis

Seseorang yang mengalami kehilangan minat atau kesenangan menandakan seseorang mengalami depresi. Penurunan minat atau kesenangan ini terjadi pada hampir semua aktivitas dan hampir terjadi setiap hari. Seseorang sering melaporkan penurunan minat terhadap hobi yang sebelumnya menyenangkan, rasa acuh tak acuh, atau ketidakpuasan dari aktivitas yang pernah dinikmati. Salah satu bentuk dari menurunnya minat atau kesenangan

adalah penarikan diri dari interaksi sosial atau pengabaian pada aktivitas rutin yang sebelumnya dilakukan. Misalnya seseorang yang berhenti berpartisipasi dalam aktivitas yang sebelumnya menyenangkan, seperti bermain golf, atau anak-anak yang menghindari latihan sepak bola yang dijadwalkan, meskipun sebelumnya menunjukkan antusiasme terhadap olahraga tersebut. Pada beberapa kasus, terdapat penurunan yang signifikan dari tingkat minat atau hasrat seksual (American Psychiatric Association (APA), 2013).

Secara umum orang yang mengalami depresi akan menunjukkan perilaku pasif dan menyukai kegiatan yang tidak berhubungan dengan orang lain atau menghindari interaksi dengan lingkungannya. Contohnya, seperti menonton televisi, makan, atau tidur dalam waktu yang lama (Lubis, 2016). Contoh dari gejala minat atau kesenangan yang menurun drastis adalah *“Minggir! Lengkara mendorong bahu Masnaka. Lalu berlalu dari laki-laki itu. Namun, Masnaka dengan sigap bergegas dan menangkap lengan gadis itu”* (Falensia, 2021). Kutipan di atas menunjukkan bahwa Lengkara ingin pergi sendiri untuk melampiaskan emosinya. Berinteraksi dengan orang lain membutuhkan tenaga mental dan fisik, dan ketika seseorang merasa sangat lelah atau stres karena emosi negatif, mereka mungkin tidak akan bergaul dengan orang lain atau merasa tidak memiliki tenaga untuk berbicara dengan orang lain. Akibatnya, mereka memutuskan untuk menghindari interaksi sosial untuk mengurangi stres (Sudarmiati, 2025).

2.2.3 Penurunan atau Peningkatan Berat Badan

Individu yang mengalami depresi akan mengalami peningkatan dan penurunan berat badan yang drastis. Beberapa individu yang didiagnosis depresi mengalami kehilangan minat untuk mengonsumsi makanan. Sementara beberapa individu lain merasakan peningkatan nafsu makan dan muncul keinginan untuk mengonsumsi makanan tertentu, seperti makanan manis atau tinggi karbohidrat. Peningkatan berat badan yang signifikan tanpa diet misalnya, perubahan lebih dari 5% dalam sebulan atau perubahan nafsu makan yang terjadi hampir setiap hari. Gangguan pola makan mengakibatkan perubahan dalam penyerapan makanan dan menyebabkan gangguan

signifikan pada kesehatan fisik dan fungsi psikososial individu (American Psychiatric Association (APA), 2013).

2.2.4 Insomnia atau Hipersomnia

Gangguan tidur pada individu yang didiagnosis dengan depresi dapat muncul dalam dua bentuk, yaitu kesulitan tidur (insomnia) atau tidur berlebihan (hipersomnia). Seseorang yang mengalami depresi mayor akan mengalami Insomnia atau hipersomnia hampir setiap hari. Insomnia yang dialami umumnya adalah insomnia sedang dan insomnia terminal. Insomnia sedang ditandai dengan sering terbangun di malam hari dan sulit untuk tidur kembali. Insomnia terminal ditandai dengan terbangun di pagi hari dan ketidakmampuan untuk tidur kembali. Insomnia awal ditandai dengan kesulitan memulai tidur. Sementara hipersomnia ditandai dengan tidur malam yang berkepanjangan atau kantuk berlebihan di siang hari (*American Psychiatric Association (APA), (2013)*).

Individu mengalami depresi pola tidurnya akan terganggu yang ditandai dengan sulit tidur, terlalu banyak tidur, atau kurang tidur (Lubis, 2016). Gangguan tidur berkaitan dengan depresi, kecemasan, dan perubahan fungsi kognitif. Selain itu, gangguan tidur kronis, seperti insomnia atau hipersomnia menjadi faktor risiko dalam perkembangan berbagai gangguan mental dan gangguan penggunaan zat. Gangguan tidur juga dapat menjadi gejala dari gangguan kesehatan mental dan dapat menjadi diagnosis dini yang bertujuan mengurangi atau mencegah agar tidak semakin parah (American Psychiatric Association (APA), 2013).

2.2.5 Agitasi atau Keterbelakangan Psikomotorik

Psikomotorik adalah segala aspek kemampuan fisik atau otot yang berkaitan dengan aktivitas fisik, seperti berlari, melompat, menari, memukul, dan gerakan fisik lainnya. Perkembangan psikomotorik mencakup proses perkembangan struktur otak, otot, dan sistem saraf, serta peningkatan kemampuan anak untuk beradaptasi dengan lingkungannya (Sitepu dkk., 2022). Menurut KBBI motorik berhubungan dengan aktivitas fisik yang

berkaitan dengan proses mental dan psikologi. Terdapat enam tingkat kemampuan psikomotor, yaitu gerakan refleks, komunikasi nonverbal, kemampuan perseptual, gerakan fisik, dan keterampilan motorik halus (Mardapi dalam Sitepu dkk., 2022).

Perubahan dalam aktivitas psikomotor dapat berbentuk agitasi atau retardasi. Agitasi psikomotor ditandai dengan perilaku seperti kesulitan untuk tetap diam, berjalan mondar-mandir, menggosok tangan, dan gerakan kompulsif termasuk menarik atau menggosok kulit, pakaian, atau benda-benda di sekitar. Sementara itu, retardasi psikomotor ditandai dengan perlambatan yang signifikan dalam berbicara, proses kognitif, dan gerakan fisik. Hal ini juga ditandai dengan jeda yang lebih lama sebelum merespon, serta penurunan volume suara, intonasi, kecepatan, atau isi pembicaraan, yang bahkan dapat menyebabkan keheningan total. Perilaku motorik berulang dapat mengganggu aktivitas sosial, akademis, atau aktivitas lainnya dan dapat mengakibatkan cedera diri (American Psychiatric Association (APA), 2013).

2.2.6 Kelelahan atau Kehilangan Energi

Gejala yang sering ditunjukkan oleh individu yang mengalami depresi mayor meliputi penurunan tingkat energi, kelelahan, dan keletihan. Individu melaporkan munculnya perasaan kelelahan yang terus menerus bahkan tanpa adanya aktivitas fisik yang signifikan. Tugas kecil pun dapat terasa sangat berat untuk dijalankan. Efisiensi dalam menyelesaikan tugas juga dapat berkurang. Misalnya, seseorang mengeluh bahwa mencuci dan berpakaian di pagi hari melelahkan dan memakan waktu dua kali lebih lama dari biasanya padahal pakaian yang dicuci jumlahnya sama (*American Psychiatric Association (APA), 2013*). Perasaan lelah dan sakit yang sering muncul, dapat berasal dari depresi. Perasaan ini yang pada dasarnya berasal dari perasaan negatif yang terus dipendam. Memendam perasaan negatif akan membebani pikiran dan perasaan seseorang, sehingga menimbulkan rasa lelah karena harus terus menerus menanggungnya, baik saat individu dalam keadaan baik maupun buruk (Lubis, 2016).

Contoh dari gejala kelelahan atau kehilangan energi adalah, “*keheningan menyambut ruangan itu. Lengka melirik sebentar ke arah Masnaka, sebelum akhirnya kembali menatap Aslan. Gue capek! Sikap lo semua ngebuat gue ngrasa kalo gue nggak pantes hidup.*” Pada kutipan tersebut dijelaskan bahwa Lengka terlalu lelah. Pada penderita depresi mereka sering kali dikaitkan dengan ketidakseimbangan *neurotransmitter*, yaitu zat kimia otak yang memengaruhi suasana hati dan energi, seperti *serotonin*, *noradrenalin*, dan *dopamin*. Ketidakseimbangan ini menurunkan kemampuan otak dalam mengatur energi dan motivasi sehingga memicu kelelahan serta hilangnya semangat. Akibatnya, individu merasa tidak memiliki energi atau dorongan untuk menjalani aktivitas sehari-hari. (Sudarmiati, 2025).

2.2.7 Perasaan Tidak Berharga atau Bersalah yang Berlebihan

Seseorang yang mengalami depresi mayor akan mengalami munculnya perasaan tidak berharga, rasa bersalah yang berlebihan, dan perasaan tidak pantas. Hal ini berbeda dengan kritik diri atau rasa bersalah yang normal yang tidak timbul akibat dari depresi. Perasaan tidak berharga atau bersalah yang sering dikaitkan dengan depresi mencakup penilaian diri yang negatif dan tidak realistis, serta kecenderungan merenungkan kegagalan kecil di masa lalu. Individu pengidap depresi sering salah dalam menafsirkan peristiwa sehari-hari yang netral atau kecil sebagai bukti kekurangan pribadi. Pada beberapa kasus, perasaan bersalah atau tidak berharga ini dapat mencapai tingkat delusi, manifestasi sebagai keyakinan bahwa seseorang bertanggung jawab atas peristiwa besar di luar kendali mereka, seperti kemiskinan global (American Psychiatric Association (APA), 2013).

Seseorang yang mengalami depresi sering merasa tidak berguna yang disebabkan oleh munculnya rasa gagal. Hal ini terjadi terutama dalam lingkungan atau bidang yang seharusnya mereka dapat lebih unggul dibandingkan orang lain. Selain itu, penderita depresi akan menganggap bahwa hal-hal negatif yang mereka alami merupakan hukuman atau akibat kegagalan dalam melaksanakan tanggung jawab yang seharusnya mereka laksanakan. Penderita depresi juga beranggapan bahwa mereka menjadi

beban bagi orang lain dan menyalahkan diri mereka atas situasi tersebut (Lubis 2016).

Contohnya kutipan *Lengkara mengambil apa pun yang bisa digapainya, lalu menghempaskannya ke lantai. "Gak, Naka! Gue seumur hidup bakal cacat! Dan lo penyebab semua ini terjadi! Gara-gara lo, gue jadi buta! Gara-gara lo, gue jadi lumpuh!"* Orang yang mengalami depresi terjebak dalam sikap negatif atau pesimis. Contohnya pikiran seperti "Saya tidak berguna" atau "semuanya tidak akan pernah membaik (Sudarmiati, 2025).

2.2.8 Berkurangnya Kemampuan Berpikir, Berkonsentrasi, atau Keraguan

Seseorang yang mengalami depresi mayor sering mengeluhkan terjadinya gangguan kognitif, seperti kesulitan dalam berpikir, berkonsentrasi, dan mengambil keputusan. Individu yang menalami depresi mayor akan menunjukkan gejala mudah teralihkannya dan juga mengeluhkan masalah terkait ingatan. Bagi mereka yang terlibat dalam aktivitas yang memerlukan fungsi kognitif tinggi, penurunan kemampuan ini dapat berdampak signifikan pada produktivitas sehari-hari. Pada anak-anak, kesulitan ini merupakan penyebab dari menurunnya prestasi akademik secara drastis. Sebaliknya, pada kelompok usia lanjut, gangguan memori merupakan keluhan utama, yang dalam beberapa kasus dapat salah diartikan sebagai gejala awal demensia (*pseudodementia*) (American Psychiatric Association (APA), 2013).

Berkurangnya kemampuan berpikir atau gangguan berpikir adalah kondisi yang muncul selama periode perkembangan dan ditandai dengan keterbatasan dalam fungsi intelektual dan keterampilan adaptif di bidang konseptual, sosial, dan praktis. Untuk menetapkan diagnosis ini, tiga kriteria harus dipenuhi dari beberapa kriteria, yaitu adanya penurunan dalam fungsi intelektual, termasuk kemampuan, seperti penalaran, pemecahan masalah, perencanaan, berpikir abstrak, penilaian, pembelajaran akademik, dan pembelajaran dari pengalaman. Seseorang yang mengalami depresi juga akan

mengalami kesulitan untuk fokus terhadap suatu hal ataupun pekerjaannya. Mereka akan kesulitan juga dalam mempertahankan konsentrasi yang dapat berdampak pada kemampuan mereka untuk dapat menjalankan tugas dan tanggung jawab mereka secara efektif (Lubis, 2016).

