

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Karya sastra ialah hasil akhir final yang tercipta dari pemikiran manusia dalam bentuk lisan maupun tulisan, dengan bahasa sebagai sarana untuk menggambarkan imajinasi (Al-Ma'ruf & Nugrahani, 2017). Imajinasi dalam karya sastra berasal dari proses mental manusia dalam mengembangkan kreativitas untuk menggambarkan suasana khusus dan membuat karya sastra lebih hidup (Saragih dkk., 2021). Bentuk imajinasi sastra berasal dari imitasi atau tiruan atau secara murni imajinasi muncul sebagai hasil pengolahan dan pemanfaatan kelebihan dan kemampuan otak manusia (Saragih dkk., 2021). Karya sastra lahir karena imajinasi dan proses kehidupan manusia.

Sastra berperan memberikan pandangan yang mendalam tentang kehidupan manusia seperti, kehidupan sehari-hari dan menggali perasaan manusia. Karya sastra adalah sarana penggambaran kehidupan nyata atau cermin semesta (*mimesis*) (Sugiarti dkk., 2020). Sastra bukanlah imajinasi belaka, namun juga memiliki sebuah kebenaran di dalamnya. Kebenaran novel berbeda dengan realitas dunia nyata, kebenaran novel sesuai dengan pemikiran pengarang pada pandangan berbagai permasalahan dan kehidupan (Nurgiyantoro, 2018). Pembaca dapat mengambil berbagai pelajaran dan pengalaman dari karya sastra tentang kehidupan yang tidak bisa dilakukan di dunia nyata. Hal tersebut memberikan pembaca sastra memiliki pengalaman estetik, misalnya pembaca dapat merasakan menjadi mafia dari membaca novel meskipun ia tidak pernah terjun di dunia gelap.

Novel *Pulang* karya Tere Liye yang diterbitkan tahun 2015 merupakan sekian dari banyak karya sastra yang mempresentasikan perkembangan kehidupan manusia, salah satunya adalah aspek psikologis. Novel ini bercerita tentang Bujang, seorang pemuda yang dibesarkan di lingkungan kejam dunia hitam, yang dikenal dengan sebutan "Keluarga Tong". Ayahnya adalah seorang pembunuh bayaran dalam kelompok kriminal ini, dan Bujang sendiri dididik untuk menjadi penerusnya. Kehidupan Bujang penuh dengan intrik, kekerasan, dan loyalitas yang kelam, yang membuatnya menghadapi dilema moral dan konflik batin yang mendalam. Seiring dengan perjalanannya menjadi bagian penting dari organisasi kriminal ini, Bujang sering merasakan konflik emosional, perasaan kehilangan, dan ketidakpuasan yang membuatnya merenungi arti hidup dan keinginannya untuk "pulang" ke kehidupan yang lebih damai.

Tema pulang di sini mengandung makna yang lebih mendalam, yaitu keinginan untuk mencari ketenangan dari hidup yang penuh tekanan. Melalui narasi yang mendalam dan latar belakang karakter yang kompleks, Tere Liye menggambarkan bagaimana trauma masa lalu dan pengalaman sulit dapat berdampak pada kesehatan mental seorang individu. Meskipun novel ini tidak secara langsung berfokus pada depresi, ada beberapa elemen yang menyinggung aspek tersebut. Bujang mengalami banyak kejadian traumatis yang membuatnya merasa terasing, hampa, dan tak menemukan makna hidup. Tekanan dan tuntutan menjadi penerus dalam dunia kriminal membuatnya kehilangan kesempatan untuk merasakan kebahagiaan sederhana dan hidup bebas. Hal ini memberikan gambaran tentang beban psikologis yang berat, yang bisa mencerminkan perasaan depresi.

