

**PROBLEM KEJIWAAN TOKOH UTAMA DALAM NOVEL CARA
BERBAHAGIA TANPA KEPALA KARYA TRISKAIDEKAMAN**

***PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF THE MAIN CHARACTER IN THE
NOVEL BERBAHAGIA TANPA KEPALA BY TRISKAIDEKAMAN***

Reztha Audia Yusicka¹, Kusmarwanti²

¹Universitas Negeri Yogyakarta, ²Universitas Negeri Yogyakarta

¹rezthaaudia.2019@student.uny.ac.id, ²kusmarwanti@uny.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan (1) problem-problem kejiwaan yang dialami oleh karakter tokoh utama, (2) penyebab-penyebab dari problem kejiwaan yang ia alami, dan (3) solusi-solusi yang diambil untuk mengatasi problem kejiwaan tokoh utama dalam novel *Cara Berbahagia Tanpa Kepala* karya Triskaidekaman. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif. Subjek dari penelitian ini adalah novel yang berjudul *Cara Berbahagia Tanpa Kepala* karya Triskaidekaman. Penelitian difokuskan pada problem kejiwaan yang dimiliki oleh tokoh Sempati yang dikaji secara psikologi sastra. Data diperoleh dengan menggunakan teknik baca dan catat. Data dianalisis dengan teknik deskriptif kualitatif dengan pendekatan psikologi sastra. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) karakter tokoh utama mengalami problem kejiwaan berupa pikiran berlebihan, keputusasaan, serangan panik, ketakutan berlebih, dan trauma mendalam yang diakibatkan masa lalunya yang buruk; (2) penyebab-penyebab dari problem-problem kejiwaan yang dialami karakter tokoh utama adalah *trust issue*, penindasan secara verbal, takut akan konsekuensi buruk dari pilihan yang ia buat, pola asuh *neglectful* dari orang tuanya, perlakuan abai dari orang sekitar, tidak bisa menerima kenyataan, keputusasaan, kehilangan sosok orang tua, pertentangan dari apa yang tokoh pikirkan dan apa yang ingin tokoh lakukan, dan trauma terhadap perlakuan buruk dari tokoh Darnal; dan (3) solusi yang diambil dalam mencoba mengatasi problem kejiwaan tokoh utama ditempuh melalui dua sudut, yaitu upaya dari tokoh utama sendiri yang berupa keikutsertaan dalam program *Bebaskan Kepalamu*, dan upaya yang dilakukan orang lain yang berupa upaya ibu dan ayahnya dalam menyatukan kembali kepala dan badannya.

Kata Kunci: psikologi sastra, permasalahan psikologis, tokoh utama

ABSTRACT

This study aims to describe (1) the psychological problems experienced by the main character, (2) the causes of the psychological problems he experiences, and (3) the solutions taken to overcome the psychological problems of the main character in the novel Cara Berbahagia Tanpa Kepala by Triskaidekaman. This research is a descriptive qualitative research. The subject of this research is a novel titled Cara Berbahagia Tanpa Kepala by Triskaidekaman. The research is focused on the psychological problems of the main character which are studied in literary psychology. Data obtained by using reading and note techniques. Data were analyzed using a qualitative descriptive technique with a literary psychology approach. The results of the study show that: (1) the main character experiences psychological problems in the form of excessive thoughts, hopelessness, panic attacks, excessive fear, and deep trauma caused by his bad past; (2) the causes of the psychological problems experienced by the main character are trust issues, verbal bullying, fear of the bad consequences of the choices he makes, neglectful parenting from his parents, neglectful treatment from those around him, unable to accept reality, hopelessness, loss of parental figures, conflict between what the character thinks and what the character wants to do, and trauma to the bad treatment of the character Darnal; and (3) the solution taken in trying to overcome the mental problems of the main character is taken from two angles, namely the efforts of the main character himself in the form of participating in the Bebasan Kepalamu program, and the efforts made by other people in the form of efforts by his mother and father to reunite his head and body.