Adanya kesulitan dalam pengambilan keputusan, keragu-raguan, dan ketidakstabilan dalam keputusan merupakan indikasi ketidakmampuan untuk membuat keputusan yang berpotensi mengganggu baik pada seseorang maupun lingkungannya (American Psychiatric Association (APA), 2013). Fenomena kesulitan dalam pengambilan keputusan ini dapat dikaitkan ketika seseorang menganggap kesalahan dalam pengambilan keputusan. Setiap kali sebuah opsi dipilih, opsi tersebut dianggap sebagai pilihan yang salah dan penyesalan akan dirasakan setelah pemilihan opsi tersebut (Lubis, 2016).

2.2.9 Pikiran Berulang tentang kematian

Pada penderita depresi mayor pikiran berulang tentang kematian bukan hanya munculnya rasa takut akan kematian, tetapi munculnya pikiran bunuh diri tanpa rencana spesifik, upaya bunuh diri, atau rencana bunuh diri yang telah terperinci. Individu yang mengalami depresi mayor sering kali mengalami pikiran tentang kematian, pikiran bunuh diri, dan upaya untuk mengakhiri hidup mereka sendiri. Pikiran-pikiran ini dapat muncul sebagai keinginan pasif untuk tidak bangun di pagi hari, keyakinan bahwa keberadaan individu dapat merugikan orang lain, atau munculnya pikiran bunuh diri yang berulang, meskipun bersifat sementara (American Psychiatric Association (APA), 2013).

Pada kasus yang lebih parah, individu mungkin membuat rencana yang sistematis untuk melakukan tindakan bunuh diri. Seperti, mengatur urusan pribadi (misalnya, memperbarui wasiat, melunasi utang), mengumpulkan alat atau sarana yang diperlukan, misalnya tali atau senjata, dan menentukan waktu dan tempat pelaksanaan. Motivasi di balik pikiran bunuh diri dapat mencakup perasaan putus asa terhadap hambatan yang dianggap tak teratasi, keinginan untuk mengakhiri penderitaan emosional yang berkelanjutan dan

menyakitkan, ketidakmampuan membayangkan kebahagiaan di masa depan, atau perasaan menjadi beban bagi orang lain (*American Psychiatric Association (APA), 2013*).

Contohnya kutipan "*Gue pengen mati, Ka*". Dalam kutipan novel tersebut, Lengka merasa sangat sakit hati hingga ingin mati saja karena tidak sanggup menanggung derita, beban, dan rasa sakit yang dialaminya pasca perceraian ayah dan ibunya. Salah satu ciri depresi adalah kecenderungan untuk terjebak dalam sikap-sikap negatif. Penderita depresi sering kali merasa tidak punya jalan keluar dari situasi yang dialaminya dan hanya bisa melihat kegelapan dan kesulitan di masa depan. Pikiran-pikiran tersebut akan berujung pada munculnya pikiran untuk mengakhiri hidup (Sudarmiati, 2025).

2.3 Psikologi Sastra

Psikologi sastra merupakan pendekatan analitis terhadap karya sastra yang menyoroti dinamika dan aktivitas psikologis yang secara sadar dibangun oleh penulis dan diwujudkan melalui karakter-karakter dalam cerita. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk membangun koneksi emosional antara pembaca melalui narasi yang disajikan (Minderop 2011). Psikologi sastra adalah bidang studi interdisipliner yang menggabungkan prinsip-prinsip sastra dan psikologi. Bidang penelitian ini memandang karya sastra sebagai manifestasi dari aktivitas mental atau psikologis. Pada konteks ini, sastra dianggap sebagai bentuk ekspresi manusia yang disampaikan melalui karya seni, sementara psikologi berfokus pada pemahaman berbagai proses psikologis yang dialami oleh individu (Rokhmansyah, 2014).

Psikologi sastra didasarkan pada hubungan erat antara unsur-unsur sastra dan kondisi psikologis karakter, sehingga memungkinkan pemahaman yang lebih mendalam terhadap karya sastra melalui kaca mata psikologis. Oleh karena itu beberapa pengamat sastra berpendapat bahwa studi psikologi sastra cukup kompleks karena fokus utamanya adalah pada eksplorasi aspek psikologis manusia secara mendalam yang tercermin dalam karya sastra. Hal tersebut membuat

psikologi sastra memiliki daya tarik tersendiri karena menyajikan berbagai isu manusia yang menggambarkan potret jiwa penulis dan orang lain di dalam karya sastra (Mutmainna, 2021).

Dari berbagai macam konsep psikologi pada penelitian, peneliti memilih menggunakan analisis kepribadian yang berdasarkan teori psikoanalisis Sigmund Freud. Teori kepribadian adalah teori yang mempertanyakan mengapa sekelompok individu merespon situasi yang sama yang mereka hadapi, dengan cara yang berbeda. Ada orang yang pemalu, ada yang demikian percaya diri, dan ada pula yang tenang. Psikologi kepribadian adalah cabang psikologi yang mempelajari kepribadian manusia, dengan fokus pada berbagai faktor yang mempengaruhi perilaku individu. Tujuan utama psikologi kepribadian adalah mengumpulkan informasi yang komprehensif tentang perilaku manusia. Berbagai sumber, termasuk sastra, sejarah, dan agama, memiliki potensi untuk menyediakan data yang signifikan terkait perilaku manusia (Minderop, 2015).

Struktur kepribadian terdiri atas tiga aspek utama, yaitu *id*, *ego*, dan *superego*. Ketiganya bukanlah bagian fisik, melainkan sistem psikologis yang bekerja berdasarkan prinsip-prinsip yang berbeda. Pada kesehariannya, ketiga sistem ini saling berinteraksi dan saling bekerjasama. *Ego* berperan sebagai penengah atau eksekutor yang mengatur keseimbangan di antara ketiganya sehingga kepribadian dapat berfungsi secara harmonis sebagai satu kesatuan yang utuh (Suryabrata, 2003).

2.3.1 *Id*

Id adalah komponen dasar kepribadian yang sudah ada sejak lahir dan terdiri atas insting, impuls, dan dorongan dasar (*drives*). *Id* disebut juga sebagai "realitas psikis yang sebenarnya" (*the true psychic reality*) karena *id* merepresentasikan dunia batin yang subjektif dan tidak memiliki keterkaitan langsung dengan realitas objektif (Freud, 2021). *Id* adalah struktur kepribadian yang paling dasar dan ada sejak lahir yang memuat semua aspek psikologis yang bersifat bawaan, seperti insting, impuls, dan dorongan dasar (*drives*). *Id* mewakili aspek subjektif manusia yang tidak disadari sepanjang

hidup dan sepenuhnya beroperasi di luar kesadaran kita. *Id* juga merupakan sumber energi psikis yang digunakan untuk menjalankan sistem kepribadian lainnya (Mustofa dkk., 2023).

Id mencakup dorongan bawaan sejak lahir, termasuk insting dasar, dan berfungsi sebagai sumber utama energi psikis yang menggerakkan *ego* dan *superego* (Paingan, 2014). *Id* beroperasi secara tidak sadar (*unconscious*) dan berfungsi sebagai sumber energi psikis yang diperlukan untuk menggerakkan sistem kepribadian lainnya, yaitu *ego* dan *superego* (Alwisol, 2018). Energi psikis yang terdapat dalam *id* dapat mengalami peningkatan akibat rangsangan, baik dari luar maupun dalam. Peningkatan energi ini menyebabkan ketegangan, yang sering dirasakan sebagai hal yang tidak menyenangkan (Freud, 2021). Bagi *id*, kenikmatan adalah keadaan yang relatif non aktif atau tingkat energi yang rendah, dan rasa sakit adalah tegangan atau peningkatan energi yang menginginkan kepuasan (Alwisol, 2018).

Id beroperasi berdasarkan prinsip kenikmatan (*pleasure principle*), yaitu berusaha memperoleh kenikmatan dan menghindari rasa sakit. Kesenangan atau ketenangan tersebut dicapai melalui dua mekanisme utama (alat proses), yaitu tindakan refleks contohnya reaksi-reaksi otomatis, seperti bersin, berkedip, dan sebagainya. Mekanisme yang kedua, yaitu proses primer, misalnya orang yang sedang lapar membayangkan makanan (Freud, 2021). Mekanisme ini disebut pemenuhan hasrat dan dapat muncul dalam mimpi, lamunan, atau halusinasi psikotik. Oleh karena itu, *id* hanya dapat menghasilkan ilusi tanpa dapat membedakan antara realitas dengan fantasi (Mustofa dkk., 2023).

Karena *id* bekerja berdasarkan prinsip kenikmatan, *id* cenderung mendorong individu untuk melakukan apapun demi mencapai kepuasan atau kebahagiaan. Meskipun, tindakan tersebut tidak realistis atau bertentangan dengan norma. Pada kenyataannya tidak semua keinginan identitas dapat dipenuhi secara instan. Penyesuaian muncul ketika *id* dihadapkan pada

realitas luar yang membatasi hasratnya. Pada proses adaptasi ini *ego* terbentuk. *Ego* berfungsi untuk menyeimbangkan kebutuhan *id* dengan keadaan nyata dan mengontrol harapan agar sesuai dengan kenyataan (Nafi'ah dkk., 2022)

2.3.2 *Ego*

Ego merupakan dimensi psikologis kepribadian yang muncul dari kebutuhan bawaan atau *id* untuk berinteraksi secara adaptif dengan lingkungan eksternal atau sosial (realitas) (Freud, 2021). *Ego* didefinisikan sebagai aspek psikologis kepribadian yang muncul sebagai respon terhadap kebutuhan individu untuk beradaptasi dengan kenyataan (Paingan dkk., 2014). Orang yang lapar tentu perlu makan untuk menghilangkan tegangan yang ada dalam dirinya. Oleh karena itu seseorang harus dapat membedakan mana khayalan tentang makanan dan kenyataan tentang makanan. Hal tersebut merupakan letak perbedaan antara *id* dan *ego*. Jika *id* hanya mengenal dunia subjektif (dunia batin), maka *ego* dapat membedakan sesuatu yang hanya ada dalam batin dengan sesuatu yang ada di dunia nyata (dunia objektif dengan dunia realitas) (Suryabrata, 2003).

Ego adalah eksekutor (pelaksana) kepribadian yang memiliki dua tugas utama. Tugas pertama, yaitu memilih dorongan instingtif atau stimulus yang akan direspon berdasarkan prioritas kebutuhan. Yang kedua, menentukan waktu dan cara pemenuhan kebutuhan tersebut dengan mempertimbangkan peluang yang tersedia dan meminimalkan risiko. *Ego* berfungsi sebagai mediator, menyeimbangkan dorongan *id*, kebutuhan *superego*, dan keadaan dunia luar (Alwisol, 2018).

Ego bekerja berdasarkan prinsip realitas (*reality principle*) untuk memenuhi tuntutan *id*. Pemenuhannya dilakukan dengan mencegah munculnya tegangan baru atau menunda kenikmatan hingga ditemukan objek yang benar-benar mampu memuaskan kebutuhan. Prinsip realitas diterapkan melalui proses sekunder, yaitu pemikiran realistis. Proses sekunder mencakup perencanaan dan evaluasi kemungkinan keberhasilan rencana untuk memperoleh objek

yang diinginkan. Melalui mekanisme ini, sebagian besar tindakan *ego* terjadi dalam ranah kesadaran, tetapi beberapa juga melakukan tindakan di ranah prasadar dan tak sadar (Alwisol, 2018).

2.3.3 *Superego*

Superego adalah aspek moral dan etika dari kepribadian yang beroperasi berdasarkan prinsip idealistik (*idealistic principle*). Prinsip idealistik dari *superego* mempunyai dua subprinsip, yakni *conscience* dan ego ideal. *Superego* tidak memiliki energi psikus sendiri, *superego* mendapatkan energi itu dari *id* (Freud, 2021). *Superego* mencerminkan yang ideal dan bukan hanya yang *real* (nyata), memperjuangkan kesempurnaan dan bukan kenikmatan. Perhatian utamanya adalah memutuskan apakah sesuatu hal itu benar atau salah, sehingga seseorang dapat bertindak sesuai dengan norma-norma moral yang diakui oleh masyarakat (Badi'ah, 2022).