Permasalahan depresi yang dialami Bujang juga terjadi di kehidupan nyata. Depresi merupakan salah satu permasalahan kesehatan mental. Kondisi kesehatan mental Indonesia menjadi masalah yang memprihatinkan dan mengkhawatirkan (Nurfadilah, 2023). Hal ini menjadikan depresi sebagai masalah yang mendapat perhatian, karena depresi memiliki dampak buruk bagi penderita hingga memiliki resiko masalah serius. stigma terhadap kesehatan mental sering menjadi penghalang bagi individu untuk mencari bantuan profesional, sehingga memperparah kondisi penderita. Penanganan yang terlambat atau tidak memadai dapat meningkatkan risiko tindakan ekstrim seperti percobaan bunuh diri. Oleh karena itu, penting bagi masyarakat untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang gangguan ini guna mendukung pencegahan dan pemulihan.

Berdasarkan laporan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Jawa Timur 2018 dikemukakan bahwa 4,53 % dari masyarakat Jawa Timur atau 74.657 orang mengalami depresi. Hal ini diperkuat oleh data Survei Kesehatan Nasional (SKI) 2023 bahwa penderita depresi didominasi oleh kelompok umur 15 – 24 tahun. Pandemi Covid-19 telah memperburuk kondisi kesehatan mental masyarakat, dengan dampak negatif yang memicu krisis psikologis, seperti meningkatnya tingkat depresi, kecemasan, dan stres (Pertiwi dkk., 2021).

Depresi biasanya ditandai gejala menurunnya sifat sosial manusia seperti murung atau menyendiri. Depresi dapat dikatakan sebagai penyakit yang tidak disadari oleh penderita (Maemunah, 2021). Hal ini berbeda dengan penderita sakit batuk, resimen atau penderita memiliki kesadaran bahwa ia memiliki penyakit, sedangkan penderita depresi tidak memiliki kesadaran diri. Depresi dapat dipahami sebagai gangguan dalam alam bawah sadar yang ditandai rasa sedih berkelanjutan

dan mengakibatkan terganggunya kondisi fisik dan kehidupan sosial (Pieter & Lubis, 2012). Perilaku seseorang juga bisa berubah akibat dari depresi, misalnya seseorang yang sebelumnya aktif tiba-tiba menjadi pendiam dan lebih suka menyendiri. Menurut Amam dan Prestilliano (2024) depresi memiliki beberapa jenis, seperti depresi mayor, *persistent*, *bipolar*, *psikotik*, *postpartum*, dan *Premenstrual Dysphoric Disorder* (PMDD).

Depresi mayor dapat dilihat sebagai gangguan mental manusia yang ditandai oleh perasaan sedih yang berkelanjutan, hilangnya atensi atau kesukaan pada aktivitas yang disenangi, serta adanya berubahnya pola tidur dan nafsu makan. Kondisi ini sering kali tidak hanya mempengaruhi emosi, tetapi juga kesehatan fisik dan kemampuan individu untuk menjalani aktivitas sehari-hari. Depresi mayor akan berdampak pada perubahan sikap penderita, hilangnya minat beraktivitas, hingga terdapat pikiran untuk bunuh diri (Munira dkk., 2024).

Kajian ini memiliki keterkaitan dengan kajian terdahulu yang dilaksanakan oleh Sari (2017) dengan judul "*Sikap dan Fungsi Jiwa Tokoh Utama dalam Novel Pulang Karya Tere Liye*". Penelitian tersebut bertujuan menganalisis perilaku serta peran kejiwaan figur sentral dengan menerapkan Psikoanalisis yang diungkapkan Carl Gustav Jung. Adapun hasil kajian tersebut dapat diketahui bahwasanya sikap jiwa tokoh Bujang mencakup sikap ekstraversi dan introversi, sementara fungsi jiwa yang ditemukan meliputi fungsi penginderaan dan fungsi intuisi.

Penelitian lain oleh Hidayat & Sunanda (2022) membahas konflik internal atau konflik batin serta nilai akhlak pada prosa *Pulang* karangan Tere Liye. Kajian yang dilakukan oleh Hidayat & Sunanda menyoroti konflik batin serta nilai moral yang diperlihatkan oleh figure sentral dalam cerita. Hasilnya mengungkapkan adanya

konflik mendekat-mendekat dan menjauh-mendekat, serta sejumlah nilai moral yang tercermin dalam karakter Bujang.

