

ANALISIS DEPRESI MAYOR PADA TOKOH UTAMA DALAM NOVEL PESANTREN IMPIAN KARYA ASMA NADIA

Jenni Umro'atur Rosidah¹⁾, Sugiarti²

^{1,2)} Pendidikan Bahasa Indonesia, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Malang

jenniumroatur@gmail.com¹⁾, sugiarti@umm.ac.id²⁾

ABSTRAK

Depresi mayor merupakan penyakit kesehatan mental yang dialami seseorang dengan gejala tertentu, serta berakibat fatal jika tidak menjalani pemulihan dengan perawat profesional. Penelitian ini bertujuan (1) mendeskripsikan depresi mayor yang dialami oleh tokoh dalam novel, (2) menguraikan faktor-faktor masalah yang mendalami cerita hingga menimbulkan konflik batin pada novel Pesantren Impian karya Asma Nadia. Pendekatan yang digunakan adalah psikologi untuk mengurai persoalan kesehatan mental pada tokoh novel Pesantren Impian karya Asma Nadia. Sumber data yang digunakan ialah novel Pesantren Impian karya Asma Nadia. Metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif yaitu mengumpulkan deskripsi fenomena tentang depresi mayor yang diderita tokoh pada novel. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah membaca kritis, menandai, membahas hasil penelitian serta menarik kesimpulan berdasarkan data penelitian. Hasil penelitian menunjukkan depresi mayor sangat berpengaruh dalam kehidupan tokoh penderita gangguan mental, permasalahan yang dialami oleh para tokoh menjadikan depresi mayor bersemayam pada diri, pikiran cemas disebabkan kejadian yang menimpa tokoh, keinginan untuk mengakhiri hidup selalu terpikirkan para penderita. Kesimpulannya depresi dalam diri seseorang dapat dideteksi dengan melihat gejala – gejala pada seseorang yang mengalami kekerasan emosional akan mengalami perasaan sedih yang berlarut, perasaan bersalah, merasa sering dihukum, merasa bahwa dirinya selalu gagal dan akan mengkritik diri sendiri. seseorang mampu bunuh diri dengan terjun kedaras bangunan, menyayat nadi dengan benda tajam, gantung diri, menyakiti diri dengan menggores tangan dengan benda tajam, memiliki pemikiran yang tidak utuh, rapuh, pergerakan dan tubuh yang tidak sama lagi dengan dulu, mengonsumsi obat – obatan terlarang.

Kata kunci: Depresi mayor, mental, gangguan jiwa

PENDAHULUAN

Depresi mayor sebagai penyakit gangguan kesehatan mental yang banyak diderita kalangan masyarakat, muda hingga tua dengan gejala dan resiko berbeda. Depresi mempengaruhi emosional seseorang sehingga cenderung berperilaku tidak baik pada diri sendiri, merasa bahwa hidup tidak berguna dan ingin mengakhiri hidupnya. Depresi bukanlah kondisi yang dapat diubah dengan mudah dan cepat sebab trauma depresi sangat mempengaruhi seseorang (Dirgayunita, 2016). Biasanya timbul oleh rasa sakit hati yang mendalam, penyalahan diri sendiri dan trauma psikis. Sebab masalah atau perilaku tidak baik orang lain,

dan menjadikan keadaan jiwa seseorang rusak. Depresi merupakan gangguan perasaan yang menimbulkan murung, sedih, marah, dan kehilangan semangat hidup, perasaan bersalah, tidak berguna dan putus asa (Iyus, 2009). Menurut (Kartono, 2012) depresi adalah kemuraman hati (kepedihan, kesenduan, keburaman perasaan) yang patologis sifatnya, biasanya timbul oleh rasa sakit hati yang dalam, penyalahan diri sendiri dan trauma psikis. Setiap orang memiliki pemikiran dan kondisi jiwa yang berbeda, banyak orang kuat menjalani masalah yang dialami sedangkan orang lainnya rapuh dalam menghadapi masalah.

Pemikiran seseorang tentang suatu masalah akan mempengaruhi perilaku dan perasaan penderita gejala depresi, hal ini dapat dialami ketika lingkungan sekitar, keluarga, diri yang tidak baik, berdampak buruk pada keadaan psikis seseorang. Depresi merupakan sebuah gangguan psikologis yang ditandai dengan penyimpangan perasaan, kognitif, dan perilaku individu (Beck & Alford, 2009). Manusia mengalami gangguan depresi dengan merasa sedih, kecewa, merasa sendiri, dan selalu ingin sendiri tanpa gangguan. Menurut (Khan, 2012) Perasaan depresi berupa perasaan sedih, kesal, lesu, dan tidak tertarik pada suatu kegiatan apapun bahkan dalam kegiatan yang menyenangkan sekalipun. Penderita cenderung menyendiri, tidak ingin bertemu dengan orang lain, serta tidak mau menceritakan permasalahan yang sedang dialami. Proses pemulihan pada penderita gangguan mental membutuhkan waktu serta dukungan keluarga untuk keberhasilan pemulihan keadaan mental (Nasriati, 2017). Peran orang sekitar sangat penting dalam pemulihan diri penderita gangguan mental, sebab mereka akan merasa dicintai dan dihargai oleh sekelilingnya.