Sebagai upaya untuk mencapai kesempurnaan, *superego* bertindak secara non rasional dan dapat memberikan hukuman yang keras terhadap pelanggaran *ego*, bahkan terhadap pikiran yang belum terwujud dalam tindakan. *Superego* mengendalikan dorongan *id* sama seperti *ego*, tetapi *superego* dapat sepenuhnya menghalangi pemuasan. Tugas *superego* adalah mendorong *ego* untuk mengejar tujuan moral daripada tujuan realistik. Menghentikan impuls *id*, terutama yang agresif dan seksual, yang bertentangan dengan nilai-nilai sosial dan mengejar kesempurnaan (Suryabrata, 2003).

2.4 Pendekatan Struktural

Kaum strukturalisme berpandangan bahwa sebuah teks sastra baik fiksi maupun puisi didefinisikan sebagai sebuah totalitas yang dibentuk oleh berbagai elemen penyusunnya. Setiap elemen tersebut memiliki peran yang signifikan dalam memahami makna teks baru dengan mempertimbangkan hubungannya dengan bagian-bagian lain. Saat membaca fiksi pembaca sering kali menemukan berbagai elemen yang penting seperti tokoh, peristiwa yang terjadi pada tokoh, tempat, waktu, latar belakang sosial budaya tempat berlangsungnya cerita tersebut, dan lain lain. Semua elemen ini saling mendukung satu sama lain. Misalnya, apa saja

hubungan antara tokoh, apa saja hubungan yang terjalin antara peristiwa meskipun disampaikan secara terpisah, dan bagaimana latar belakang sosial budaya membentuk dan memengaruhi kepribadian tokoh. Semua ini dapat dipahami dengan baik karena adanya struktur yang mengatur dan menghubungkan antar unsur-unsur (Nurgiantoro, 2018).

Strukturalisme berfokus pada analisis unsur-unsur yang membentuk suatu karya sastra. Ketika menganalisis karya sastra, khususnya fiksi, pendekatan struktural menekankan pada unsur-unsur intrinsik yang membangun karya tersebut. Proses analisis dilakukan dengan mengidentifikasi, meninjau, dan mendeskripsikan fungsi dan hubungan antar unsur intrinsik tersebut. Dimulai melalui identifikasi peristiwa, alur cerita, tokoh dan enokohnya, latar dan sudut pandang. Selanjutnya dijelaskan bagaimana fungsi setiap elemen dalam mendukung makna keseluruhan cerita. Kemudian bagaimana hubungan antar unsur dapat menciptakan keseluruhan cerita yang totalitas. Oleh karena itu analisis struktural pada hakikatnya bertujuan untuk menguraikan secermat mungkin fungsi dan hubungan antara berbagai unsur yang menyusun keseluruhan karya sastra (Nurgiantoro, 2018).

Unsur intrinsik merupakan unsur dalam diri karya sastra yang membangun karya sastra itu sendiri. Unsur ini terdiri atas tema, tokoh dan penokohan, latar atau setting, alur atau plot, dan sudut pandang (Supriyanto dkk., 2023). Unsur intrinsik adalah unsur yang membangun karya sastra. Unsur ini terdiri atas plot, tokoh dan penokohan, tema, latar, sudut pandang penceritaan, bahasa atau gaya bahasa, dan alur (Nurgiantoro, 2018).

2.4.1 Tema

Tema merupakan hasil penyaringan dari beragam motif yang muncul dalam karya fiksi tersebut. Motif ini berfungsi sebagai elemen dasar untuk memunculkan peristiwa, konflik dan situasi tertentu dalam narasi. Pada hal ini, tema memiliki peran yang mengikat, baik terhadap keberadaan maupun ketiadaan peristiwa, konflik, dan situasi, termasuk unsur-unsur intrinsik lainnya, karena seluruhnya harus mendukung kejelasan gagasan yang ingin disampaikan. Sebagai dasar pengembangan cerita, tema menjiwai keseluruhan

bagian karya. Oleh karena itu, tema memiliki sifat yang umum, luas, dan abstrak (Nurgiantoro, 2018). Tema merupakan gagasan pokok yang terkandung dalam karya fiksi. Tema merupakan fondasi utama yang menjadi dasar pengembangan cerita yang menyatukan dan menanamkan semua aspek karya dengan tujuan dan arah yang jelas (Huda, dkk. 2022).

Tema dapat dipahami sebagai landasan utama cerita atau gagasan dasar umum dalam sebuah novel. Gagasan dasar ini umumnya telah ditetapkan terlebih dahulu oleh pengarang dan menjadi acuan dalam mengembangkan alur cerita. Berdasarkan hal tersebut, keseluruhan cerita cenderung mengikuti gagasan dasar tersebut, sehingga peristiwa, konflik, serta pemilihan unsur intrinsik lainnya, seperti penokohan, latar, dan sudut pandang, diupayakan mencerminkan tema yang telah ditentukan. Apabila dasar cerita telah dirancang sejak awal, misalnya dalam bentuk kerangka atau rancangan cerita, maka gambaran mengenai perwatakan tokoh dan unsur lainnya juga dapat diperkirakan. Meskipun demikian, banyak pengarang mengakui bahwa proses pengembangan cerita tidak selalu berjalan sesuai dengan rencana awal, karena ide-ide cerita kerap berkembang secara dinamis mengikuti arah yang muncul selama proses kreatif berlangsung (Nurgiantoro, 2018).

2.4.2 Tokoh dan penokohan

A. Tokoh

Tokoh adalah salah satu unsur intrinsik dalam karya fiksi yang mengacu pada individu-individu yang terlibat dalam jalan cerita dan watak atau sifat-sifatnya (Supriyanto, dkk. 2023). Tokoh adalah sosok yang menjalankan peran dalam cerita fiksi (Nurgiantoro, 2018). Tokoh dalam karya fiksi dapat diklasifikasikan ke dalam berbagai jenis penamaan berdasarkan sudut pandang atau dasar peninjauan yang digunakan. Perbedaan perspektif tersebut memungkinkan satu tokoh ditempatkan dalam lebih dari satu kategori secara bersamaan. Berdasarkan hal tersebut, seorang tokoh dapat dipahami sebagai tokoh utama, protagonis, berkembang, sekaligus tipikal dalam satu kesatuan analisis.

1. Tokoh utama dan tambahan

Jika dilihat dari peran tokoh-tokoh dalam pengembangan plot, tokoh dapat dibedakan menjadi tokoh utama dan tokoh tambahan. Tokoh utama adalah tokoh penting yang ditampilkan terus menerus sehingga seperti tokoh yang mendominasi dalam cerita. Sedangkan tokoh tambahan adalah tokoh yang muncul hanya sekali atau beberapa kali dalam cerita dan biasanya dalam porsi narasi yang pendek. Tokoh utama memiliki peran sentral dalam cerita karena frekuensi kemunculannya yang tinggi serta keterkaitannya dengan tokoh-tokoh lain. Keberadaan tokoh utama sangat berpengaruh terhadap perkembangan alur, baik sebagai pelaku maupun pihak yang mengalami peristiwa dan konflik yang mendorong jalannya cerita. Sebaliknya, tokoh tambahan memiliki intensitas kemunculan yang lebih terbatas dan tidak menjadi fokus utama dalam penceritaan, sehingga kehadirannya hanya muncul ketika berkaitan dengan tokoh utama, baik secara langsung maupun tidak langsung (Nurgiantoro, 2018).

2. Tokoh protagonis dan antagonis

Jika dilihat dari fungsi penampilan, tokoh dapat dibedakan ke dalam tokoh protagonis dan tokoh antagonis. Tokoh protagonis merupakan tokoh yang merepresentasikan nilai-nilai yang selaras dengan pandangan dan harapan pembaca. Hal tersebut membuat tokoh protagonis sering kali dipersepsikan memiliki kesamaan dengan diri pembaca. Permasalahan yang dihadapi tokoh tersebut seolah menjadi cerminan permasalahan pembaca, termasuk dalam cara menyikapinya. Hal yang dirasakan, dipikirkan, dan dilakukan oleh tokoh protagonis dapat dianggap mewakili pengalaman emosional pembaca, sehingga menumbuhkan empati dalam proses pembacaan (Nurgiantoro, 2018).

Karya fiksi pada dasarnya harus memuat konflik dan ketegangan sebagai unsur pembangun cerita, terutama yang dialami oleh tokoh protagonis. Tokoh yang menjadi sumber munculnya konflik tersebut dikenal sebagai tokoh antagonis. Pada perannya, tokoh antagonis hadir sebagai pihak yang

berlawanan dengan tokoh protagonis, baik secara langsung maupun tidak langsung. Hal tersebut dapat diwujudkan dalam bentuk pertentangan fisik maupun batin. Tokoh antagonis adalah tokoh yang menimbulkan konflik dan stres bagi tokoh protagonis (Nurgiantoro, 2018).

Pembedaan antara tokoh utama dan tokoh tambahan dengan tokoh protagonis dan antagonis kerap dipadukan, sehingga muncul klasifikasi seperti tokoh utama-protagonis, tokoh utama-antagonis, tokoh tambahan-protagonis, dan sebagainya. Penentuan secara tegas antara tokoh utama yang berperan sebagai protagonis dan antagonis tidak selalu mudah dilakukan karena sifatnya yang bertahap atau bergradasi. Karakter tokoh dalam cerita juga dapat mengalami perkembangan, sehingga tokoh yang awalnya menimbulkan antipati dapat berubah menjadi tokoh yang disimpati, atau sebaliknya. Perubahan tersebut juga dapat memengaruhi tingkat simpati atau antipati pembaca terhadap tokoh (Nurgiantoro, 2018).

3. Tokoh sederhana dan tokoh bulat

Tokoh sederhana merupakan tokoh yang pada dasarnya hanya memiliki satu kualitas kepribadian atau satu sifat tertentu yang menonjol. Sebagai representasi manusia dalam cerita, tokoh ini tidak ditampilkan dengan beragam kemungkinan sisi kehidupan, sehingga tidak menghadirkan kompleksitas karakter. Sifat dan perilakunya cenderung datar dan monoton, tanpa memberikan unsur kejutan bagi pembaca, karena secara konsisten mencerminkan satu watak yang sama sepanjang cerita. Karakterisasi tokoh sederhana biasanya ditegaskan secara berulang dalam karya fiksi, sehingga mudah dikenali. Oleh karena itu, perwatakan tokoh ini umumnya dapat dirumuskan secara singkat, bahkan hanya dalam satu kalimat atau frasa, seperti sosok yang miskin tetapi jujur, kaya tetapi kikir, atau individu yang selalu pasrah terhadap nasib (Nurgiantoro, 2018).

Tokoh bulat atau tokoh kompleks merupakan kebalikan dari tokoh sederhana, yakni tokoh yang memiliki beragam dimensi kehidupan, kepribadian, dan identitas yang diungkap dalam cerita. Tokoh ini tidak

hanya menampilkan satu sifat tertentu, tetapi juga dapat menunjukkan berbagai sikap dan perilaku yang beragam, bahkan terkadang tampak saling bertentangan dan sulit diprediksi. Oleh karena itu, perwatakannya cenderung tidak mudah dirumuskan secara sederhana. Jika dibandingkan dengan tokoh sederhana, tokoh bulat lebih merepresentasikan realitas kehidupan manusia yang sesungguhnya, karena memiliki kemungkinan sikap dan tindakan yang luas serta mampu menghadirkan unsur kejutan bagi pembaca. Perbedaan antara tokoh sederhana dan tokoh kompleks tidak bersifat oposisi atau pertentangan secara mutlak. Tokoh sederhana bukanlah kebalikan langsung dari tokoh kompleks. Perbedaan di antara keduanya lebih bersifat bertingkat atau bergradasi, yang didasarkan pada tingkat kompleksitas karakter atau watak yang dimiliki oleh masing-masing tokoh (Nurgiantoro, 2018).