Keywords: main character, psychoanalysis, psychological problem

PENDAHULUAN

Karya sastra merujuk kepada karya seni yang memiliki nilai imajinasi dan emosi. Karya sastra menggambarkan ekspresi yang tidak dapat diutarakan secara verbal, menceritakan kisah-kisah kemanusiaan, dan membuat pembacanya lebih memahami topik yang coba disampaikan oleh penulis.

Novel adalah salah satu karya sastra yang populer di kalangan pembaca karena hanya dengan sebuah buku dapat mengungkap sebuah peristiwa yang tidak pernah pembaca alami sebelumnya. Tidak banyak individu yang dapat mengalami sebuah peristiwa secara langsung, dari situlah karya sastra berperan. Tidak hanya novel, bahkan film, teater, dan lagu juga dapat menjadi jembatan untuk menikmati pengalaman yang tidak pernah dialami sebelumnya.

Problem kejiwaan sering kali diangkat menjadi topik sebuah karya sastra dikarenakan umumnya masalah kejiwaan ini terjadi di masyarakat. Problem kejiwaan merujuk kepada gangguan kejiwaan yang merupakan terjadinya perubahan perilaku terhadap seorang individu dikarenakan hal-hal traumatis yang pernah dialaminya. Menurut data dari World Health Organization (WHO), yang dilansir dalam situs Kemenkes Indonesia (2018) menyatakan bahwa 80%-90% yang sedang berada dalam masa-masa kritis atau masa-masa sulit diketahui mengidap masalah kejiwaan seperti stres, kecemasan, trauma, dan lain sebagainya.

Novel *Cara Berbahagia Tanpa Kepala* (CBTK) membawa pembaca ke dalam petualangan abstrak yang penuh dengan kengerian kehidupan. Tema besar dari novel ini adalah bagaimana seseorang berhadapan dengan masalah dalam hidup yang sering kali menjadi permasalahan di era modern ini. Peneliti menyaksikan bagaimana kehidupan tokoh Sempati menjadi buruk dan semakin

buruk seiring berjalannya waktu karena pilihan-pilihan yang ia pilih. Fondasi dasar dalam problem kejiwaan adalah permasalahan yang terjadi dalam kehidupan, dan tokoh Sempati adalah sampel yang cocok untuk diteliti masalah dari problem kejiwaannya.

Berdasarkan pemaparan tersebut maka novel CBTK menarik untuk diteliti dikarenakan beberapa alasan. Pertama, peneliti belum menemukan banyak karya ilmiah yang meneliti tentang novel CBTK. Kedua, penelitian psikoanalisis terhadap sebuah novel surealis jarang dilakukan sehingga dapat membuka wawasan bagi pembaca. Ketiga, cara pembawaan atau cara penulisan novel ini sangat berbeda dengan novel kebanyakan sehingga interpretasinya sangat layak untuk diteliti. Banyak kata-kata serapan bahasa Indonesia yang sangat jarang digunakan dapat ditemukan di dalam novel ini. Penulis secara eksplisit menolak untuk memakai kata asing dan lebih memilih memakai kata serapannya, juga beberapa paragraf dalam novel diceritakan dalam bentuk bait puisi yang membuat pembaca dapat merasakan dramatisasi dari adegan tersebut.

Terakhir, belum pernah ada yang meneliti novel ini dari sudut pandang psikologi yang memengaruhi tokoh utamanya. Pendekatan psikologi sastra dipilih karena peneliti ingin memakai pendekatan psikoanalisis terhadap karya sastra ini. Hal ini dikarenakan plot dari novel ini berbasis permasalahan mental yang dialami oleh tokoh utamanya, bagaimana permasalahan mental itu bisa muncul, dan hal-hal yang menjadi konsekuensi dari permasalahan tersebut. Maka dari itu, peneliti sangat tertarik untuk meneliti novel ini dengan menggunakan psikologi sastra khususnya psikoanalisis dengan teori psikologi sastra.