Novel populer yang menampilkan keadaan gangguan mental yang diderita tokoh ialah novel *Pesantren Impian* karya Asma Nadia. Kisah tokoh yang memiliki masa lalu kelam, mendapatkan undangan misterius dari pesantren di pulau terpencil. Banyak masalah di kehidupan para tokoh dari membunuh, diperkosa, narkoba, dan masalah kriminal lainnya. Para tokoh depresi, mereka memutuskan menghadiri undangan misterius, untuk memperbaiki hidup, menjalani hari, mempelajari agama dengan suasana tenang. Seketika berubah menjadi tegang sebab banyak terror yang muncul mulai dari serangan hingga pembunuhan. Depresi menghadapi terror, para pengurus menyelesaikan masalah satu persatu, pesantren menjadi aman damai, dan tokoh di pesantren menjadi lebih baik dan agamis. Menghadapi masalah besar di luar dan di dalam kehidupan pesantren, menimbulkan masalah kejiwaan yaitu depresi. Akibatnya para tokoh melampiaskan masalah – masalahnya dengan menyakiti diri sendiri dan melakukan hal kriminal mengkonsumsi obat – obatan terlarang. Depresi yang terjadi pada remaja ditandai dengan perasaan mudah tersinggung, takut, tidak bersemangat, tertelan, sedih, konflik dengan teman, dan konflik dengan keluarga (Rahmawati, 2018).

Penelitian memiliki relevansi dengan penelitian lain yang dilakukan adalah penelitian yang dilakukan oleh (Lengkong, 2016) tentang depresi dalam novel *Room* by Emma Donnoghe. Hasil penelitian ini ialah depresi suatu kondisi yang lebih dari suatu keadaan sedih, depresi dapat menyebabkan seseorang sampai terganggu kejiwaannya dan aktivitas sosial sehari-harinya. Adapun penelitian lain yaitu (Maemunah, 2021) meneliti tentang gejala depresi pada tokoh utama dalam novel *Represi* karya Fakhrisna Amalia. Hasil penelitiannya adalah terdapat gejala depresi yang dialami tokoh utama, yakni gejala emosional, gejala kognitif, gejala

motivisional dan gejala fisik. Adapun penelitian tentang depresi dalam novel *The Lovely Bones* karya Alice Sebold. Hasil penelitian ini adalah terdapat gejala yang diderita dan cara penanganan pada depresi (Sonambela, dkk, 2020). Persamaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah sama-sama membahas depresi yang diderita oleh tokoh pada novel dengan menganalisis cerita kemudian menyimpulkan isi cerita yang mengandung aspek depresi. Perbedaan penelitian ini dengan kajian sebelumnya adalah kajian terdahulu membahas tentang gejala serta akibat depresi pada tokoh, sedangkan penelitian ini membahas tentang depresi mayor yang terjadi pada tokoh, faktor terjadinya depresi mayor serta keadaan batik tokoh pada novel *Pesantren Impian* karya Asma Nadia.

Penelitian ini menggunakan teori dari (Carson, 1991) dan dikuatkan dengan Barlow, 1988 dalam (Boeree, 2013). mengungkapkan bahwa faktor terjadinya depresi dapat dibedakan menjadi (1) penghinaan publik, (2) rasa malu yang parah, atau (3) pengalaman menyakitkan lainnya bisa memicu meningkatnya kesulitan. Depresi ialah respon terhadap pengalaman hidup negatif, seperti kehilangan anggota keluarga, benda berharga atau status sosial. Dengan demikian, depresi dapat dipandang sebagai suatu kontinum yang bergerak dari depresi normal sampai depresi klinis. Diagnosis depresi mayor yaitu munculnya simptom 1) perubahan mood, 2) tidak tertarik melakukan aktivitas, 3) tidak nafsu makan, 4) susah tidur, 5) tidak punya kekuatan, 6) keinginan bunuh diri (Rosyanti, dkk., 2021). Depresi mayor biasanya diderita oleh seseorang yang mengalami simptom selama beberapa minggu. Depresi dapat direhabilitasi dengan dukungan sosial yang diberikan oleh orang sekitar agar penderita depresi mayor membaik (Saputri & Indrawati, 2011). Kehadiran orang disekitar dengan dukungan, tanpa tekanan akan memberikan efek positif bagi penderita depresi. Tekanan batin akibat permasalahan rumit membuat orang menderita gangguan mental ringan perti, stres, depresi, gelisah, trauma hingga keinginan bunuh diri (Nuryanti & Sobari, 2019). Depresi biasanya terjadi dengan gejala – gejala yaitu menjadi seseorang yang mudah tersinggung, murung, ketakutan, gelisah, sedih, cemas, konflik dengan seseorang, berfikir negatif, tertekan, konflik dengan teman serta keluarga (Aini & Apriana, 2019).