4. Tokoh statis dan berkembang

Tokoh statis merupakan tokoh yang secara mendasar tidak mengalami perubahan atau perkembangan karakter sebagai akibat dari peristiwa yang terjadi dalam cerita. Tokoh ini cenderung tidak terpengaruh oleh dinamika lingkungan maupun interaksi antartokoh, sehingga sikap dan wataknya relatif tetap dari awal hingga akhir cerita. Berdasarkan hal tersebut, tokoh statis digambarkan konsisten tanpa mengalami transformasi yang berarti. Sebaliknya, tokoh berkembang adalah tokoh yang mengalami perubahan dan perkembangan karakter seiring dengan berlangsungnya peristiwa dan alur cerita. Tokoh ini aktif berinteraksi dengan lingkungan, baik sosial maupun alam, sehingga berbagai pengalaman dan hubungan yang dialaminya memengaruhi sikap, watak, dan perilakunya. Perubahan tersebut dapat terlihat secara bertahap dari awal, tengah, hingga akhir cerita, sehingga membentuk perkembangan karakter yang selaras dengan keseluruhan alur (Nurgiantoro, 2018).

Pada penokohan statis, dikenal pula konsep tokoh hitam dan tokoh putih. Tokoh hitam merujuk pada karakter yang secara konsisten digambarkan memiliki sifat buruk atau jahat tanpa adanya penonjolan sisi kebaikan.

Sebaliknya, tokoh putih merupakan karakter yang terus-menerus ditampilkan sebagai sosok baik tanpa memperlihatkan sisi negatifnya. Kedua jenis tokoh ini cenderung bersifat stereotip karena merepresentasikan pembagian moral yang tegas antara baik dan buruk, sehingga mudah dikenali sebagai simbol tertentu dalam cerita (Nurgiantoro, 2018).

Tokoh statis, baik yang berkarakter hitam maupun putih, merupakan tokoh yang bersifat sederhana dan datar karena tidak menampilkan beragam sisi kehidupannya. Tokoh ini hanya memiliki satu kemungkinan watak yang konsisten dari awal hingga akhir cerita tanpa mengalami perubahan. Sebaliknya, tokoh berkembang cenderung bersifat kompleks karena mengalami perubahan dan perkembangan dalam sikap, watak, serta perilakunya, sehingga memungkinkan terungkapnya berbagai dimensi kejiwaannya. Oleh karena itu, sebagaimana tokoh datar, tokoh statis juga dinilai kurang merepresentasikan realitas kehidupan manusia secara utuh.

5. Tokoh tipikal dan netral

Berdasarkan tingkat keterkaitannya dengan realitas kehidupan manusia, tokoh dalam karya sastra dapat diklasifikasikan menjadi tokoh tipikal (*typical character*) dan tokoh netral (*neutral character*). Tokoh netral merupakan tokoh yang eksistensinya sepenuhnya berada dalam ranah fiksi dan hadir semata-mata untuk kepentingan cerita. Tokoh ini tidak dimaksudkan untuk merepresentasikan individu atau kelompok tertentu dari dunia nyata. Hal tersebut membuat pembaca cenderung mengalami kesulitan dalam menafsirkan keterkaitannya dengan realitas di luar cerita (Nurgiantoro, 2018).

Tokoh tipikal adalah tokoh yang dalam beberapa aspek merefleksikan karakteristik tertentu dari kehidupan nyata, meskipun tidak mencakup keseluruhan identitasnya. Ketipikalan tersebut dapat terlihat dari sikap, reaksi terhadap konflik, tindakan, maupun cara bertutur dalam menghadapi permasalahan tertentu. Pada sebuah novel, jumlah tokoh tipikal bisa terbatas, baik sebagai tokoh utama maupun tokoh tambahan, dan tidak

semua aspek kepribadiannya bersifat representatif terhadap realitas. Perbedaan antara tokoh tipikal dan tokoh netral tidak bersifat mutlak, melainkan berada dalam spektrum atau gradasi tertentu. Selain itu, unsur ketipikalan dalam karya sastra tidak hanya berkaitan dengan penokohan, tetapi juga dapat mencakup unsur lain seperti tema, alur, permasalahan cerita, serta latar yang turut membangun keseluruhan struktur naratif (Nurgiantoro, 2018).

B. Penokohan

Penokohan merujuk pada cara pengarang menghadirkan tokoh, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga pembaca dapat menafsirkan karakter tokoh melalui ucapan dan tindakannya. Penokohan dan karakterisasi kerap dipersamakan dengan istilah karakter dan perwatakan yang merujuk pada penggambaran tokoh-tokoh tertentu beserta sifat-sifat yang melekat dalam sebuah cerita. Penokohan mengacu pada bagaimana sifat dan sikap tokoh dipahami serta ditafsirkan oleh pembaca, sehingga lebih menekankan pada kualitas personal yang dimiliki tokoh tersebut. Selain itu, respons atau reaksi yang ditunjukkan oleh tokoh juga menjadi salah satu teknik dalam penokohan untuk mengungkapkan identitas dan kepribadian tokoh kepada pembaca (Nurgiantoro, 2018).

Penokohan dapat diartikan sebagai proses atau teknik pelukisan watak tokoh oleh pengarang. Penggambaran ini dapat disampaikan melalui deskripsi langsung dari penulis, melalui dialog antar tokoh, atau secara tidak langsung melalui tindakan dan tingkah laku tokoh dalam cerita. Penokohan dapat didefinisikan sebagai penggambaran tokoh dari segi fisik maupun kepribadian. Kepribadian dalam penokohan digambarkan melalui berbagai sifat-sifat, dan sikap yang dimiliki oleh karakter dalam karya sastra. Tujuan utama penokohan adalah untuk menggambarkan kualitas pribadi seorang tokoh, yang mencerminkan kepribadian, nilai-nilai, dan responsnya terhadap berbagai situasi dalam alur cerita (Supriyanto, dkk. 2023).

2.4.3 Latar atau setting

Latar merupakan segala hal yang mendasari atau melatar belakangi tokoh cerita (Huda, dkk. 2022). Latar terbagi menjadi tiga jenis yaitu, latar waktu, latar tempat, dan latar sosial budaya. Latar tempat merupakan lokasi terjadinya peristiwa yang diceritakan dalam novel. Latar waktu merupakan waktu atau urutan penceritaan dalam novel atau merujuk waktu saat peristiwa terjadi. Latar sosial budaya merupakan hal hal yang berkaitan dengan perilaku dan kehidupan sosial masyarakat disuatu tempat yang diceritakan dalam novel (Nurgiantoro, 2018). Latar memiliki peran yang signifikan dalam membentuk konflik dan perwatakan. Oleh karena itu keterkaitan latar tersebut perlu dianalisis secara mendalam untuk memahami cerita secara utuh (Semi, 2021).

1. Latar Tempat

Latar tempat merujuk pada lokasi terjadinya peristiwa dalam suatu karya fiksi. Unsur tempat yang digunakan dapat berupa lokasi dengan nama tertentu, inisial tertentu, maupun tempat yang tidak disebutkan secara eksplisit. Tempat yang memiliki nama jelas biasanya merujuk pada lokasi nyata yang dapat ditemukan dalam kehidupan sehari-hari, seperti Magelang, Yogyakarta, Juranggede, Cemarajajar, Kramat, dan Grojogan sebagaimana digambarkan dalam novel *Burung-burung Manyar*. Sementara itu, penggunaan inisial, umumnya berupa huruf kapital sebagai singkatan nama tempat, tetap mengacu pada lokasi tertentu, tetapi menuntut pembaca untuk menafsirkan sendiri, seperti kota M, S, T, atau desa B dalam karya *Bawuk*. Adapun latar tempat yang tidak memiliki nama spesifik biasanya ditunjukkan melalui penyebutan jenis atau karakteristik umum suatu lokasi, seperti desa, sungai, jalan, hutan, kota, maupun wilayah kecamatan (Nurgiantoro, 2018).

2. Latar Waktu

Latar waktu berkaitan dengan pertanyaan mengenai “kapan” berlangsungnya peristiwa-peristiwa dalam suatu karya fiksi. Aspek

temporal tersebut umumnya dihubungkan dengan waktu faktual, yakni waktu yang memiliki keterkaitan atau dapat dikaitkan dengan peristiwa sejarah. Pengetahuan serta persepsi pembaca terhadap waktu historis tersebut kemudian dimanfaatkan sebagai dasar untuk memasuki dan memahami suasana cerita. Hal tersebut membuat pembaca menafsirkan serta menikmati alur cerita berdasarkan acuan waktu yang berasal dari luar teks. Kesesuaian atau kesejalaran perkembangan waktu antara dunia cerita dan realitas juga berfungsi untuk memperkuat kesan bahwa peristiwa yang disajikan seolah-olah benar-benar terjadi (Nurgiantoro, 2018).

3. Latar Sosial

Latar sosial merujuk pada aspek-aspek yang berkaitan dengan kehidupan sosial masyarakat di suatu tempat sebagaimana digambarkan dalam karya fiksi. Pola kehidupan sosial tersebut mencakup berbagai persoalan yang bersifat kompleks, seperti kebiasaan hidup, adat istiadat, tradisi, sistem kepercayaan, pandangan hidup, serta cara berpikir dan bersikap yang termasuk dalam dimensi spiritual. Latar sosial juga berkaitan dengan kedudukan atau status sosial tokoh dalam masyarakat, misalnya golongan bawah, menengah, atau atas (Nurgiantoro, 2018).

2.4.4 Alur atau plot

Alur atau plot merupakan serangkaian peristiwa yang dipilih secara selektif dan disusun berdasarkan sebab-akibat. Penyusunan ini bertujuan untuk memancing dan menimbulkan respon tertentu dari pembaca seperti rasa ingin tahu dan menghadirkan sebuah kejutan selama proses membaca (Nurgiantoro, 2018). Alur merupakan rangkaian peristiwa yang tersusun secara sistematis dalam sebuah cerita, yang melibatkan tokoh-tokoh di dalamnya serta berkembang dari tahap awal hingga mencapai titik puncak atau klimaks (Auliya & Damariswara, 2022). Berdasarkan kedua pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa alur atau plot merupakan rangkaian peristiwa dalam cerita yang disusun secara sistematis dan selektif berdasarkan hubungan sebab-akibat, melibatkan tokoh-

tokoh di dalamnya, serta berkembang dari tahap awal hingga mencapai klimaks.

Berdasarkan kriteria urutan waktu, alur dibedakan menjadi tiga jenis yaitu lurus atau maju, sorot balik atau mundur dan campuran. Plot atau alur lurus disajikan secara runtut, dimulai dengan pengenalan situasi, karakter, dan pemunculan konflik, diikuti dengan konflik memuncak atau klimaks, kemudian dilanjutkan dengan tahap penyelesaian. Pada plot atau alur mundur peristiwa-peristiwa tidak disajikan secara kronologis. Narasi tidak dimulai dari awal (secara logika) tetapi dapat dimulai dari tengah ataupun akhir. Fiksi yang menggunakan alur ini, awal penceritaannya sering dimulai dari konflik. Alur campuran adalah alur yang menggabungkan dua alur dalam satu cerita fiksi (Nurgiantoro, 2018).

2.4.5 Sudut pandang

Sudut pandang merupakan sebuah strategi yang sengaja dipilih oleh penulis untuk menyampaikan ide atau cerita (Nurgiantoro, 2018). Sudut pandang merupakan cara yang digunakan penulis untuk menceritakan karyanya, sehingga alur dan isi cerita dapat dipahami dengan mudah oleh pembaca (Naila, dkk. 2022). Berdasarkan kedua pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa sudut pandang merupakan strategi yang dipilih penulis dalam menyampaikan cerita, sekaligus menjadi cara untuk mengatur penyajian alur dan isi karya agar dapat dipahami dengan jelas oleh pembaca.

A. Sudut pandang pesona ketiga dia

Penceritaan dengan menggunakan sudut pandang persona ketiga, atau gaya “dia”, menempatkan pencerita sebagai pihak yang berada di luar alur cerita. Pada teknik ini, pencerita menghadirkan tokoh-tokoh dengan menyebutkan nama mereka secara langsung atau menggunakan kata ganti seperti ia, dia, dan mereka. Penyebutan nama tokoh, terutama tokoh utama, biasanya dilakukan secara berulang, dengan variasi penggunaan kata ganti untuk menjaga kejelasan dan keberagaman dalam penyampaian narasi (Nurgiantoro, 2018)..

