

## DEPRESI PADA TOKOH SALMA DALAM NOVEL *HELLO SALMA* KARYA ERISCA FEBRIANI KAJIAN PSIKOLOGI SASTRA

Suci Mutiara Dewi, Dahri D., Kiftiawati

Universitas Mulawarman

Email: [sucimutiara61@gmail.com](mailto:sucimutiara61@gmail.com)

### ABSTRAK

Penelitian ini membahas tentang depresi yang terjadi pada tokoh Salma dalam novel *Hello Salma* karya Erisca Febriani. Penelitian ini bertujuan mengungkap dan menguraikan (1) struktur kepribadian tokoh Salma seperti *id*, *ego*, dan *superego*, (2) penyebab depresi tokoh Salma, (3) bentuk depresi tokoh Salma. Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah struktur kepribadian Sigmund Freud. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kepustakaan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik kualitatif dengan 3 tahap, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan simpulan. Hasil penelitian membuktikan bahwa (1) *id* tokoh Salma ingin masuk kuliah jurusan Sastra Indonesia tetapi *superego* yaitu orang tua menyuruh untuk masuk Fakultas Kedokteran dan respons *ego* memutuskan mengikuti *superego*, (2) penyebab tokoh Salma tertekan atas tuntutan orang tua serta kegagalannya untuk mewujudkan ambisi kedua orang tua, dan (3) tokoh Salma mengalami gangguan depresif mayor dengan gejala *mood* depresi, kehilangan minat pada aktivitas harian, penurunan berat badan, insomnia, perasaan tidak berharga, perasaan bersalah, perasaan terbebani, perasaan hampa, berkurangnya kemampuan berfikir, dan gangguan fungsi sosial.

**Kata Kunci:** Depresi, Hello Salma, Psikologi Sastra, Salma

### ABSTRACT

*The study deals with depression that occurred in Erisca Febriani's "Hello Salma" novel. This research aims to reveal and (1) the character structure of salma figures such as id, ego, and superego, (2) causes depression of the character salma, (3) forms the salma depression. The theory used on this study is Sigmund Freud's personality structure. It was a type of literature study. The study involves a qualitative approach. The data-analysis techniques in this study use three stage qualitative techniques, namely data reduction, presentation of data, and deduction drawing. Studies have shown that (1) the id Salma character wanted to attend the Indonesian literature course but the parent's superego requested that they attend medical school and the ego's decision to superego, (2) the cause of Salma character was depressed at the demands of his parents and his failure to bring about the ambitions of both parents, and (3) Salma character suffers from major depressive disorders with symptoms of depressive moods, loss of interest in daily activities, weight loss, insomnia, feelings of worthlessness, guilt, burdened feelings, emptiness, diminished thinking ability, and social dysfunction.*

**Keywords:** Depression, Hello Salma, Literary Psychology, Salma

## A. PENDAHULUAN

Depresi dapat terjadi pada remaja yang sedang mencari identitas diri. Pada masa remaja, seseorang dapat mengalami depresi salah satunya dalam masa depan. Orang tua pasti ikut andil besar. Orang tua biasanya mengatur remaja agar mengikuti kemauan orang tua. Remaja cenderung mengalami tekanan dari orang tua di dalam hidupnya, terutama tekanan dan ambisi dari orang tua untuk mendapatkan nilai yang sempurna. Permasalahan dalam novel *Hello Salma* karya Erisca Febriani tersebut mengangkat cerita dengan tema kasus depresi yang dialami oleh remaja perempuan bernama Salma.

Rumusan masalah ini adalah (1) bagaimana struktur kepribadian tokoh Salma dalam novel *Hello Salma* karya Erisca Febriani, (2) apa penyebab depresi tokoh Salma dalam novel *Hello Salma* karya Erisca Febriani, dan (3) bagaimana bentuk depresi tokoh Salma dalam novel *Hello Salma* karya Erisca Febriani.

Tujuan penelitian ini adalah (1) mengungkap dan menguraikan struktur kepribadian tokoh Salma dalam novel *Hello Salma* karya Erisca Febriani, (2) mengungkap dan menguraikan penyebab depresi tokoh Salma dalam novel *Hello Salma* karya Erisca Febriani, dan (3) mengungkap dan menguraikan bentuk depresi tokoh Salma dalam novel *Hello Salma* karya Erisca Febriani.

Manfaat penelitian ini adalah (1) secara teoritis, penelitian ini bermanfaat untuk menambah ilmu dalam menganalisis tokoh karya sastra dengan menggunakan struktur kepribadian Sigmund Freud dan teori depresi serta jenis, gejala, dan penyebabnya, dan (2) secara praktis, penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca yang ingin mengetahui struktur kepribadian yang terdapat di kejiwaan tokoh serta perkembangan depresi tokoh, agar pembaca memahami sebab-akibat tokoh mengalami depresi.