METODE

Penelitian ini termasuk dalam penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif adalah metode penelitian dengan cara menganalisis dan menafsirkan data penelitian. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah psikologi sastra, yaitu pendekatan yang mengkaji aspek problem kejiwaan tokoh dengan menggunakan teori psikologi abnormal. Data dalam penelitian berupa unit-unit teks yang menunjukkan bentuk problem kejiwaan tokoh utama, faktor-faktor penyebab problem kejiwaan, dan solusi yang diambil dalam mengatasi problem kejiwaan tokoh utama dalam novel CBTK karya Triskaidekaman.

Sumber data penelitian adalah novel CBTK karya Triskaidekaman. Data penelitian berupa kata-kata, kalimat-kalimat, dan paragraf-paragraf yang memaparkan problem kejiwaan tokoh utama dalam teks novel *Cara Berbahagia Tanpa Kepala* karya Triskaidekaman yang ditinjau dengan teori psikologi sastra. Dalam mengumpulkan data, teknik yang digunakan adalah teknik baca dan catat. Teknik baca bertujuan untuk membaca dan memahami teks pada novel. Sedangkan teknik catat bertujuan untuk mencatat data atau informasi tentang problem kejiwaan yang dialami tokoh Sempati.

HASIL

CBTK mengangkat cerita tentang seorang pemuda bernama Sempati yang hidupnya dipenuhi dengan bencana. Hal ini menyebabkan berbagai masalah mental dalam dirinya. Problem kejiwaan seperti pikiran berlebihan, keputusan, serangan panik, ketakutan berlebihan, dan trauma mendalam yang disebabkan oleh masa lalunya yang buruk. Problem kejiwaan tokoh disebabkan oleh tindakan orang lain maupun hilangnya *sense of self* seperti penindasan verbal, ketakutan akan akibat buruk dari keputusan

yang ia buat, pola asuh yang abai dari orang tuanya, perlakuan abai dari orang-orang di sekitarnya, ketidakmampuan untuk menerima kenyataan, keputusan, dan kehilangan.

PEMBAHASAN

Wujud Problem Kejiwaan Tokoh Utama dalam CBTK

Bentuk problem kejiwaan yang pertama yaitu Stres Akut. Gangguan Stres Akut cenderung terjadi karena seorang individu terlalu memikirkan hal-hal yang seharusnya tidak terlalu dipikirkan seperti tampak pada kutipan berikut, “Sepuluh menit pertama, hidup tanpa kepala itu menyenangkan. Begitu ringan dan melegakan. ...Pikirannya langgas. Beban hidup ikut menguap, mengambang membentuk selapis kabut, lalu mengendap-endap, perlahan menjauh. Sungguh enteng ketika tak ada lagi yang perlu dipikirkan” (Triskaidekaman, 2019: 4). Kutipan tersebut menunjukkan betapa kepala tokoh Sempati benar-benar membebannya sangat parah hingga ia merasa harus dipisahkan. Ini adalah sebuah aksi keputusan dari tokoh Sempati yang merasa tidak punya pilihan lain dalam memecahkan masalahnya sekaligus menjadi tanda pertama bahwa ada sesuatu yang salah dalam dirinya.

Permasalahan kedua adalah depresi. Gangguan depresi biasanya membuat penderitanya merasakan perasaan sedih, kosong, atau mudah marah, diiringi oleh perubahan signifikan dari aspek somatik dan kognitif penderita yang mempengaruhi kemampuan mereka dalam berfungsi dengan baik. (American Psychiatric Association [APA], 2013: 155). Novel CBTK dominan menggambarkan pikiran-pikiran sedih yang berputar di benak tokoh Sempati dan bagaimana hal-hal tersebut seperti menenggelamkannya dalam keadaan kosong. Hal ini yang paling membuktikan bahwa

tokoh Sempati berada dalam sebuah episode depresi yang dalam.

Problem ketiga yang dihadapi oleh tokoh utama yaitu gangguan panik. Gangguan panik atau *panic disorder* merupakan sebuah problem kejiwaan di mana seorang individu merasakan serangan panik (*panic attack*) yang berulang. serangan panik merupakan perasaan takut atau tidak nyaman yang tiba-tiba muncul dalam hitungan menit, yang diikuti oleh gejala-gejala fisik dan/atau kognitif seperti tampak pada kutipan berikut.