1. Dia Mahatahu

Sudut pandang persona ketiga mahatahu merupakan teknik penceritaan yang menggunakan perspektif “dia”, tetapi narator memiliki pengetahuan yang tidak terbatas terhadap tokoh. Pada sudut pandang ini, pengarang sebagai narator dapat mengungkapkan berbagai hal yang berkaitan dengan tokoh, baik yang bersifat lahiriah maupun batiniah, sehingga memungkinkan penyajian cerita secara menyeluruh dan mendalam (Nurgiantoro, 2018)..

2. "Dia" Terbatas, "Dia" sebagai Pengamat

Pada 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 (Nurgiantoro, 2018).

B. Sudut Pandang Persona Pertama: "Aku"

Pada penceritaan yang menggunakan sudut pandang persona pertama atau *first-person point of view*, narasi disampaikan melalui gaya “aku”. Pada teknik ini, narator merupakan tokoh yang terlibat langsung dalam cerita. Ia berperan sebagai “aku” yang mengisahkan pengalaman dirinya sendiri, termasuk kesadaran diri (*self-consciousness*), serta berbagai peristiwa dan tindakan yang diketahui, dilihat, didengar, dialami, dan dirasakan. Selain itu, narator juga menyampaikan sikap serta pandangannya terhadap tokoh lain kepada pembaca (Nurgiantoro, 2018)..

1. "Aku" Tokoh Utama

Pada teknik sudut pandang ini, tokoh “aku” menceritakan berbagai peristiwa dan perilaku yang dialaminya, baik yang bersifat batiniah maupun fisik, termasuk hubungannya dengan hal-hal di luar dirinya. Tokoh “aku” berfungsi sebagai pusat kesadaran sekaligus pusat cerita. Segala peristiwa, tindakan, dan tokoh lain hanya dihadirkan sejauh

memiliki keterkaitan atau dianggap penting bagi dirinya. Hal-hal tersebut cenderung tidak diungkapkan karena keterbatasan pengetahuan tokoh “aku”, meskipun ia memiliki kebebasan dalam menentukan apa yang akan diceritakan. Berdasarkan hal tersebut, dalam pola penceritaan ini, tokoh “aku” berperan sebagai tokoh utama atau first-person central (Nurgiantoro, 2018).

2. Aku" Tokoh Tambahan"

Pada sudut pandang ini, tokoh “aku” tidak berperan sebagai tokoh utama, melainkan sebagai tokoh tambahan atau first-person peripheral. Kehadiran “aku” berfungsi sebagai penyampai cerita kepada pembaca, sementara tokoh yang dikisahkan diberi ruang untuk mengungkapkan pengalaman-pengalamannya sendiri. Tokoh yang menceritakan pengalaman tersebut kemudian menjadi tokoh utama karena lebih dominan dalam menampilkan peristiwa, tindakan, serta interaksi dengan tokoh lain. Setelah rangkaian cerita tokoh utama selesai, tokoh “aku” kembali hadir untuk melanjutkan atau menutup narasi. Berdasarkan hal tersebut, peran “aku” dalam sudut pandang ini terbatas sebagai saksi (witness) terhadap jalannya cerita yang berpusat pada tokoh lain. Umumnya, tokoh “aku” muncul pada bagian awal sebagai pengantar dan pada bagian akhir sebagai penutup cerita (Nurgiantoro, 2018).

c. Sudut Pandang Campuran

Penggunaan sudut pandang dalam sebuah novel tidak selalu terbatas pada satu teknik saja. Pengarang dapat memadukan atau berpindah dari satu teknik ke teknik lainnya sesuai dengan kebutuhan cerita. Hal tersebut bergantung pada kreativitas pengarang dalam memanfaatkan berbagai teknik yang tersedia guna mencapai efektivitas penceritaan, atau setidaknya untuk menghadirkan variasi yang memberikan nuansa berbeda. Pemilihan dan penerapan teknik-teknik tersebut umumnya mempertimbangkan kelebihan serta keterbatasan masing-masing sudut pandang (Nurgiantoro, 2018)..

Pada praktiknya, penggunaan sudut pandang campuran dalam novel dapat berupa kombinasi persona ketiga, seperti teknik “dia” mahatahu dan “dia” sebagai pengamat, maupun persona pertama, seperti “aku” sebagai tokoh utama dan “aku” sebagai tokoh tambahan atau saksi. Bahkan, tidak jarang pula ditemukan perpaduan antara persona pertama dan persona ketiga, yaitu penggunaan “aku” dan “dia” secara bersamaan dalam satu karya (Nurgiantoro, 2018)..

Untuk memahami makna suatu karya sastra secara optimal, diperlukan pemahaman yang mendalam terhadap strukturnya. Pemahaman terhadap struktur sastra memerlukan analisis terhadap unsur-unsur atau komponen yang secara bersama-sama membentuk kesatuan dan keutuhan suatu karya sastra. Analisis dalam penelitian ini akan berfokus pada analisis tokoh dan penokohan yang menggambarkan perilaku depresi mayor. Analisis ini dilakukan untuk memahami bagaimana depresi mayor yang dialami oleh tokoh utama direpresentasikan dalam novel (Jabrohim, 2015).

2.5 Pembelajaran di SMA

Penelitian ini akan diimplikasikan dalam pembelajaran Bahasa Indonesia pada Kurikulum Merdeka dengan menggunakan pendekatan *deep learning*. Kurikulum Merdeka merupakan kurikulum terbaru yang diterapkan saat ini, yaitu di era kemajuan teknologi dan keterbukaan informasi (Widiastini dkk., 2023). Proses perubahan kurikulum pada dasarnya ditujukan untuk mengatasi krisis pembelajaran. Inisiatif ini dilakukan dengan tujuan untuk membina lingkungan belajar yang aman, ramah, dan menarik di dalam institusi pendidikan (Agustina, 2023). Tujuan dari penerapan Kurikulum Merdeka adalah untuk memastikan pemerataan akses dan kualitas pendidikan di Indonesia. Hal ini menciptakan keselarasan antara kebijakan pusat dan daerah serta mendorong kolaborasi untuk mewujudkan sistem pendidikan yang meningkatkan kesejahteraan masyarakat (Wardana dkk., 2022).

Kemampuan dalam mata pelajaran Bahasa Indonesia pada Kurikulum Merdeka mencakup kemampuan reseptif (menyimak, membaca dan memirsa) dan

kemampuan produktif (berbicara, mempresentasikan, dan menulis). Pengembangan kompetensi berbahasa didasarkan pada tiga aspek yang saling berkaitan, yaitu aspek kebahasaan, kesusastraan, dan keterampilan berpikir. Aspek kebahasaan berkaitan dengan penguasaan kompetensi kebahasaan. Aspek kesusastraan berkaitan dengan kemampuan memahami, mengapresiasi, menanggapi, menganalisis, dan menciptakan karya sastra. Aspek kemampuan berpikir mengacu pada kemampuan berpikir kritis, kreatif, dan imajinatif (Kemdikbud, 2022). Sejalan dengan tuntutan tersebut, proses pembelajaran perlu menerapkan pendekatan yang mampu mengembangkan kemampuan berpikir kritis peserta didik secara lebih mendalam dan bermakna.

Pendekatan *deep learning* (pembelajaran mendalam) merupakan suatu pendekatan pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan berfikir kritis peserta didik. Pada pendekatan ini informasi yang diterima oleh peserta didik tidak hanya diterima secara mentah-mentah tetapi dinalisis secara lebih kritis. *Deep learning* juga menekankan pada pemberian pengalaman belajar yang bermakna bagi peserta didik. Pendekatan ini mendorong peserta didik untuk mengaitkan pengetahuan baru dengan pengalaman atau pengetahuan yang telah dimiliki sebelumnya. Hal tersebut membuat proses pembelajaran menjadi lebih mendalam, reflektif, dan mampu meningkatkan pemahaman konsep secara berkelanjutan (Ketut dan Adnyana, 2024).

Deep learning membuat pembelajaran tidak semata-mata berfokus pada penyampaian konsep atau teoretis, melainkan mengarahkan peserta didik pada proses kontekstualisasi pengetahuan. Teori yang dipelajari siswa didalam kelas dapat dihubungkan dan diterapkan dengan kehidupan nyata. Untuk mencapai hal tersebut pendekatan *deep learning* terdiri atas tiga konsep utama, yaitu *meaningful learning*, *mindful learning*, dan *joyful learning*. Ketiga konsep tersebut saling berhubungan dan bekerja secara terpadu dalam menciptakan proses pembelajaran yang lebih mendalam, bermakna, serta mampu meningkatkan motivasi belajar peserta didik (Ketut dan Adnyana, 2024).

Konsep *meaningful learning* melibatkan pengintegrasian informasi baru dengan struktur pengetahuan yang telah dimiliki oleh peserta didik. Proses kognitif tersebut tidak hanya berfungsi untuk menambahkan informasi baru, melainkan juga membentuk jaringan pemahaman yang lebih kompleks dan terstruktur. Ketika peserta didik secara aktif mengaitkan fenomena atau pengetahuan baru dengan pengetahuan yang telah dimilikinya, mereka akan membangun pemahaman yang lebih mendalam dan bertahan dalam jangka waktu yang lebih lama. Pada penerapan *meaningful learning* guru dapat merancang kegiatan pembelajaran yang memungkinkan peserta didik mengeksplorasi keterkaitan antara konsep baru dengan pengalaman mereka dalam kehidupan sehari-hari. Penggunaan contoh-contoh yang bersifat kontekstual dan relevan juga turut membantu peserta didik dalam memahami penerapan praktis dari konsep yang dipelajari (Fitriani, 2025).

Mindful learning sebagai komponen kedua memiliki peran penting dalam mengembangkan kesadaran serta keterlibatan aktif peserta didik dalam proses pembelajaran. Pendekatan ini mendorong peserta didik untuk menjadi pembelajar yang sadar dan reflektif terhadap proses belajar yang mereka jalani. *Mindful learning* tidak hanya menekankan pada kemampuan berkonsentrasi, tetapi juga mencakup pengembangan kesadaran metakognitif yang memungkinkan peserta didik memahami sekaligus mengelola proses belajar mereka sendiri. Hal tersebut membuat peserta didik tidak hanya diarahkan untuk berfokus pada materi yang dipelajari, tetapi juga pada cara mereka belajar, strategi yang digunakan, dan upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan efektivitas proses belajarnya (Fitriani, 2025).

Joyful learning sebagai prinsip ketiga memberikan dimensi emosional yang penting dalam proses pembelajaran. Nur (dalam Fitriani, 2025) menyatakan bahwa pendekatan ini mengintegrasikan unsur keaktifan, kreativitas, efektivitas, serta kesenangan dalam kegiatan belajar. Penciptaan suasana pembelajaran yang menyenangkan tidak mengurangi substansi atau kedalaman materi yang dipelajari, tetapi juga dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran. Penerapan *joyful learning* dilakukan melalui perancangan kegiatan pembelajaran yang memadukan unsur permainan, kreativitas, dan eksplorasi. Melalui pendekatan ini, peserta didik dapat

merasakan suasana belajar yang lebih nyaman sehingga motivasi belajar mereka meningkat. Pendekatan *joyful learning* juga memperhatikan aspek psikologis dan emosional peserta didik dengan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi perkembangan kognitif serta sosial-emosional secara seimbang (Fitriani, 2025).

Implikasi penelitian ini akan difokuskan untuk pembelajaran Bahasa Indonesia kelas XI atau fase F. Pada akhir fase F peserta didik diharapkan dapat memiliki kemampuan berbahasa yang diperlukan untuk berkomunikasi dan bernalar sesuai dengan tujuan, konteks sosial, akademis, dan dunia kerja. Peserta didik juga mampu memahami, mengolah, menginterpretasi dan mengevaluasi berbagai teks. Peserta didik mampu mengkreasikan ide dan pendapat untuk berbagai tujuan. Peserta didik mampu berpartisipasi aktif dalam kegiatan komunikasi yang melibatkan banyak orang. Peserta didik mampu menulis berbagai teks yang mencerminkan dan mengaktualisasikan identitas mereka, dengan penekanan khusus pada pemanfaatan Bahasa Indonesia dalam berbagai *platform* media untuk mempromosikan kemajuan peradaban bangsa (Kemdikbud, 2022).