Penelitian serupa dilakukan oleh Yulita dkk. (2022) dengan judul “*Personality Analysis of The Main Character in Tere Liye’s Novel Pulang, Through Literature Psychology Approach*”. Penelitian ini berfokus pada analisis karakter dan perilaku figur sentral dalam prosa *Pulang* karangan Tere Liye. Kesimpulan dari kajian ini menerangkan bahwasanya figur Bujang memiliki karakter yang positif, peka, serta memiliki emosi yang sering berubah.

Penelitian menggunakan teori behaviorisme dilakukan oleh Hidayatullah dkk., (2021) dengan judul “Perubahan Perilaku Tokoh Elgar dalam Novel *ELgara* Karya Lusiafriaa: Teori Behaviorisme Skinner”. Tujuan penelitian tersebut untuk mengetahui perubahan perilaku tokoh Elgar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan yang dipengaruhi oleh stimulus dari tokoh lain berupa stimulus terkondisi, stimulus tak terkondisi, dan stimulus positif sebagai penguat perilaku tokoh Elgar. Selain itu, penelitian tentang depresi dilakukan oleh (Dewi dkk., 2022) tentang depresi tokoh Salma dalam novel *Hello Salma*. Tujuan penelitian tersebut untuk mengungkapkan dan menguraikan struktur kepribadian, penyebab dan bentuk depresi, peneliti dalam kajian ini mengaplikasikan teori *Psikoanalisis* Sigmund Freud. Hasil penelitian menunjukkan adanya konflik antara *id* dan *superego*, sehingga menyebabkan tekanan pada tokoh Salma dan menimbulkan gangguan depresi mayor.

Penelitian ini merupakan penelitian lanjutan tentang kondisi psikologis yang dialami oleh tokoh utama dalam novel *Pulang* karya Tere Liye. Namun, perbedaannya terletak pada perspektif yang digunakan dalam analisisnya.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sari (2017), Hidayat & Sunanda (2022), serta Yulita dkk. (2022) mengadopsi berbagai perspektif seperti Carl Gustav Jung yang memfokuskan pada fungsi jiwa, Sigmund Freud yang membahas tentang struktur kepribadian, Kurt Lewin yang mengkaji konflik batin, dan sifat kepemimpinan. Penelitian ini menggunakan perspektif Behaviorisme John B. Watson untuk memahami depresi mayor yang dialami oleh tokoh utama. Melalui perspektif behaviorisme, penelitian ini berharap dapat memberikan wawasan baru tentang psikologi Bujang dalam novel *Pulang* karya Tere Liye terkait bentuk depresi mayor, faktor penyebab depresi mayor.

Penelitian ini juga memiliki kesamaan pendekatan behaviorisme dengan penelitian Hidayatullah dkk. (2021), meskipun fokus kajiannya berbeda, karena penelitian tersebut fokus pada menelaah perubahan perilaku tokoh Elgar dalam novel *Elgara* dengan teori Skinner, sedangkan penelitian ini menggunakan teori behaviorisme Watson untuk mengkaji depresi mayor pada tokoh Bujang. Selain itu, penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi dkk. (2022) yaitu menelaah gangguan depresi mayor pada tokoh dalam novel. Perbedaannya penelitian tersebut menggunakan pendekatan psikoanalisis Sigmund Freud, sedangkan penelitian ini menggunakan teori behaviorisme John B. Watson.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini penting dilakukan dengan pertimbangan sebagai berikut. *Pertama*, berdasarkan hasil penelusuran penulis, objek material novel *Pulang* karya Tere Liye memang telah banyak diteliti, namun belum ada penelitian yang secara khusus membahas depresi pada tokoh dalam novel ini. Hal ini dikarenakan novel *Pulang* bukanlah novel dengan tema psikologis secara eksplisit, tetapi penggambaran depresi yang dialami oleh Bujang cukup

menonjol sebagai salah satu masalah utama yang harus dihadapinya. *Kedua*, pemahaman mengenai depresi penting untuk membantu mengidentifikasi dan mencegah tindakan yang berpotensi mengarah pada perilaku berbahaya, termasuk bunuh diri. Kesadaran ini tidak hanya penting bagi individu yang mengalami depresi, tetapi juga bagi keluarga dan teman di sekitarnya. *Ketiga*, penelitian ini menawarkan perspektif baru dengan menggunakan pendekatan behaviorisme untuk mengidentifikasi depresi mayor. Pendekatan ini dapat memberikan kerangka analisis yang lebih mendalam dalam memahami kondisi psikologis tokoh dalam novel sekaligus memberikan kontribusi teoretis bagi kajian sastra dan psikologi.