Badan Sempati tak melawan.

Kepalanya tak sependapat. Rasa takut pelan-pelan menyelinap, tahu-tahu menyergap Sempati. Empat belas ribu uangnya mungkin tak bisa kembali, tetapi Sempati mencoba berkelit dan lari.

Kalau bisa. (Triskaidekaman, 2019: 24)

Kutipan di atas menunjukkan gejala fisik dari serangan panik, yaitu ketidakmampuan tubuh tokoh Sempati untuk melawan, tetapi tidak bisa. Hal ini dikarenakan adanya pertentangan antara pikiran dan perasaannya. Kepalanya sudah membuat keputusan untuk tetap melaksanakan apa yang dia akan laksanakan, yaitu melepas kepalanya, tetapi badannya yang takut dengan prosesi tersebut menimbulkan serangan panik. Alih-alih mencapai suatu kesepakatan, serangan panik tersebut membuat tokoh Sempati malah tidak dapat melakukan apapun.

Keempat, yaitu gangguan kecemasan. Gangguan kecemasan sebenarnya saling berkaitan dengan gangguan panik karena sama-sama berhubungan dengan ketakutan. Gangguan gangguan yang berupa berlebihan dan kecemasan serta terkait dengan gangguan kebiasaan. Gejala tersebut tampak dalam kutipan berikut, Sempati memohon-mohon, tetapi tak satu pun bagian tubuhnya menyimpan jawaban tentang “bagaimana caranya kabur dari kepungan polisi.” (Triskaidekaman, 2019: 86). Ketakutan dapat

menumpulkan seluruh fungsi otak seseorang. Hal-hal seperti bagaimana cara kabur langsung musnah dari kepala karena digerogeti oleh rasa takut yang tidak berkesudahan. Apalagi yang dialami tokoh Sempati adalah sebuah ketakutan tanpa kepalanya yang menghilang dicuri, hal tersebut semakin membuatnya sulit untuk berpikir dengan jernih.

Problem kejiwaan terakhir yang dialami oleh tokoh utama adalah gangguan Stres Pascatrauma. Trauma dapat mengambil banyak bentuk gangguan kejiwaan, contohnya seperti *posttraumatic stress disorder* (PTSD). Trauma disebabkan oleh peristiwa stres atau traumatis, hal ini menyangkut peristiwa-peristiwa yang dapat menyebabkan seorang individu merasakan perubahan negatif dalam kehidupannya. (American Psychiatry Association [APA], 2013: 265). Trauma Sempati tampak dalam kutipan berikut,.

Orangtua Sempati tak bisa ditanyai, keduanya sudah lenyap. Yang satu hilang. Yang satu lagi mati. Bayangan atas wajah mereka berdua adalah putaran roda biru yang tiada akhir. Kerabat pihak ibu lupa punya ibunya sebagai saudara, cuma karena pekerjaan ibunya. Kerabat pihak ayah malah sudah mati semua, rata-rata mati muda (Triskaidekaman, 2019: 65).

Kutipan di atas menunjukkan masa lalu tokoh Sempati yang menyedihkan. Ia ditinggal mati kedua orang tuanya, orang-orang sekitarnya enggan membantunya, dan teman-teman sekolahnya menindasnya. Hal-hal tersebut adalah peristiwa traumatis yang dirasakan tokoh Sempati semasa ia kecil, yang ia ingat-ingat hingga ia dewasa, dan membuatnya lebih awas dalam berhubungan dengan orang lain.

Penyebab dari Problem Kejiwaan Tokoh Utama

Pembahasan di atas membahas apa saja problem kejiwaan yang diterima tokoh Sempati. Problem- problem kejiwaan tersebut memiliki lebih dari satu penyebab. Peneliti akan membahas satu per satu mengenai penyebab-penyebab dari problem-problem kejiwaan tersebut.