Hasil penelitian ini akan diimplikasikan pada pembelajaran Bahasa Indonesia fase F dengan fokus pada elemen membaca. Implikasi penelitian ini akan difokuskan pada capaian pembelajaran pada fase F elemen membaca, yaitu peserta didik mampu mengapresiasi berbagai tipe teks berwujud teks visual dan/atau audiovisual. (Guru Kemdikbud). Pada penelitian ini implikasi akan difokuskan pada apresiasi teks visual yaitu teks sastra (novel). Kegiatan apresiasi sastra tidak hanya terbatas pada menikmati cerita, tetapi mencakup proses memahami, menafsirkan, bahkan menciptakan kembali karya sastra tersebut (Rusdi, dkk. 2025). Namun, dalam penelitian ini hanya akan mencapai tahap menafsirkan karya sastra. Pada tahap tersebut, peserta didik diarahkan untuk menganalisis gejala depresi mayor yang digambarkan tokoh. Melalui kegiatan tersebut, peserta didik diharapkan mampu memahami kondisi psikologis tokoh sekaligus mengetahui representasi realitas sosial yang diangkat dalam novel.

Pada akhirnya penelitian ini akan diimplikasikan dalam pembelajaran Bahasa Indonesia di XI SMA yang akan berfokus pada pengembangan kemampuan

membaca mendalam peserta didik sebagai cara apresiasi sastra dan memahami gejala depresi. Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* yang menggambarkan depresi mayor yang mendalam secara realistis dipilih sebagai bahan bacaan peserta didik. Peserta didik memahami cerita serta nuansa psikologis yang mendasarinya melalui evaluasi dan berpikir secara kritis. Peserta didik kemudian mengaitkan pemahaman ini pada situasi sosial nyata, mengubah kegiatan membaca menjadi aktivitas yang kontekstual dan reflektif. Melalui analisis gejala-gejala depresi mayor dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati*, implikasi ini meningkatkan relevansi studi sastra terhadap masalah kehidupan nyata dan menghasilkan pengalaman belajar yang bermakna dan kontekstual.

Pembelajaran Bahasa Indonesia melatih peserta didik menggunakan berbagai sumber untuk menilai akurasi dan kualitas data. Peserta didik diarahkan membandingkan isi teks dengan referensi lain yang relevan. Kegiatan ini membantu membedakan fakta dan opini secara cermat. Proses ini juga menumbuhkan kebiasaan berpikir kritis dalam menerima informasi. Kemampuan tersebut sangat penting dalam menghadapi arus informasi yang beragam di era digital (Kemendikbud, 2022). Implikasi dari hasil penelitian ini memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk mengasah keterampilan memahami, menginterpretasi, mengevaluasi, dan mengaitkan isi teks dengan konteks nyata. Terlebih, implikasi pada penelitian ini akan mengacu pada pendekatan *deep learning*.

III. METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Penelitian ini menerapkan metode penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan objektif sastra. Metode penelitian kualitatif merupakan pendekatan sistematis yang digunakan untuk mempelajari objek dalam konteks alamiah tanpa adanya manipulasi atau pengujian hipotesis. Pendekatan ini menggunakan metode yang sesuai dengan kondisi alamiah, dengan tujuan untuk mencapai pemahaman yang mendalam kualitas dari fenomena yang diamati. Pemilihan metode penelitian kualitatif didasari pada fokus penelitian yang akan menjelaskan data dalam bentuk narasi, sehingga tidak menunjukkan data dalam angka atau statistika.

Sebagai bentuk objektif sastra peneliti akan melakukan analisis konten dengan menganalisis dan mengkasifikasikan kutipan atau narasi yang mengandung gejala-gejala depresi mayor sesuai dengan kriteria gejala depresi mayor. Penelitian menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan objektif sastra untuk menjelaskan gejala-gejala dan representasi depresi mayor pada tokoh utama dalam novel Seporsi *Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna. Selain itu, penelitian ini juga menjelaskan implikasi penelitian terhadap pembelajaran sastra di SMA.

3.2 Data dan Sumber Data

Data dalam penelitian ini berupa kutipan-kutipan dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna yang memuat perilaku depresi mayor. Pemilihan data didasarkan pada gejala depresi mayor yang dikemukakan oleh (American Psychiatric Association (APA), (2013) yaitu gejala suasana hati yang tertekan, minat atau kesenangan yang menurun drastis, penurunan atau peningkatan berat badan, insomnia atau hipersomnia, agitasi atau keterbelakangan psikomotorik, kelelahan dan kehilangan energi, perasaan tidak berharga atau bersalah yang

berlebihan, berkurangnya kemampuan berpikir, berkonsentrasi, atau keragu raguan, dan pikiran berulang tentang kematian. Sumber data dalam penelitian ini adalah novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna. Kutipan-kutipan tersebut diperoleh melalui proses pembacaan mendalam dan dipilih secara sistematis berdasarkan relevansinya dengan fokus kajian.

Berikut adalah identitas sumber data penelitian.

Judul Novel : Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati

Penulis : Brian Krisna

Tahun Terbit : 2025

Penerbit : PT Gramedia Widiasarana

Jumlah halaman : 216 halaman

3.3 Instrumen Penelitian

Sebagai gambaran penelitian mengenai depresi, berikut disajikan instrumen yang menjadi acuan peneliti.

Tabel 3.1. Instrumen Depresi Mayor

| No. | Masalah | Sub Indikator | Deskriptor | Data | Interpretasi |
|-----|---|-----------------------------------|---|------|--------------|
| 1. | Bagaimanakah gejala-gejala depresi mayor tokoh utama dalam novel <i>Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati</i> karya Brian Krisna? | Gejala Suasana hati yang tertekan | Suasana hati yang tertekan ditandai dengan munculnya perasaan sedih, putus asa, kecewa, hampa, marah, mudah tersinggung, menyalahkan orang lain, <i>mood</i> yang tidak stabil, dan cemas (American Psychiatric Association (APA), 2013). Contoh dari gejala depresi perasaan yang tertekan adalah, <i>Hanya satu jam guru itu mengajari. Tapi terasa sangat lama. Aku tak menyukainya. Bunyi piano tak lagi indah menyapa telingaku. Ia kini menjelma jadi bunyi-bunyian yang mengganggu, yang membuatku selalu merasa dikejar-kejar. ?”</i> | | |

| No. | Masalah | Sub Indikator | Deskriptor | Data | Interpretasi |
|-----|---------|---|--|------|--------------|
| | | | <p>Pada kutipan tersebut tokoh mengalami gejala suasana hati yang tertekan ditandai dengan munculnya perasaan mudah tersinggung. Tokoh merasa dikejar kejar oleh suara piano yang pada kondisi normal hal ini tidak wajar (Hidayah, 2015). Selain itu kutipan <i>“Aku merasa marah pada diriku sendiri karena selalu gagal. Mengapa aku tidak bisa mengatasi ini? Mengapa akuterus terjebak dalam siklus yang sama?”</i> Juga mencerminkan gejala suasana hati yang tertekan. Pada kutipan tersebut tokoh mengalami gejala suasana hati yang tertekan ditandai dengan munculnya perasaan marah dan kecewa (Sudarmiati,dkk. 2025)</p> | | |
| | | <p>Minat atau kesenangan yang menurun drastis</p> | <p>Pada individu penderita depresi mayor terjadi gejala penurunan minat atau kesenangan terjadi pada hampir semua aktivitas dan hampir terjadi setiap hari. Seseorang yang mengalami kehilangan minat atau kesenangan menandakan seseorang mengalami depresi. Seseorang akan merasakan penurunan minat terhadap hobi yang sebelumnya menyenangkan, rasa acuh tak acuh, atau ketidakpuasan dari aktivitas yang pernah dinikmati. Salah satu bentuk dari menurunnya minat atau kesenangan adalah penarikan diri dari interaksi sosial atau pengabaian aktivitas rutin yang</p> | | |

| No. | Masalah | Sub Indikator | Deskriptor | Data | Interpretasi |
|-----|---------|---|---|------|--------------|
| | | | <p>sebelumnya dilakukan (American Psychiatric Association (APA), 2013). Contoh dari gejala minat atau kesenangan yang menurun drastis adalah <i>Minggir! Lengkar</i> <i>mendorong bahu Masnaka. Lalu berlalu dari laki-laki itu. Namun, Masnaka dengan sigap bergegas dan menangkap lengan gadis itu</i> (Falensia, 2021; 66). Kutipan di atas menunjukkan bahwa Lengkar ingin pergi sendiri untuk melampiaskan emosinya. Berinteraksi dengan orang lain membutuhkan tenaga mental dan fisik, dan ketika seseorang merasa sangat lelah atau stres karena emosi negatif, mereka mungkin tidak akan bergaul dengan orang lain atau merasa tidak memiliki tenaga untuk berbicara dengan orang lain. Akibatnya, mereka memutuskan untuk menghindari interaksi sosial untuk mengurangi stres (Sudarmiati,dkk. 2025).</p> | | |
| | | <p>Penurunan atau peningkatan berat badan</p> | <p>Perubahan pola makan umum terjadi dapat menyebabkan peningkatan maupun penurunan berat badan. Beberapa individu yang diagnosis depresi mengalami dorongan yang kuat untuk mengonsumsi makanan. Sementara beberapa individu lain merasakan peningkatan nafsu makan dan muncul perasaan untuk mengonsumsi makanan</p> | | |

| No. | Masalah | Sub Indikator | Deskriptor | Data | Interpretasi |
|-----|---------|---|--|------|--------------|
| | | | tertentu seperti makanan manis atau tinggi karbohidrat (American Psychiatric Association (APA), 2013). | | |
| | | Insomnia atau hipersomnia | Gangguan tidur pada individu yang didiagnosis dengan depresi dapat muncul dalam dua bentuk, yaitu kesulitan tidur (insomnia) atau tidur berlebihan (hipersomnia). Insomnia yang dialami umumnya adalah insomnia sedang dan insomnia terminal. Insomnia sedang ditandai dengan sering terbangun di malam hari dan sulit untuk tidur kembali. Insomnia terminal ditandai dengan terbangun di pagi hari dan ketidakmampuan untuk tidur kembali. Insomnia awal, yang ditandai dengan kesulitan memulai tidur, juga dapat terjadi. Sementara hipersomnia ditandai dengan tidur malam yang berkepanjangan atau kantuk berlebihan di siang hari (American Psychiatric Association (APA), 2013). | | |
| | | Agitasi atau keterbelakangan psikomotorik | Perubahan dalam aktivitas psikomotor dapat berbentuk agitasi atau retardasi. Agitasi psikomotor ditandai dengan perilaku seperti kesulitan untuk tetap diam, berjalan mondar-mandir, menggosok tangan, dan gerakan kompulsif termasuk menarik atau menggosok kulit, pakaian, atau benda-benda di sekitar. Sementara itu, retardasi psikomotor | | |

| No. | Masalah | Sub Indikator | Deskriptor | Data | Interpretasi |
|-----|---------|---------------------------------|---|------|--------------|
| | | | <p>ditandai dengan perlambatan yang signifikan dalam berbicara, proses kognitif, dan gerakan fisik. Hal ini juga ditandai dengan jeda yang lebih lama sebelum merespon, serta penurunan volume suara, intonasi, kecepatan, atau isi pembicaraan, yang bahkan dapat menyebabkan keheningan total. Agitasi atau retardasi psikomotorik harus cukup parah untuk dapat diamati oleh orang lain dan tidak hanya mewakili perasaan subjektif (American Psychiatric Association (APA), 2013).</p> | | |
| | | Kelelahan dan kehilangan energi | <p>Gejala yang sering ditunjukkan oleh individu yang mengalami depresi mayor meliputi penurunan tingkat energi, kelelahan, dan keletihan. Individu melaporkan munculnya perasaan kelelahan yang terus menerus bahkan tanpa adanya aktivitas fisik yang signifikan. Tugas kecil pun dapat terasa sangat berat untuk dijalankan. Efisiensi dalam menyelesaikan tugas juga dapat berkurang (American Psychiatric Association (APA), 2013). Contoh dari gejala kelelahan atau kehilangan energi adalah</p> <p><i>“Keheningan menyambut ruangan itu. Lengka melirik sebentar ke arah Masnaka, sebelum akhirnya kembali menatap Aslan.</i></p> <p><i>"Gue capek! Sikap lo semua ngebuat gue ngrasa kalo gue nggak pantes hidup”</i></p> | | |