## B. LANDASAN TEORI

### 1. Struktur Kepribadian Sigmund Freud

Menurut para psikoanalisis, istilah kepribadian adalah pengutamaan alam bawah sadar (*unconscious*) yang berada di luar sadar dan membuat struktur berfikir diwarnai oleh emosi. Mereka beranggapan, perilaku seseorang sekadar wajah permukaan karakteristiknya sehingga untuk memahami secara mendalam kepribadian seseorang, harus diamati gelagat simbolis dan pikiran yang paling mendalam dari orang tersebut (Minderop, 2018:9).

Teori psikoanalisis Freud banyak mengilhami para pemerhatian psikologi sastra. Dia membedakan kepribadian menjadi tiga macam, yaitu *id*, *ego*, dan *superego*. Ketiga ranah psikologi ini menjadi dasar pijakan penelitian psikologi sastra. Memang harus diakui bahwa Freud yang menjadi titik pangkal keberhasilan mengungkap genesis karya sastra (Endaswara, 2008: 23).

#### a. *Id*

*Id* merupakan bagian mental yang sangat bebas, tidak mempunyai tugas untuk mempertahankan bahaya yang ditimbulkan oleh kecemasan (Sutejo dan Kasnadi, 2014:63). Fungsi *id* memenuhi prinsip primordial dari hidup yang disebut Freud sebagai *prinsip kenikmatan*. Tujuan dari prinsip kenikmatan adalah membebaskan orang dari ketegangan, atau jika hal ini tidak mungkin dilakukan—seperti yang

biasanya terjadi—mereduksi jumlah ketegangan pada tingkat yang rendah dan mempertahankannya dalam kondisi tersebut sekonstan mungkin (Hall, 2019:38).

**b. *Ego***

*Ego* merupakan eksekutif (pelaksana) kepribadian. Ia memiliki dua tugas utama; pertama, memilih stimulus mana yang hendak direspons dan atau insting mana yang hendak dipuaskan sesuai dengan prioritas kebutuhan; kedua, menentukan kapan dan bagaimana kebutuhan itu dipuaskan dengan tersedianya peluang yang risikonya minimal (Alwisol dalam Sutejo dan Kasnadi, 2014:63).

**c. *Superego***

*Superego* merupakan cabang moral atau yudisial dari kepribadian. Ia mempresentasikan yang ideal alih-alih yang real, dan ia memperjuangkan kesempurnaan alih-alih untuk kenikmatan ataupun demi realitas. *Superego* adalah kode moral seseorang. Ia terbentuk sebagai konsekuensi dari asosiasi si anak pada standar-standar yang dimiliki orangtuanya perihal apa yang baik dan saleh dan apa yang buruk dan berdosa (Hall, 2019:53).

**2. Depresi**

Depresi adalah gangguan alam perasaan (*mood*) yang ditandai dengan kemurungan dan kesedihan yang mendalam dan berkelanjutan sehingga hilangnya kegairahan hidup, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas (*Reality Testing Ability/RTA*, masih baik), kepribadian tetap utuh (tidak mengalami keretakan kepribadian/*splitting of personality*) perilaku dapat terganggu tetapi dalam batas-batas normal (Hawari, 2016:19).

**3. Gejala Depresi**

Gejala depresi adalah kumpulan dari perilaku dan perasaan yang spesifik dapat dikelompokkan sebagai depresi. Namun yang perlu diingat, setiap orang mempunyai perbedaan mendasar, yang memungkinkan suatu peristiwa atau perilaku dihadapi secara berbeda dan memunculkan reaksi yang berbesa antara satu orang dengan yang lain. Gejala-gejala depresi ini bisa kita lihat dari tiga segi, yaitu gejala dilihat dari segi fisik, psikis, dan sosial (Lubis, 2016:21).

**4. Penyebab Depresi**

Seperti halnya penyakit lain, penyebab depresi yang sesungguhnya tidak dapat diketahui secara pasti namun telah ditemukan sejumlah faktor yang dapat memengaruhinya. Kemungkinan ada unsur bawaan penting yang membuat beberapa di antara kita lebih mudah mendapat serangan depresi. selain itu, peristiwa hidup yang tidak menyenangkan dan penyakit fisik tertentu mempermudah serangan ini karena pengaruh psikologis dan biokimia. Gabungan dari ketidakseimbangan biologis dan psikologis menyebabkan timbulnya depresi (Lubis, 2016:61).