A. Takut akan konsekuensi pribadi

Rotenberg (2018) menjelaskan bahwa kepercayaan adalah sebuah alat yang secara diam-diam menghubungkan orang-orang dan memastikan bahwa fungsi-fungsi sosial bekerja dalam setiap hubungan sosial di masyarakat modern saat ini. Tokoh Sempati tidak memiliki kepercayaan kepada kemampuannya sendiri. Ketidakpercayaan ini dapat menjadi salah satu penyebab tokoh Sempati menderita berbagai problem kejiwaan. Ketidakpercayaan diri dan ketidakpercayaan pada sekitar dapat membawa seseorang menjadi paranoid terhadap sekitar dan dapat menimbulkan munculnya pikiran-pikiran negatif yang dapat memicu berbagai problem kejiwaan.

Ketakutan akan konsekuensi tampak melalui penyesalan tokoh Sempati terhadap keputusannya dalam mengikuti program *Bebaskan Kepalamu*. Ketika program baru saja dilaksanakan, Sempati disergap oleh rasa takut serta penyesalan yang datang tiba-tiba. Penyesalan tersebut muncul dari ketakutan tokoh Sempati atas peristiwa pada masa yang akan datang. Ketakutan yang tak dapat ia kontrol tersebut merupakan indikasi atas problem kejiwaannya. Pada dasarnya Sempati merupakan tokoh yang ragu atas kemampuan dan paranoid atas masa depan.

B. Penindasan secara verbal

Harachi, Catalano, & Hawkins melalui Bauman & Del Rio (2006: 220) menjelaskan bahwa *verbal bullying* atau penindasan secara verbal merujuk kepada kegiatan olok-an dan

godaan maupun ancaman secara verbal. Tipe penindasan ini lebih jarang diperhatikan karena dinilai tidak berbahaya, dan hanyalah sesuatu yang biasa dilakukan oleh anak-anak. Namun, penindasan tetaplah penindasan yang dapat memicu gangguan mental pada korbannya. Dampak dari verbal bullying tersebut tampak pada kutipan berikut.

Karena jarang belajar, nilai Sempati merosot. Biasa banyak B, sekarang ada beberapa D. Sempati menolak dipanggil wali kelas ke sekolah—malu serasa tinja berlaburan di keriput-keriput muka remajanya. Teman sekolah gemar menertawainya—perawakan kurusnya, bungkuk posturnya, dan dodor jam tangannya—*saya*. Dari yang awalnya diam, Sempati berubah jadi sangat pendiam. Bahkan masuk akal bila mengira dia kini tunawicara. (Triskaidekaman, 2019: 217)

C. Terabaikan dari lingkungan keluarga dan sosial

Aunola, dkk. (2000) menjelaskan bahwa orang tua dengan pola asuh *neglectful* adalah orang tua yang abai terhadap kebutuhan anaknya. Mereka adalah orang tua yang tidak responsif maupun penuntut, tidak mendukung maupun mendorong anaknya dalam memelihara diri, dan tidak jarang gagal memonitor tingkah laku anak-anaknya. Terbaikannya Sempati oleh orangtuanya disebabkan rumah tangga orangtuanya retak. Ibu Sempati memiliki selingkuhan sehingga berakibat pada pertengkaran rumah tangga.

Selain karena keretakan rumah tangga, Sempati sering mencuri dengar pertengkaran Ibu dengan pria yang menjadi selingkuhan Ibu. Tokoh Sempati sangat terpengaruh akan pertengkaran ibunya, tetapi tentu saja ibunya tidak sadar. Terlalu banyak hal yang terjadi dalam hidup mereka sehingga tokoh Mer, ibu Sempati, tidak menyadari abainya ia terhadap anaknya. Sementara ayah Sempati telah

berubah menjadi jam tangan yang tidak dapat melakukan apapun.

Pada akhirnya Sempati kehilangan kedua orangtuanya. Penelitian menunjukkan bahwa kehilangan sosok orang tua semasa kanak-kanak memiliki pengaruh besar kepada depresi yang diderita seorang individu di masa dewasa (Tenant, 1988). Tokoh Sempati mengalami perpisahan orang tuanya, perselingkuhan orang tuanya, dan kematian orang tuanya yang dapat diklasifikasikan sebagai penyebab problem kejiwaan yang ia alami di masa dewasanya.