| No. | Masalah | Sub Indikator | Deskriptor | Data | Interpretasi |
|-----|---------|--|--|------|--------------|
| | | | <p>Pada kutipan data di atas dijelaskan bahwa Lengkara terlalu lelah. Pada penderita depresi sering kali dikaitkan dengan ketidakseimbangan neurotransmitter, yaitu zat kimia otak yang memengaruhi suasana hati dan energi, seperti serotonin, noradrenalin, dan dopamin. Ketidakseimbangan ini menurunkan kemampuan otak untuk mengatur energi dan motivasi, sehingga menyebabkan kelelahan dan hilangnya semangat. Akibatnya, orang dapat merasa tidak memiliki energi atau motivasi untuk melakukan aktivitas sehari-hari (Sudarmiati,dkk. 2025).</p> | | |
| | | <p>Perasaan tidak berharga atau bersalah yang berlebihan</p> | <p>Seseorang yang mengalami depresi mayor akan mengalami munculnya perasaan tidak berharga, rasa bersalah yang berlebihan, dan perasaan tidak pantas. Hal ini berbeda dengan kritik diri atau rasa bersalah yang normal yang timbul akibat penyakit. Perasaan tidak berharga atau bersalah, yang sering dikaitkan dengan depresi mencakup penilaian diri yang yang negatif dan tidak realistis terhadap harga diri seseorang atau keasyikan atau perenungan atas kegagalan kecil di masa lalu. Individu tersebut sering salah dalam menafsirkan peristiwa sehari-hari yang netral atau sepele sebagai bukti kekurangan pribadi (American Psychiatric Association (APA), 2013).</p> | | |

| No. | Masalah | Sub Indikator | Deskriptor | Data | Interpretasi |
|-----|---------|--|---|------|--------------|
| | | | <p>Penderita depresi juga beranggapan bahwa mereka menjadi beban bagi orang lain dan menyalahkan diri mereka atas situasi tersebut (Lubis 2016). Contohnya kutipan <i>Lengkara mengambil apapun yang bisa digapainya, lalu menghempaskannya ke lantai. "Gak, Naka! Gue seumur hidup bakal cacat! Dan lo penyebab semua ini terjadi! Gara-gara lo, gue jadi buta! Gara-gara lo, gue jadi lumpuh!"</i> (Falensia, 2021; 252) Orang yang mengalami depresi terjebak dalam sikap negatif atau pesimis. Contohnya pikiran seperti "Saya tidak berguna" atau "semuanya tidak akan pernah membaik" (Sudarmiati,dkk. 2025).</p> | | |
| | | <p>Berkurangn- a kemam- puan berpikir, berkonsentra si, atau keragu raguan</p> | <p>Seseorang yang mengalami depresi mayor sering meluhkan terjadinya gangguan kognitif, seperti kesulitan dalam berpikir, berkonsentrasi, dan mengambil keputusan. Individu yang menalami depresi mayor akan menunjukkan gejala mudah teralihkan perhatiannya dan juga mudah lupa. Berkurangnya kemampuan berpikir atau gangguan berpikir adalah kondisi yang ditandai dengan keterbatasan dalam fungsi intelektual dan keterampilan adaptif di bidang konseptual, sosial, dan praktis. Sebagai upaya untuk menetapkan diagnosis ini, tiga kriteria harus</p> | | |

| No. | Masalah | Sub Indikator | Deskriptor | Data | Interpretasi |
|-----|---------|--|---|------|--------------|
| | | | <p>dipenuhi dari beberapa kriteria, seperti adanya penurunan dalam fungsi intelektual, termasuk kemampuan, seperti penalaran, pemecahan masalah, perencanaan, berpikir abstrak, penilaian, pembelajaran akademik, dan pembelajaran dari pengalaman. Selain itu, orang yang mengalami depresi akan mengalami kesulitan untuk fokus terhadap suatu hal ataupun pekerjaannya. Pengidap depresi akan kesulitan juga dalam mempertahankan konsentrasi yang dapat berdampak pada kemampuan untuk dapat menjalankan tugas dan tanggung jawab mereka secara efektif (Lubis, 2016).</p> | | |
| | | <p>Pikiran berulang tentang kematian</p> | <p>Pikiran berulang tentang kematian bukan hanya munculnya rasa takut akan kematian, tetapi munculnya pikiran bunuh diri tanpa rencana spesifik, upaya bunuh diri, atau rencana bunuh diri yang terperinci. Individu yang mengalami episode depresi mayor sering kali mengalami pikiran tentang kematian, pikiran bunuh diri, dan upaya untuk mengakhiri hidup mereka sendiri (American Psychiatric Association (APA), (2013). Contohnya kutipan "Gue pengen mati, Ka" (Falensia, 2021; 147). Pada kutipan novel tersebut, Lengka merasa sangat sakit hati hingga ingin mati saja</p> | | |

| No. | Masalah | Sub Indikator | Deskriptor | Data | Interpretasi |
|-----|---------|---------------|--|------|--------------|
| | | | <p>karena tidak sanggup menanggung derita, beban, dan rasa sakit yang dialaminya pasca perceraian ayah dan ibunya. Salah satu ciri depresi adalah kecenderungan untuk terjebak dalam sikap-sikap negatif. Penderita depresi sering kali merasa tidak punya jalan keluar dari situasi yang dialaminya dan hanya bisa melihat kegelapan dan kesulitan di masa depan. Pikiran-pikiran tersebut berujung pada munculnya pikiran untuk mengakhiri hidup (Sudarmiati,dkk. 2025).</p> | | |
| | | <i>Id</i> | <p><i>Id</i> adalah komponen dasar kepribadian yang sudah ada sejak lahir dan terdiri atas insting, impuls, dan dorongan dasar (<i>drives</i>). <i>Id</i> disebut juga sebagai "realitas psikis yang sebenarnya" (<i>the true psychic reality</i>), karena <i>id</i> merepresentasikan dunia batin yang subjektif dan tidak memiliki keterkaitan langsung dengan realitas objektif. <i>Id</i> bekerja berdasarkan prinsip kenikmatan atau kesenangan (Freud, 2021).</p> | | |
| | | <i>Ego</i> | <p><i>Ego</i>, yang juga dikenal sebagai sistem <i>Des Bewussten-Vorbewussten</i>, merupakan dimensi psikologis kepribadian yang muncul dari kebutuhan bawaan organisme untuk berinteraksi secara adaptif dengan lingkungan eksternal (<i>Realitat</i>). <i>Ego</i> bekerja</p> | | |

| No. | Masalah | Sub Indikator | Deskriptor | Data | Interpretasi |
|-----|---|---|--|------|--------------|
| | | | <p>mengikuti prinsip realita (<i>reality principle</i>) yang berusaha untuk memperoleh kepuasan yang dituntut id dengan mencegah terjadinya tegangan baru atau menunda kenikmatan sampai ditemukan objek yang nyata-nyata dapat memuaskan kebutuhan (Freud, 2021).</p> | | |
| | | <i>Superego</i> | <p><i>Superego</i> adalah aspek moral dan etika dari kepribadian yang beroperasi berdasarkan prinsip idealistik (<i>idealistic principle</i>). Prinsip idealistik dari <i>superego</i> mempunyai dua subprinsip, yakni <i>conscience</i> dan <i>ego ideal</i>. <i>Superego</i> berkembang dari <i>ego</i> dan sama seperti <i>ego</i>, <i>superego</i> tidak memiliki energi psikis sendiri, tetapi mendapatkan energi itu dari <i>id</i>. (Freud, 2021).</p> | | |
| 2. | <p>Bagaimanakah implikasi depresi mayor yang dialami oleh tokoh Utama dalam novel <i>Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati</i> karya Brian Krisna dalam pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA?</p> | <p>Peserta didik mampu mengapresiasi berbagai tipe teks berwujud teks visual dan/atau audiovisual</p> | <p>Peserta didik dapat mengidentifikasi konflik tokoh utama dalam novel <i>Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati</i>. Selanjutnya peserta didik diharapkan mampu mengidentifikasi gejala-gejala depresi mayor yang dialami tokoh dan mengaitkan pemahaman tentang depresi mayor dalam novel dengan realitas sosial di sekitar peserta didik, seperti stigma, empati, dan pentingnya dukungan sosial. Selanjutnya peserta didik dapat memberikan ulasan sastra yang mengintegrasikan pemahaman teks fiksi dan</p> | | |

| No. | Masalah | Sub Indikator | Deskriptor | Data | Interpretasi |
|-----|---------|---------------|--|------|--------------|
| | | | nonfiksi. Hal tersebut bertujuan untuk mengaitkan pemahaman tentang depresi mayor dalam novel dengan realitas sosial di sekitar peserta didik, seperti stigma, empati, dan pentingnya dukungan sosial. | | |

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini akan mengkaji depresi yang dialami tokoh utama dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna dan bagaimana gejala depresi tersebut direpresentasikan. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dokumentasi. Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data dengan menganalisis berbagai jenis dokumen yang relevan dan dapat dijadikan sumber informasi dalam penelitian. Peneliti membaca novel dengan cermat untuk menemukan data yang relevan dengan fokus penelitian. Setelah membaca, peneliti menandai kutipan-kutipan novel yang mengandung gejala depresi mayor dan mencatatnya di lembar catatan. Setiap kutipan diberikan kode yang sesuai dengan data yang ditemukan. Kode-kode yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut.

DT.00/(GHS/MKM/PPB/IH/AKP/KKE/PTB/BKB/PBK)/HAL00

- DT 00** : Urutan data
- GSH** : Gejala suasana hati yang tertekan
- MKM** : Minat atau kesenangan yang menurun drastis
- PPB** : Penurunan atau peningkatan berat badan
- IH** : Insomnia atau hypersomnia
- AKP** : Agitasi atau keterbelakangan psikomotorik
- KKE** : Kelelahan dan kehilangan energi
- PTB** : Perasaan tidak berharga atau bersalah yang berlebihan

- BKB** : Berkurangnya kemampuan berpikir, berkonsentrasi, atau keragu ragan
- PBK** : Pikiran berulang tentang kematian.
- HAL 00** : Halaman buku tempat data ditemukan

3.5 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan proses pemilihan, penyaringan, dan pengorganisasian data yang telah diperoleh sebelumnya dengan tujuan untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam, unik, dan bermakna. Setelah analisis data dilakukan, hasil yang diperoleh dapat dideskripsikan dalam narasi yang singkat dan jelas. Berdasarkan hal tersebut, peneliti akan melakukan beberapa langkah-langkah untuk menganalisis data gejala-gejala depresi mayor yang terjadi pada tokoh utama dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati*. Langkah langkah yang akan dilakukan peneliti dalam menganalisis data adalah sebagai berikut.

1. Membaca novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna dengan intens dan teliti untuk mengidentifikasi gejala-gejala depresi mayor berdasarkan teori DSM-VTM yang dialami tokoh utama.
2. Menganalisis gejala-gejala depresi mayor menggunakan teori psikoanalisis Sighmund Freud yang terdiri atas *id*, *ego*, dan *superego*.
3. Mengaplikasikan hasil penelitian untuk pembelajaran sastra indonesia di SMA.
4. Menarik simpulan

V. SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa tokoh utama dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna mengalami depresi mayor. Depresi mayor yang dialami tokoh utama tercermin melalui kutipan dalam novel yang mengandung gejala-gejala depresi mayor sesuai dengan kriteria gejala depresi mayor DSM-VTM. Gejala tersebut terdiri atas gejala suasana hati yang tertekan, minat atau kesenangan yang menurun drastis, agitasi atau keterbelakangan psikomotorik, kelelahan atau kehilangan energi, perasaan tidak berharga atau bersalah berlebihan, berkurangnya kemampuan berpikir, berkonsentrasi atau keragu-raguan, dan pikiran berulang tentang kematian. Berdasarkan proses pengumpulan data, diperoleh sejumlah 101 data yang mencerminkan gejala-gejala depresi mayor. Keseluruhan data depresi mayor tersebut merupakan bentuk penggambaran karakter tokoh yang tengah mengalami perasaan yang tertekan oleh penulis. Data pikiran tentang kematian merupakan data yang paling banyak muncul, karena tokoh menganggap mengakhiri hidup merupakan jalan keluar terakhir bagi semua penderitaan mental yang dialami tokoh.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna memiliki implikasi yang relevan dalam pembelajaran Bahasa Indonesia Fase F kelas XI. Implikasi tersebut berkaitan dengan elemen membaca, khususnya capaian pembelajaran peserta didik mampu mengapresiasi berbagai tipe teks berwujud teks visual dan/atau audiovisual. Pemanfaatan novel ini mendorong peserta didik untuk terlibat dalam proses membaca mendalam dengan memahami representasi dunia nyata yang terkandung dalam teks. Implikasi penelitian melalui pendekatan *deep learning* memungkinkan peserta didik memahami keterkaitan antara teks sastra dan realitas kesehatan mental secara lebih mendalam. Melalui

implikasi penelitian ini pada aspek *mindful learning*, peserta didik akan dilatih membaca secara cermat dan menyadari kondisi psikologis tokoh secara mendalam. Pada aspek *meaningful learning*, peserta didik mengaitkan gejala depresi dalam teks dengan realitas kehidupan nyata sehingga pembelajaran menjadi lebih bermakna dan kontekstual. Pada aspek *joyful learning*, pembelajaran berlangsung secara interaktif dan menyenangkan sehingga meningkatkan motivasi serta keterlibatan aktif peserta didik.