Depresi merupakan salah satu gangguan jiwa yang dipengaruhi oleh stresor psikososial (Angraini, 2014). Depresi dapat dikaitkan dengan masalah perasaan yang menghantui seseorang sehingga menimbulkan resiko bunuh diri yang tinggi. Perubahan perilaku dan perasaan seseorang secara spesifik dapat diartikan sebagai ciri depresi. Harus kita ketahui bahwa gejala dan resiko seseorang memiliki reaksi yang berbeda beda antar satu penderita dengan penderita lainnya (Lumongga, 2016). Penderita depresi sering tidak menyadari masalah yang dimiliki, depresi dianggap sebagai gangguan keimanan seseorang, tidak dianggap sebagai gangguan psikologis sehingga sering dihiraukan (Widyaningrum & lan Seni, n.d., 2021). Dampak psikologis yang akan diterima oleh penderita depresi mayor merupakan merasa tidak dicintai, dihargai, dan dibutuhkan oleh orang disekitarnya sehingga akan beresiko tinggi hingga bunuh diri (Lutfiyah, 2021). Pemikiran Bowlby dalam (Bradford, dkk., 2017) kualitas hubungan interaksi orang tua dengan anak sangat mempengaruhi perasaan dan pikiran hingga anak akan jauh dari depresi sebab mereka merasa dicintai dan dibutuhkan. Hal ini menguatkan bahwa depresi mayor tidak akan stagnan pada posisi awal. Depresi mayor akan perlahan hilang dengan terapi yang diberikan kepada penderitanya. Rehabilitas juga perlu kerjasama dengan

pasien penderita depresi agar mau merubah pikiran dan perilaku (Sumardika & Diniari, 2013). Depresi mayor dapat sembuh dengan melakukan rehabilitas secara teratur, dan didukung oleh keluarga, kemauan sendiri serta perawat yang menangani pasien (Toding, dkk., 2021).

Berdasarkan latar belakang penulis ingin mengkaji tentang depresi mayor, melalui penggambaran sikap tokoh sesuai dengan klasifikasi depresi mayor pada teori. Berdasarkan analisis kondisi psikologis dari para tokoh pada novel, dapat disimpulkan penelitian ini dilakukan dengan tujuan (1) mendeskripsikan depresi mayor yang dialami oleh tokoh dalam novel, (2) menguraikan faktor-faktor masalah yang mendalami cerita hingga menimbulkan konflik batin pada novel *Pesantren Impian* karya Asma Nadia. Kajian penelitian ini menekankan pada depresi mayor yang diderita tokoh pada novel. Manfaat penelitian ini untuk memperkaya kajian sosiologi sastra khususnya depresi mayor yang terdapat pada novel. Di samping itu, mengembangkan penelitian karya sastra untuk memperluas wawasan ilmu pengetahuan, terutama pada bidang bahasa dan sastra yang dapat menambah referensi bagi peneliti sastra.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan psikologi. Menurut (Sugiyono, 2015) analisis data dengan menggambarkan data yang diperoleh dengan apa adanya dan peneliti sebagai instrumen utama dalam penelitian. Sumber data dari penelitian ini adalah Novel *Pesantren Impian* karya Asma Nadia. Data penelitian ini berupa kutipan kalimat, paragraf yang berkaitan dengan depresi mayor. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini ialah dengan membaca kritis novel *Pesantren Impian* karya Asma Nadia, menandai atau menulis kutipan kalimat yang menggambarkan depresi yang dialami tokoh serta faktor penyebab dan menarik simpulan berdasarkan data. Analisis data penelitian dilakukan dengan mengklasifikasikan data, mengkategorikan data serta menemukan persoalan penting terkait dengan depresi yang dialami dan faktor penyebab depresi mayor pada tokoh. Selain itu, dilakukan pemeriksaan kembali untuk melakukan pelacakan terhadap keseluruhan temuan yang diperoleh sehingga keakuratan hasil dapat terjaga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian novel *Pesantren Impian* Karya Asma Nadia dengan menggunakan pendekatan psikologi. Penelitian fokus meneliti gangguan mental dan problem psikologi yang diderita tokoh pada novel. Dalam pembahasan ini mengangkat permasalahan batin yang menimbulkan depresi mayor pada tokoh dalam novel, penelitian ini mengangkat tentang depresi mayor yang dialami oleh tokoh, unsur masalah, dan keadaan batin tokoh novel *Pesantren Impian* karya Asma Nadia.