Ketidakpedulian orang-orang di sekitar terhadap tokoh Sempati menjadi faktor yang memperparah problem kejiwaan yang dimilikinya. Umumnya, jika seseorang mendapatkan perhatian dan *support* yang cukup di lingkungan rumah, maka cemoohan dan ketidakpedulian orang-orang di luar dari lingkungan tersebut akan cukup dalam menjaga mental seorang individu. Namun, tokoh Sempati tidak memiliki keduanya, yang menyebabkan ia harus mengandalkan dirinya sendiri. Penolakan dan ketidakpedulian orang-orang itu dapat menjerumuskan seorang individu kepada problem kejiwaan.

D. Denial

Scahn melalui Stoll-Kleeman et al. (2001) menjelaskan bahwa perasaan *denial* memiliki beberapa jenis yang dapat terjadi, yaitu 1) metafora dari komitmen yang salah tempat, 2) merasa tersinggung, 3) menolak untuk bertanggung jawab, 4) merasa tidak bersalah, 5) ketidaktahuan, 6) ketidakberdayaan, 7) masalah yang dibuat-buat, dan 8) Pascakejadian. Berdasarkan kategorisasi denial tersebut, faktor terkuat dalam diri Sempati adalah ketidaktahuan atau lebih tepatnya menolak untuk menemukan kenyataan seperti tampak pada kutipan berikut, “Kepala Sempati terus bertanya apakah M4 sudah mati, tetapi ia terus ingkar, enggan cari tahu apakah, apakah dirinya

sendiri sudah mati” (Triskaidekaman, 2019: 103).

E. Represi sosial

Sempati merupakan korban represi atas lingkungan sekitarnya. Represi yang dialami oleh Sempati tampak pada kutipan berikut.

Sebisa mungkin, Sempati berusaha menjauhinya.

Tetapi tak mungkin.

Di kantor, dia atasannya. Atasan segala yang atas.

Di rumah, dia calon ayah tirinya.

(Triskaidekaman, 2019: 37)

Kutipan di atas menjelaskan tekanan yang dilakukan oleh tokoh Darnal, selingkuhan Ibunya, dalam kehidupan Sempati. Tokoh Darnal dapat dinyatakan selalu hadir dalam kehidupan Sempati baik di ruang publik maupun privat. Tokoh Darnal lah atasannya yang begis, tokoh Darnal lah selingkuhan ibunya yang membuat rumah tangga kedua orang tuanya kacau, tokoh Darnal lah yang membunuh ibunya. Keterlibatan tokoh Darnal dalam hidup tokoh Sempati memicu luka trauma yang dalam bagi dirinya. Tekanan dari Darnal serta cemoohan dari lingkup sosial berdampak pada tidak terselesaikannya problem kejiwaan Sempati.

Solusi Problem Kejiwaan

Ada dua jenis solusi yang diupayakan dalam mengatasi problem kejiwaan yang dialami tokoh utama, Sempati. Di bawah ini akan dijabarkan secara deskriptif apa saja upaya-upaya tersebut.

Pertama, upaya dari diri tokoh sendiri. Tokoh Sempati adalah tokoh utama dari novel *Cara Berbahagi Tanpa Kepala* karya Triskaidekaman. Di dalam novel tersebut diambil sudut pandangnya dan apa-apa yang dia lakukan memengaruhi bagaimana novel tersebut berjalan, termasuk upayanya dalam mengatasi problem kejiwaannya sendiri.

Kedua, upaya dari orang lain. Ada beberapa karakter lain dalam novel *Cara Berbahagia Tanpa Kepala* karya Triskaidekaman yang secara langsung hidupnya terhubung dengan tokoh utama, Sempati. Mereka adalah Merpati, Semanggi, Darnal, dan Jatayu. Tokoh-tokoh yang paling berperan dan berpengaruh dalam kehidupan tokoh Sempati adalah Merpati dan Semanggi, kedua orang tuanya.