### 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah penelitian yang dikembangkan pada penelitian ini sebagai berikut.

- 1) Bagaimana bentuk depresi mayor yang dialami tokoh utama dalam novel *Pulang* karya Tere Liye?
- 2) Bagaimana faktor penyebab depresi mayor yang dialami tokoh utama dalam novel *Pulang* karya Tere Liye?
- 3) Bagaimana cara mengatasi depresi mayor yang dilakukan tokoh utama dalam novel *Pulang* karya Tere Liye?

### 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikembangkan, tujuan penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut.

- 1) Menjelaskan bentuk depresi mayor yang dialami tokoh utama dalam novel *Pulang* karya Tere Liye.

- 2) Menjelaskan berbagai faktor penyebab depresi mayor yang dialami tokoh utama dalam novel *Pulang* karya Tere Liye.
- 3) Menjelaskan berbagai cara untuk mengatasi atau mengobati depresi mayor yang dilakukan tokoh utama dalam novel *Pulang* karya Tere Liye.

#### 1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan harapan memiliki beberapa manfaat. Manfaat tersebut dapat berupa sebagai manfaat teoritis dan manfaat secara praktis.

##### 1.4.1 Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini dapat mengembangkan konstruksi penelitian psikologi sastra dalam perspektif behaviorisme John B. Watson terkait bentuk depresi mayor dan faktor penyebab terjadinya depresi mayor.

##### 1.4.2 Manfaat Praktis

- 1) Meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap isu kesehatan mental, terutama terkait dampak lingkungan dan pengalaman hidup terhadap kesehatan psikologis.
- 2) Penelitian ini dapat digunakan untuk memperkaya kajian psikologi sastra dalam perspektif lain. Penelitian ini dapat membuka wawasan baru mengenai bagaimana unsur-unsur sastra, seperti karakter, konflik, dan tema, mencerminkan atau memengaruhi kondisi psikologis individu maupun kolektif.
- 3) Penelitian novel *Pulang* karya Tere Liye diharapkan dapat digunakan untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut terkait perspektif behaviorisme John B. Watson selain depresi mayor.

## 1.5 Definisi Istilah

Dalam penelitian ini, terdapat beberapa konsep utama yang perlu didefinisikan secara operasional untuk memastikan kejelasan makna dan konsistensi dalam analisis. Berikut adalah definisi istilah dari konsep-konsep penting dalam penelitian ini.

### 1) Behaviorisme

Behaviorisme adalah salah satu teori dalam psikologi yang memandang bahwa perilaku manusia sebagai bentuk respon dari stimulus.

### 2) Psikologi Sastra

Psikologi sastra adalah pendekatan penelitian sastra dengan menggunakan teori psikologi yang digunakan membedah karya sastra.

### 3) Depresi Mayor

Depresi mayor adalah salah gangguan psikologis dalam bentuk kecemasan yang memiliki konsekuensi berbahaya, karena dapat menyebabkan penderita bunuh diri atau kematian.

### 4) Bentuk Depresi Mayor

Bentuk depresi mayor adalah jenis gangguan yang dialami oleh penderita depresi.

### 5) Faktor Penyebab Depresi Mayor.

Penyebab terjadinya depresi mayor adalah segala hal bentuk stimulus yang diterima penderita sebagai pemicu depresi mayor.

### 6) Cara Mengatasi Depresi

Cara yang dilakukan penderita atau orang lain untuk mengobati atau mengurangi efek dari depresi mayor.