Depresi mayor yang dialami tokoh pada novel *Pesantren Impian* karya Asma Nadia

Depresi dapat diderita dari unsur internal dan unsur eksternal yaitu tentang permasalahan diri sendiri dengan memendam perasaan sendiri serta menutup diri dari orang lain, sehingga akan

mengakibatkan depresi yang menaun. Depresi dapat dipengaruhi dari hubungan luar diri dari orang sekitar, lingkungan masyarakat yang toxic akan menyebabkan luka batin pada seseorang. Menurut (Sriati, 2008) situasi yang menimbulkan stres sehingga menciptakan tuntutan fisik dan psikis pada seseorang. Depresi yang dialami dalam diri seseorang biasanya timbul, sebab masalah yang dipendam sendiri tanpa bercerita sehingga masalah terus menumpuk membebani pikiran dan batin seseorang. Orang yang mengalami tidak dapat mengendalikan dirinya sendiri sehingga berbuat sesuatu diluar nalar seperti bunuh diri, menyakiti diri sendiri. Menurut mereka masalah akan selesai jika ia mati, rasa putus asa yang tinggi dapat mengakibatkan gejala jiwa yang membara untuk menyakiti diri sendiri. .

Kondisi emosional yang tidak menyenangkan, yang ditandai oleh perasaan-perasaan subjektif seperti ketegangan, ketakutan, kekhawatiran, dan juga ditandai dengan aktifnya system saraf pusat (Darma, 2004). Depresi dapat dialami seseorang dengan tekanan dari luar dirinya seperti ucapan menyakitkan, perbuatan keji, pembullian dari orang lain dan kurangnya perhatian dari orang terkasih, hal ini menyebabkan depresi pada diri seseorang, suasana tidak nyaman mempengaruhi pikiran untuk berfikir baik dan tenang. Depresi dapat dipicu dari perilaku orang lain kepada penderita, jika kenyamanan hilang maka akan lebih sering tidur dan menghindari keramaian. Tidak memiliki gairah hidup dapat membuat seseorang merusak mental dan mood dalam hidup, tidak jarang mereka akan melakukan hal yang dilarang seperti mabuk, mengonsumsi narkoba dan hal kriminal lainnya. Terbukti pada *Novel Pesantren Impian karya Asma Nadia* dengan data di bawah ini:

*“Media Surabaya pasti memberitakan usaha bunuh diri Rini dan sedang memikirkan apa yang sedang terjadi kepada diri Rini. **Mengapa perempuan cantik berprestasi dan dari keluarga terpandang sepertinya melakukan hal itu, siapapun menilai bahwa ia akan memiliki masa depan yang indah dan cerah namun kehilangan keinginan hidup.**”* (Nadia, 2014, hal 4).

*“**Gadis berambut panjang itu memandang sekeliling dengan paras pucat. Di hadapannya tergeletak sosok tubuh tak bergerak. Beling pecahan botol berserakan, berbaur dengan percikan darah yang melebar menodai karpet.**”* (Nadia, 2014, hal 2).

Seseorang yang ingin menghabiskan hidupnya karena depresi dengan kondisinya, hal ini disebabkan karena dia diperkosa dengan seorang lelaki dewasa di sebuah kamar hotel tengah malam. Namun Rini berusaha melawan, untuk membela dirinya dan tidak sengaja ia membunuh lelaki tersebut, dia pikir lelaki itu hanya akan pingsan bukan meninggal, dengan segera ia risau menatap mayat berkucur darah di depannya, Rini bergegas membersihkan darah di dressnya, lari meninggalkan mayat di hotel. Hal ini lah yang menjadikan Rini depresi, serta masalah ini tidak pernah diceritakan pada siapapun sehingga mengakibatkan derita pada batin dan pikirannya sendiri. Peristiwa tersebut membuat derita dan kesulitan pada diri Rini, dia takut jika hal itu diketahui oleh orang lain.

“Sissy lebih muda, usianya baru tujuh belas. Meski masih belia gadis itu sudah melanglang di dunia shabu-shabu, putaw, inex, dan sejenisnya. Sekolahnya drop out, tapi berkat paras cantik dan tubuh kelewatan ramping, kariernya di dunia modeling terus berjalan, bahkan dapat dibilang cukup pesat.” (Nadia, 2014, hal 10).