SIMPULAN

CBTK karya Triskaidekaman mengangkat cerita tentang seorang pemuda bernama Sempati yang dilanda bencana demi bencana dalam kehidupannya. Hal ini menghadirkan berbagai jenis problem kejiwaan dalam dirinya. Problem- problem kejiwaan itu seperti pikiran berlebihan, keputusan, serangan panik, ketakutan berlebih, dan trauma mendalam yang diakibatkan masa lalunya yang buruk.

Problem-problem kejiwaan tersebut berakar dari permasalahan *trust issue* yang diderita Sempati, penindasan secara verbal, takut akan konsekuensi buruk dari pilihan yang ia buat, pola asuh *neglectful* dari orang tuanya, perlakuan abai dari orang sekitar, tidak bisa menerima kenyataan, keputusan, kehilangan sosok orang tua, pertentangan dari apa yang tokoh pikirkan dan apa yang ingin tokoh lakukan, dan trauma terhadap perlakuan buruk dari tokoh Darnal, yang adalah bos sekaligus mantan calon ayah tirinya yang kejam.

Sempati harus melalui permasalahan hidupnya yang demikian berat sendirian. Ia sempat mencoba mengakhiri hidupnya, tetapi selalu dapat ditolong tepat waktu. Hal tersebut membawanya mengikuti program *Bebaskan Kepalamu* di mana ia memisahkan kepala dan badannya secara harfiah. Meskipun program tersebut pada akhirnya membawa lebih banyak masalah kepadanya,

hal tersebut berhasil menyatukannya kembali dengan kedua orang tuanya. Kedua orang tuanya tersebut kemudian mencoba membantunya menyambungkan kembali kepala dan badan Sempati yang sebelumnya terpisah.

DAFTAR PUSTAKA

- Aunola, K., dkk. (2000). Parenting styles and adolescents' achievement strategies. *Journal of adolescence*, 23(2), 205-222.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5)*. Washington, D.C.: American Psychiatric Association.
- Bauman, S. & Adrienne Del Rio. (2006). Preservice Teachers' Responses to Bullying Scenarios: Comparing Physical, Verbal, and Relational Bullying. *Journal of Educational Psychology*, 98(1), 219-231.
- Butcher, J., dkk. (2014). *Abnormal Psychology 16th Edition*. Amerika Serikat: Pearson Education.
- Caffo, E., dkk. (2005). Impact, psychological sequelae and management of trauma affecting children and adolescents. *Current Opinion in Psychiatry*, 18(4), 422-428.
- Green, A. H. (1983). Dimension of Psychological Trauma in Abused Children. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 22(3), 231-237.
- Kartono, K. (1989). *Psikologi abnormal dan abnormalitas seksual*. Bandung: Mandar Maju.
- Kementerian Kesehatan Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat. (2018). *Menelusuri Akar Gangguan Kesehatan Jiwa dalam Masyarakat Indonesia*. Diakses 24 Maret 2022 pada laman

<https://promkes.kemkes.go.id/me-nelusuri-akar-gangguan-kesehatan-jiwa-dalam-masyarakat-indonesia>.

- Kuntjojo. (2005). *Psikologi Abnormal*. Kediri: Universitas Nusantara PGRI.
- Kuo, Z. Y. (1921). Giving up instincts in psychology. *The journal of philosophy*, 18(24), 645-664.
- Maramis, W.F. (2005). *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Nurdiyantoro, B. (1995). *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Rotenberg, K. J. (2018). *The Psychology of Trust*. New York: Routledge.
- Sayuti, S. A. (2000). *Berkenalan dengan Prosa Fiksi*. Yogyakarta: Gama Media.
- Stoll-Kleemann, S. dkk. (2001). The psychology of denial concerning climate mitigation measures: evidence from Swiss focus groups. *Global environmental change*, 11(2), 107-117.
- Tennant, C. (1988). Parental Loss in Childhood. *Archives of General Psychiatry*, 45(11), 1045-1050.
- Triskaidekaman. (2019). *Cara Berbahagia Tanpa Kepala*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Walgito, Bimo. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Wellek, Rene dan Austin Warren. (1989). *Teori Kesusastraan*. Diterjemahkan dalam Bahasa Indonesia oleh Melani Budianta. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.