5.2 Saran

1. Bagi Pendidik

Pendidik Bahasa Indonesia disarankan memanfaatkan karya sastra kontemporer, seperti novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna, sebagai bahan ajar yang kontekstual. Pembelajaran perlu dirancang secara sistematis melalui Alur Tujuan Pembelajaran (ATP) yang mengacu pada capaian pembelajaran. Perancangan tersebut memungkinkan analisis teks sastra tidak hanya berfokus pada unsur intrinsik, tetapi juga pada pemaknaan psikologis dan nilai kemanusiaan. Pendidik diharapkan membimbing peserta didik dalam membaca mendalam secara empatik dan kritis serta menciptakan suasana pembelajaran yang aman saat membahas isu kesehatan mental.

2. Bagi Peserta Didik

Peserta didik diharapkan dapat memanfaatkan pembelajaran sastra sebagai sarana untuk meningkatkan kemampuan apresiasi terhadap teks fiksi dan nonfiksi secara mendalam. Melalui pembacaan novel yang mengangkat isu psikologis dapat membantu peserta didik memahami konflik batin tokoh secara lebih mendalam. Melalui proses tersebut, peserta didik diharapkan mampu mengembangkan sikap empati, kepekaan sosial, serta kemampuan berpikir kritis dalam memahami konflik batin tokoh dan relevansinya dengan realitas kehidupan. Selain itu, peserta didik juga diharapkan dapat merefleksikan nilai-nilai kehidupan yang diperoleh dari teks sastra secara bijak dan konstruktif.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan kajian terhadap novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna dengan menggunakan pendekatan teoretis yang berbeda. Peneliti dapat menggunakan pendekatan teoretis lain seperti sosiologi sastra atau kajian intertekstual, guna memperkaya perspektif analisis. Penelitian lanjutan juga dapat diarahkan pada kajian di bidang pendidikan, seperti penelitian tindakan kelas, untuk menguji efektivitas pemanfaatan novel ini dalam pembelajaran Bahasa Indonesia. Hasil penelitian selanjutnya diharapkan tidak hanya memperluas kajian sastra, tetapi juga memberikan kontribusi praktis bagi dunia pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, E. S. (2023). Paradigma Pembelajaran Bahasa Indonesia dalam Kurikulum Merdeka. *Conference UPGRIS*.
- Aisyah, S. M., & Amboro, L. J. (2024). Episode Depresi Mayor dalam Cetak Saring. *Ars: Jurnal Seni Rupa Dan Desain*, 27(3). <https://doi.org/10.24821/ars.v27i2.7939>
- Alwisol. (2018). *Psikologi Kepribadian*. Penerbit Universitas Muhamadiyah Malang.
- American Psychiatric Association (APA). (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of DSM-5™*.
- Arsini, Y., Lestari Nasution, A., & Hayani, R. N. (2023). Hubungan Gejala Depresi pada Remaja dengan Prestasi Akademik di Provinsi Sumatera Utara. *MUDABBIR Journal Research and Education Studies*, 3(2), 1–9. <http://jurnal.permapendis-sumut.org/index.php/mudabbir>
- Auliya, S., & Damariswara, R. (2022). Analisis Terhadap Struktur Alur Dalam Novel Tapak Jejak Karya Fiersa Bersari. *Wanastra : Jurnal Bahasa Dan Sastra*, 14(1). <https://doi.org/10.31294/w.v12i1>
- Badi'ah, L. S. (2022). Depresi Berat Tokoh Utama dalam Novel Al-Jāhid Karya Al-Hasan Al-Bukhārī: Analisis Psikologi Sastra. *MECRI*, 1(2).
- Endriyani, S., Lestari, R. D., Lestari, E., & Napitu, I. C. (2022). Gangguan Mental Emosional dan Depresi pada Remaja. *Healthcare Nursing Journal*, 4(2), 429–434.
- fitriani, Alya., S. (2025). Analisis Literatur: Pendekatan Pembelajaran *Deep Learning* dalam Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Nusantara (JINU)*, 2(3), 50–57. <https://doi.org/10.61722/jinu.v2i3.4357>
- Freud, S. (2021). *Id dan Ego*. Tandabaca.
- Guru Kemdikbud. (n.d.). *Bahasa Indonesia SD-SMA -CP&ATP*.
- Hidayah, N. W. (2015). *Problem Kejiwaan Tokoh Utama dalam Novel Pasung Jiwa Karya Okky Madasari*.

- Huda, L., Charisa Ludviana, D., Budi Anggraini, F., & Nufus Kamila, H. (2022). Analisis Unsur Intrinsik Novel Surga Juga Ada di Kaki Ayah Karya Gol A Gong dan Langlang Randhawa. *Edukasiana: Jurnal Inovasi Pendidikan*, 1(3), 143–151.
- Intan, M., Giawa, P., Duha, A., & Dakhi, S. (2022). Analisis Perwatakan Tokoh dalam Novel Pertemuan Dua Hati Karya Nh. Dini. *KOHESI: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 2(2). <https://jurnal.uniraya.ac.id/index.php/Kohesi>
- Jabrohim. (2015). *Teori Penelitian Sastra*. Pustaka Pelajar.
- Kemdikbud. (2022). *Capaian Pembelajaran Mata Pelajaran Bahasa Indonesia Fase A-Fase F*.
- Kementrian Kesehatan. (2023). *Depresi pada Anak Muda di Indonesia*. https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/5532/1/03%20factsheet%20Keswa_bahasa.pdf
- Ketut, I., & Adnyana, S. (2024). Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Universitas Flores Implementasi Pendekatan Deep Learning dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia. In *Jurnal Retorika* (Vol. 5, Number 1). <https://guru.kemdikbud.go.id/kurikulum/referensi-penerapan/capaian-pembelajaran/>
- Lintang, S. (2023). *Menghadapi Depresi*. CV Garuda Mas Sejahtera.
- Lubis, N. L. (2016). *Depresi Tinjauan Psikologis*. Kencana.
- Maresty, D. T., Armariena, D. N., & Wandiyono, W. (2022). Perilaku Depresi Tokoh Amanda dalam Novel A untuk Amanda Karya Annisa Ihsani : Kajian Psikologi Sastra. *SASTRANESIA: Jurnal Program Studi Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 10(3), 25. <https://doi.org/10.32682/sastranesia.v10i3.2596>
- Minderop, A. (2015). *Psikologi Sastra: Karya Sastra, Metode, Teori, dan Contoh Kasus*. Yayasan Pusta Obor Indonesia.
- Mustofa, A., Ariyanti, Kristanti, I. L., Andriyani, S., Luthfiyani, D., Rohim, A. A., Saifulloh, A. I., Rojabi, A. R., & Syafi'i, A. (2023). *Filsafat Keseharian: Praktik Pendidikan, Bahasa, dan Sastra*. <https://doi.org/978-623-92754-3-3>
- Mutiara Dewi, S. (2022). Depresi Pada Tokoh Salma dalam Novel Hello Salma Karya Erisca Febriani Kajian Psikologi Sastra. *Ilmu Budaya: Jurnal Bahasa, Sastra, Seni, Dan Budaya*, 6.
- Mutmainna., Mursalim., A. S. N. (2021). Kepribadian Tokoh Utama dalam Novel Posesif Karya Lucia Priandarini: Kajian Psikologi Sastra. *Ilmu Budaya: Jurnal Bahasa, Sastra, Seni, Dan Budaya*, 5(2), 262–272.
- Nafi'ah, M., Pitoyo, A., & Agan, S. (2022). Tinjauan Psikoanalisis Sigmund Freud Tokoh Utama Bahar Safar dalam Novel Janji Karya Tere Liye. *Wacana* :

- Jurnal Bahasa, Seni, Dan Pengajaran*, 6(1), 71–81.
<https://doi.org/10.29407/jbsp.v6i1.18325>
- Naila, D., Sa'diyah, K., Astuti, C. W., & Munifah, S. (2022). Kajian Struktural Novel dan Bidadari Surga Pun Cemburu Karya Kh. Adrian Mafatihullah Kariem. *Leksis: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 2(2).
- Nurgiantoro, B. (2018). *Teori Pengkajian Fiksi*. Gadjah Mada University Press.
- Omega, Y. P., & Herman, S. (2024). Penanganan Depresi melalui Dimensi Rohani di Kota Bandung. *Fidei: Jurnal Teologi Sistematis Dan Praktika*, 7(1), 1–20.
<https://doi.org/10.34081/fidei.v7i1.488>
- Paingan, Suyanto, E., Fuad, M. (2014). Perilaku Tokoh dalam Novel “Ayat-Ayat Cinta” Karya Habiburrahman El Shirazy. *Jurnal J Simbol*.
- Rokhmansyah, A. (2014). *Studi dan Pengkajian Sastra*. Graha Ilmu.
- Rosidah, J. atur U., & Sugiarti. (2022). Analisis Depresi Mayor Pada Tokoh Utama dalam Novel Pesantren Impian Karya Asma Nadia. *Pena Literasi*, 5(1).
<https://jurnal.umj.ac.id/index.php/penaliterasiEmail>
- Rusdi, R. N. M., Hamzah, R. A., & Syahrir, A. D. (2025). Apresiasi Sastra Produktif Penerapan Pendekatan Parafrastris dan Analitis Terhadap Sastra Anak. *Morfologi: Jurnal Ilmu Pendidikan, Bahasa, Sastra Dan Budaya*, 3(2).
<https://doi.org/https://doi.org/10.61132/morfologi.v3i2.1603>
- Semi. M. Atar. (2021). *Metode Penelitian Sastra*. Angkasa.
- Sitepu, S. V., Parulian Sijabat, O., Naibaho, T., & Simanjuntak, R. M. (2022). Evaluasi Psikomotorik dalam Pembelajaran Matematika Berbasis Hybrid Learning. *Journal of Educational Learning and Innovation* p, 2, 251–267.
<https://doi.org/10.46229/elia.v2i2>
- Sudarmiati, V. E. N. A. D. M. C. (2025). Analisis Depresi pada Karakter Utama Lengkara dalam Novel 00.00 karya Ameylia Falensia (Tinjauan Psikologi Sastra). *Bahasa Dan Sastra*, 11(4), 2025. <https://e-journal.my.id/onoma>
- Supriyanto, A., Astuti, C. W., & Munifah, S. (2023). Analisis Struktural Novel Tempat Paling Sunyi Karya Arafat Nur. *LEKSIS: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*.
- Suryabrata, S. (2003). *Psikologi Kepribadian* (1st ed.). Raja Grafindo Persada.
- Wahyuni Fitri, Mustofa Ali, & Fuad Muhammad. (2018). *Konflik Novel Cahaya Cinta Pesantren dan Kelayakannya sebagai Bahan Ajar di SMA*.
- Wardana, M. A. W., Sumarwati, S., & Setiawan, B. (2022). Implications of The Minimum Competency Assessment (AKM) on The Literature Motivation Of Students Of SMP PGRI 2 Wates, Blitar Regency. *KOLOKIUM Jurnal*

Pendidikan Luar Sekolah, 10(2), 92–111.
<https://doi.org/10.24036/kolokium.v10i2.531>

WHO. (2023). *Depressive disorder (depression)*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>

Widiastini, N. K., Utama, I. M., & Sudiana, I. N. (2023). Penerapan Merdeka Belajar dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia. In *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Bahasa Indonesia* (Vol. 12, Number 1).