Seseorang yang mengkonsumsi narkoba untuk membuat dirinya tenang, hal ini berawal dari orang tua Sissy yang tidak pernah memiliki waktu untuknya sehingga ia merasa dirinya sendiri, dengan hubungan yang tidak baik dengan kedua orang tuannya, ia tidak dapat menceritakan semua masalah yang ia hadapi sehingga untuk melewatinya sendiri ia membutuhkan sebuah obat yang menenangkan gejolak batinnya yaitu dengan mengonsumsi obat terlarang yang dapat mengakibatkan fatal dalam dirinya jika ia terlalu banyak dalam mengonsumsi obat terlarang tersebut, ia akan mati overdosis jika terlalu banyak mengonsumsinya. Unsur eksternal diatas dapat disamakan dengan pendapat Feldman (Nyoman, 2011) yang mengatakan bahwa remaja kini memiliki tuntutan dan harapan yang lebih banyak dibandingkan dengan remaja lalu yang dibebaskan untuk mengekspresikan diri.

“Ruangan porak poranda. Sinta terjongkok lemas di sudut kamar. Wajah gadis itu basah air mata. Di depannya Santi berdiri dengan pisau terhunus ke arah saudara kembarnya. Paras dan penampilannya acak-acakan. Matanya merah dan sayu. Peluh bercucuran membasahi baju tidurnya. Tangan gadis itu gemetar. Senyum sinis tersinggung, terlihat aneh dan tak wajar. Mendadak Santi tertawa. Tapi pisau tetap terhunus di tangan. Gadis itu memutar badan hingga kini berhadap-hadapan dengan Ustadz Agam. “maju! Kalian semua akan mati! Kamu juga Papa!” matanya melotot tajam ke arah Sinta.” (Nadia, 2014, hal 43).

Data di atas menunjukkan seseorang yang sedang *sakaw* setelah mengonsumsi pil serta sabu sehingga menimbulkan halusinasi pada pelaku. Hal ini berawal dari kematian Mamanya dengan cara bunuh diri, Mama si kembar bunuh diri karena perilaku Papa dan teman – teman Panya terhadap Mama mereka. Kehilangan sosok orang terkasihnya mengakibatkan si kembar menderita gangguan mental, peristiwa ini menyebabkan mereka hilang arah dan mencoba mencari ketenangan dengan mengonsumsi pil yang membuat seseorang yang mengonsumsinya menjadi nyaman, dengan efek samping halusinasi tentang apa yang sedang dirasakan. Setiap orang yang menyalah gunakan zat terlarang pasti memiliki alasan tertentu hingga terjebak dengan kejahatan yang ditimbulkan oleh zat adiktif (Manalu, dkk., 2019).

“meski pemakaman selesai, kedukaan tak pergi. Saat makan malam, tak ada yang berminat menyentuh hidangan di meja makan. Semua terbawa perasaan. Sissy bahkan masih sesenggukan. Ia merasa paling bersalah. Disbanding yang lain, ialah yang paling sering menggoda almarhumah.” (Nadia, 2014, hal 160).

“Si kembar berpelukan dalam air mata. Evi dan Ina biasanya memberikan pikiran cemerlang namun kali ini mereka serasa kosong dan buntu. Sedang Butet hanya tepekur. Matanya merah.” (Nadia, 2014, hal 162).

Gejala yang dialami oleh penderita depresi yaitu kehilangan nafsu makan, tidak dapat berfikir jernih, dan tidak memiliki gairah untuk hidup. Permasalahan ini diakibatkan dari peristiwa terbunuhnya seorang santriwati yang bernama Yanti, ia mati dibunuh oleh sosok misterius di malam persalinan Rini. Penemuan jasad Yanti mengakibatkan gejala depresi mayor para temannya, sehingga mereka memiliki perasaan tidak wajar dan merasa bersalah atas kematian sosok Yanti. Setiap orang akan merasa kehilangan saat ditinggalkan oleh orang yang dicintai, bahkan seseorang akan mengalami depresi ketika tidak bisa mengendalikan perasaan yang dirasakan.

Faktor penyebab depresi mayor pada tokoh novel Pesantren Impian karya Asma Nadia

Depresi dalam diri seseorang dapat dideteksi dengan menganalisis gejala – gejala yang dialami. mengalami kekerasan emosional atau psikologis, mengalami perasaan sedih yang berlarut, perasaan bersalah, merasa sering dihukum, merasa bahwa dirinya selalu gagal dan mengkritik diri sendiri. Konflik batin menimbulkan masalah dalam pribadi seseorang, pemikiran tentang keadaan batin yang remuk mengakibatkan permasalahan dalam diri sehingga membentuk kerusakan dalam cara berfikir. Faktor penyebab depresi dapat dilihat dari beberapa permasalahan mulai dari permasalahan internal dan eksternal. Faktor penyebab depresi dalam novel dibagi menjadi 3 yaitu 1) penghinaan publik, 2) rasa malu yang parah, atau 3) pengalaman menyakitkan. Berikut paparan dari faktor penyebab depresi tokoh :

Penghinaan publik

“Orang luar boleh sibuk menerka. Tapi selama tak ada yang bicara, mereka tak punya apa-apa. Kalimat yang seharusnya memberikan rasa aman. Sayangnya Rini tahu bahwa ucapan itu sama sekali tidak mengubah kenyataan. Rini memejamkan mata. Seharusnya hal itu tidak terjadi, kembali menggigit jari.” (Nadia, 2014, hal 5).

“Media Surabaya pasti memberitakan usaha bunuh diri Rini dan sedang memikirkan apa yang sedang terjadi kepada diri Rini. Mengapa perempuan cantik berprestasi dan dari keluarga terpandang sepertinya melakukan hal itu, siapapun menilai bahwa ia akan memiliki masa depan yang indah dan cerah namun kehilangan keinginan hidup.” (Nadia, 2014, hal 4).

Data menunjukkan penghinaan publik yang dirasakan oleh tokoh saat dirinya hendak menyelamatkan diri dari kejadian pemerkosaan, dia berusaha bunuh diri untuk menghilangkan trauma namun pandangan masyarakat dan media berbeda dengan yang dirasakan Rini. Tidak bercerita dengan siapapun membuat tokoh Rini dihina publik karena percobaan bunuh dirinya

yang dijadikan santapan pers. Penghinaan dilatar belakangi oleh beberapa faktor, yaitu unsur tidak sengaja, dibuat cerita atau apapun itu yang mengakibatkan citra seseorang menjadi (Ramadhan & Kahfi, 2022). Penghinaan publik mempengaruhi keadaan mental seseorang sehingga merasa direndahkan, dan dipatahkan semangat hidupnya, sebab menimbulkan trauma yang mendalam bagi seseorang sehingga memicu depresi.

Rasa malu yang parah

“Dan dia gagal melakukannya. Andai berhasil tentu Rini tak perlu khawatir jika keluarga dan semua hal yang berhubungan dengannya menjadi santapan empuk pers. Sebab dia tak perlu menyaksikannya.” (Nadia, 2014, hal 5).

“Tatapan yang menyiratkan senyum dan keperhatinan tersungguh di depan mata. Ada kekhawatiran yang mengental sekalipun berusaha keras disembunyikan. Hanya satu wajah yang tetapp tanpa riak. Ibu.” (Nadia, 2014, hal 5).

Tokoh Rini mengalami rasa malu yang parah setelah dia melakukan percobaan bunuh diri namun gagal dan menjadi buruan media pers, untuk mendapatkan informasi penyebab Rini melakukan bunuh diri. Adanya ketidaknyamanan dan hambatan perilaku seseorang sebab kejadian yang telah terjadi hingga menyebabkan rasa malu yang parah (Carducci & Golant, 2009). Rasa malu yang parah mengakibatkan depresi sebab perasaan tidak nyaman terhadap kehadiran orang lain setelah penderita melakukan kesalahan yang dilakukan secara sengaja maupun tidak.

Pengalaman menyakitkan

Kejadian yang menakutkan semua orang, terutama remaja dapat menimbulkan depresi, merasa harga diri rendah, tidak mampu berkonsentrasi dalam hal apapun, turunnya nilai, cemas dan bahkan bunuh diri (Teasley, 2013). Orang yang mengalami depresi tidak pernah memikirkan dirinya sendiri ia akan sering murung, menyendiri bahkan tidak segan untuk menyakiti dirinya sendiri. Hal ini dapat memicu keadaan mental seseorang sehingga harus ada penanganan khusus yang dilakukan untuk para penderita depresi. Wanita yang tidak dapat memosisikan dirinya dalam sebuah skema baru dapat mengalami gangguan psikologis. Terbukti pada data novel Pesantren Impian karya Asma Nadia di bawah ini :

“Sejak peristiwa pemerkosaan yang terjadi, hidupnya tak lagi tentram. Bukan hanya persoalan perasaan, melainkan juga disebabkan berbagai peristiwa kecelakaan yang kemudian menimpa dan nyaris menewaskannya.” (Nadia, 2014, hal 8).

“Ingatan yang serta merta mengembalikan Rini pada lorong kegelisahan yang dalam dan gelap. Jantungnya berdetak kencang sementara pikirannya mengetak-entak” (Nadia, 2014, hal 7).

“Sampai subuh, tak satu pun gadis penghuni pesantren mampu memejamkan mata. Semua memikirkan Sinta dan Santi yang akan dirawat di klinik dengan waktu yang pastinya lama untuk menenangkan dirinya sehingga tidak akan mengulangi hal tersebut.” (Nadia, 2014, hal 46).

“Gara-gara Papa, Mama gantung diri. Papa bajingan! Semua teman Papa juga bajingan! Kalau tidak, Mama pasti masih hidup, Mama.....” (Nadia, 2014, hal 44).

Para tokoh dalam kutipan di atas mengalami peristiwa yang menyakitkan, mengakibatkan traumatik. Beberapa peristiwa yang dialami mulai dari diperkosa oleh orang yang tidak dikenal, menyaksikan teman yang sedang *sakaw* dan hendak membunuh saudaranya sendiri, serta kepergihan sosok ibu yang dicintainya mengenaskan yaitu dengan gantung diri. Tokoh mengalami pengalaman yang menyakitkan karena orang terdekat, mengalami kejahatan dan peristiwa menyakitkan. Trauma disebabkan kejadian tidak menyenangkan yang terjadi pada tokoh menyebabkan kehilangan kepercayaan diri, semangat hidup, merasa tidak dicintai, merasa bersalah, merasa kecewa, sakit hati dan ingin menyalahkan diri sendiri, serta tidak ingin melanjutkan hidup. Peristiwa traumatik sangat sulit dilupakan oleh orang yang mengalaminya, bahkan traumatik dapat memicu gangguan mental (Yoseph, dkk., 2009). Penderita trauma cenderung susah berbicara dengan orang lain, sebab bayangan masa lalu yang menyakitkan masih melekat pada pikiran (Farhan, dkk., 2022).

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis, dapat disimpulkan bahwa depresi mayor dapat disebabkan dengan beberapa faktor yang menimbulkan gejala serta resiko dari setiap pengidap depresi. Depresi mayor sering terjadi pada orang yang mengalami peristiwa yang membuat pikiran dan perasaan kacau. Depresi dapat disembuhkan dengan penanganan khusus, dukungan kerabat, serta keinginan sendiri. *Pertama*, para tokoh mengalami depresi mayor dengan waktu yang cukup lama, depresi tersebut disebabkan oleh peristiwa yang menimpa mereka jauh hari. Permasalahan menimbulkan efek berat, gejala yang dialami tokoh diketahui bahwa mereka menderita depresi mayor ialah khawatir, kehilangan arah, resah, merasa tidak disayangi, merasa bersalah, menyakiti tubuh, hingga melakukan percobaan bunuh diri. Hal tersebut dilakukan untuk menghilangkan beban yang ada dalam pikiran mereka dan menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi. *Kedua*, faktor penyebab terjadinya depresi terbagi menjadi tiga yaitu depresi sebab pembulian publik, rasa malu yang parah, serta pengalaman yang menyakitkan. Faktor tersebut mempengaruhi keadaan jiwa seseorang menjadi terpuruk dan tidak ingin menjalani kehidupan seperti biasa, tidak hanya itu faktor tersebut menjadikan seseorang merasa

tidak dibutuhkan serta merasa sedih dan marah bersamaan, sehingga penderita tidak dapat mengontrol perilaku dirinya sendiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada Dr. Sugiarti, M.Si yang telah membimbing, mengarahkan, serta mengoreksi artikel ini sebagai pemenuhan mata kuliah Prosa Prodi Pendidikan Bahasa Indonesia FKIP Universitas Muhammadiyah Malang.

REFERENSI

- Aini, K., & Apriana, R. (2019). Dampak cyberbullying terhadap depresi pada mahasiswa Prodi Ners. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 6(2), 91–97.
- Angraini, D. I. (2014). Hubungan depresi dengan status gizi. *Jurnal Medula*, 2(02).
- Beck, A. T., & Alford, B. A. (2009). *Depression: Causes and treatment*. University of Pennsylvania Press.
- Boeree, C. G. (2013). *GENERAL PSYCHOLOGY: Psikologi Kepribadian, Persepsi, Kognisi, Emosi, & Perilaku*. (A. Q. Shaleh (ed.)). Prismsophie.
- Bradford, A. B., Burningham, K. L., Sandberg, J. G., & Johnson, L. N. (2017). The association between the parent–child relationship and symptoms of anxiety and depression: The roles of attachment and perceived spouse attachment behaviors. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43(2), 291–307.
- Carducci, B. J., & Golant, S. (2009). *Shyness: understanding, hope, and healing*. Harper Collins.
- Carson, R. C. (1991). Dilemmas in the pathway of the DSM-IV.. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(3), 302.
- Darma, B. X. (2004). Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Pria dan Wanita Akseptor Kontrasepsi Mantap Di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta. *Jurnal Psyche*, 1(1), 18–32.
- Dirgayunita, A. (2016). Depresi: Ciri, penyebab dan penanggannya. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 1(1), 1–14.
- Farhan, M., Muharramah, I. A., & Putra, D. A. K. (2022). GANGGUAN BERBAHASA PADA PASIEN GANGGUAN JIWA PENYANDANG PTSD: STUDI KASUS PADA PASIEN RSJ KOTA KENDARI. *Pena Literasi*, 5(1), 37–44.
- Iyus, Y. (2009). *Keperawatan jiwa*. PT Revika Aditama: Bandung.
- Kartono, K. (2012). Patologi sosial gangguan jiwa. *Jakarta: RajaGrafindo Persada*.
- Khan, R. I. (2012). Perilaku asertif, harga diri dan kecenderungan depresi. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2).
- Lengkong, E. M. (2016). Depresi Dalam Novel “Room” by Emma Donnoghue. *Jurnal Elektronik Fakultas Sastra Universitas Sam Ratulangi*, 3(2).
- Lumongga, D. R. N. (2016). *Depresi: tinjauan psikologis*. Kencana.
- Lutfiyah, N. U. (2021). Studi Kasus Dinamika Psikologis Penderita Depresi Mayor Dengan Riwayat Pengalaman Korban Kekerasan Oleh Orang Tua. *Ristendik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2), 251–258.
- Maemunah, S. (2021). Gejala Depresi Tokoh Utama dalam Novel Represi Karya Fakhrisna Amalia. *GERAM*, 9(2), 153–162.
- Manalu, S. F., Sipahutar, A. R., Sinaga, S. R., & Sagala, M. J. P. (2019). ANALISIS YURIDIS TERHADAP PENYALAHGUNAAN NARKOTIKA JENIS SABU-SABU DAN PIL

- EKSTASI DITINJAU DARI SEGI HUKUM PIDANA DALAM PUTUSAN NOMOR: 473/PID. SUS/2015/PT. MDN. *JURNAL RECTUM: Tinjauan Yuridis Penanganan Tindak Pidana*, 1(2), 154–159.
- Nadia, A. (2014). *Pesantren Impian*. Asma Nadia Publishing House.
- Nasriati, R. (2017). Stigma dan dukungan keluarga dalam merawat orang dengan gangguan jiwa (ODGJ). *MEDISAINS: Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Kesehatan*, 15(1), 56–65.
- Nuryanti, M., & Sobari, T. (2019). Analisis Kajian Psikologi Sastra Pada Novel “Pulang” Karya Leila S. Chudori. *Parole (Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia)*, 2(4), 501–506.
- Nyoman, K. R. (2011). *Teori, Metode, Dan Teknik Penelitian Sastra*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rahmawati, T. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Depresi Pada Remaja Awal. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak*, 3(2), 47–54.
- Ramadhan, A. T., & Kahfi, A. (2022). Analisis Kebebasan Bermedia Sosial Pada Penyebaran Informasi Publik Bermuatan Penghinaan dan Pencemaran Nama Baik. *Alauddin Law Development Journal*, 4(1), 78–88.
- Rosyanti, L., Hadi, I., & Wijayati, F. (2021). *Memahami Gangguan Depresi Mayor*.
- Saputri, M. A. W., & Indrawati, E. S. (2011). Hubungan antara dukungan sosial dengan depresi pada lanjut usia yang tinggal di panti wreda wening wardoyo jawa tengah. *Jurnal Psikologi*, 9(1).
- Sonambela, A. A., Sigarlaki, S. J., & Manus, J. A. (2020). Depresi dalam Novel The Lovely Bones Karya Alice Sebold. *JURNAL ELEKTRONIK FAKULTAS SASTRA UNIVERSITAS SAM RATULANGI*, 10.
- Sriati, A. (2008). Tinjauan tentang stres. *Jatinagor: Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran*, 1992.
- Sugiyono, P. (2015). Metode penelitian kombinasi (mixed methods). *Bandung: Alfabeta*, 28, 1–12.
- Sumardika, I. W. A., & Diniari, N. K. S. (2013). Penanganan Depresi Pada Pasien Lansia Dengan Penyakit Kardiovaskular. *Jurnal: Universitas Udayana Denpasar*, 4.
- Teasley, M. (2013). Cyberbullying, youth behavior and society. *Journal of Child and Adolescent Behaviour*, 2, 120.
- Toding, D., Masfuri, M., & Yona, S. (2021). Penerapan Terapi Psikologis dalam Menurunkan Tingkat Depresi pada Pasien Hemodialisis: Literature Review. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES"(Journal of Health Research" Forikes Voice")*, 12(3), 242–248.
- Widyaningrum, M., & Ian Seni, F. B. (n.d.). *DEPRESI SEBAGAI PROBLEM BEHAVIOR DISORDER DI DALAM NOVEL KUPU WENGI MBANGUN SWARGA KARYA TULUS S (PENDEKATAN PSIKOLOGI SKINNER)*.
- Yoseph, I., Puspowati, N. L. N. S., & Sriati, A. (2009). Pengalaman traumatik penyebab gangguan jiwa (skizofrenia) pasien di Rumah Sakit Jiwa Cimahi. *Majalah Kedokteran Bandung*, 41(4).