**5. Gangguan Depresif Mayor (*Major Depressive Disorder*)**

Dalam depresi mayor, orang tersebut mengalami salah satu di antara *mood* depresi (merasa sedih, putus asa, atau terpuruk) atau kehilangan minat/rasa senang dalam semua atau berbagai aktivitas untuk periode waktu paling sedikit 2 minggu (APA dalam Lilin dkk, 2018:9).

Penderita juga mengalami paling sedikit empat gejala tambahan, yaitu (1) *mood* depresi terjadi hampir sepanjang hari, hampir setiap hari, (2) jelas terlihat pengurangan minat atau rasa senang pada semua atau hampir semua aktivitas, (3) penurunan berat badan yang bermakna atau peningkatan berat badan atau penurunan atau peningkatan nafsu makan hampir setiap hari, (4) insomnia atau hipersomnia hampir sepanjang hari, (5) agitasi atau retardasi psikomotor hampir sepanjang hari, (5) perasaan tidak berharga atau rasa bersalah berlebihan, (6) berkurangnya kemampuan untuk berfikir atau berkonsentrasi, dan (7) pikiran berulang tentang kematian (Amir, 2016:224—225).

## C. METODE PENELITIAN

### 1. Jenis penelitian

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kepustakaan dengan menggunakan dokumen novel *Hello Salma* karya Erisca Febriani dan buku-buku untuk melandasi teori yang akan digunakan. Terdapat tiga tahap yang akan dilakukan, yaitu menganalisis struktur kepribadian tokoh, menguraikan penyebab depresi, dan menganalisis perkembangan depresi.

### 2. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian termasuk kedalam pendekatan kualitatif. Penelitian teoretis ini berdasarkan dengan landasan masalah dengan menganalisis hal-hal yang terdapat di dalam novel *Hello Salma* karya Erisca Febriani, seperti struktur kepribadian pada tokoh, penyebab depresi yang terjadi pada tokoh, dan perkembangan depresi yang terjadi pada tokoh.

### 3. Data dan Sumber Data

Data dalam penelitian ini ialah bentuk kutipan-kutipan teks. Data tersebut digunakan untuk menganalisis struktur kepribadian, penyebab depresi, dan perkembangan depresi pada tokoh. Sumber data dalam penelitian ini ialah novel *Hello Salma* karya Erisca Febriani tahun 2018.

### 4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dari penelitian ini ialah teknik catat. Pada teknik catat, terdapat teknik membaca, menandai, dan mencatat. Pertama teknik membaca, lebih difokuskan pada struktur kepribadian, penyebab depresi, dan bentuk depresi. Kedua teknik menandai, penandaan pada bagian yang mengandung unsur-unsur struktur kepribadian, penyebab depresi, dan bentuk depresi. Ketiga teknik mencatat, mencatat bagian yang terpenting menyangkut struktur kepribadian, penyebab depresi, dan bentuk depresi.

### 5. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik kualitatif. Teknik ini dilakukan dengan 3 tahap, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan simpulan. Reduksi data, dilakukan agar memperjelas data-data yang akan dianalisis. Penyajian data,

menguraikan struktur kepribadian, penyebab depresi, dan bentuk depresi yang terjadi pada tokoh. Penarikan kesimpulan, pada tahap ini ialah kesimpulan dari penelitian ini.

## D. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Analisis Struktur Kepribadian Tokoh Salma dalam Novel *Hello Salma* Karya Erisca Febriani

#### a. *Id*

Dorongan *id* dalam diri Salma ialah Salma ingin memasuki kuliah jurusan Sastra Indonesia. Salma sangat suka menulis cerita sehingga menyalurkan kesukaannya melalui mengkoleksi novel-novel. Kecintaannya terhadap menulis menjadi dorongan besar terhadap dunia sastra. Oleh karena itu, ia ingin masuk jurusan Sastra Indonesia dan ingin menjadi penulis novel seperti yang ia inginkan.

“Kalau kamu mau pilih jalur aman, bisa masuk ke MIPA, nah kalau itu, Ibu yakin kamu pasti diterima mengingat dari tahun sebelumnya banyak sekali yang masuk di sana”

“Ehm, gimana kalau Sastra, Bu?”

“Sastra apa? Ada banyak sekali pilihan sastra, ada Sastra Indonesia, Sastra Inggris, Sastra Jerman. Tapi itu sebetulnya untuk prodi IPS, tapi nggak apa-apa, dari IPA juga punya kemungkinan besar diterima”

“Sastra Indonesia?”

“Bagus, kamu tertarik masuk sana?” Mendengar itu, Salma mengangguk cepat” (Febriani, 2018:115).

Pada kutipan di atas memperlihatkan ketertarikan Salma pada jurusan Sastra Indonesia. Hal itu menjadi dorongan *id* pada diri Salma untuk memasuki jurusan Sastra Indonesia. *Id* yang muncul pada diri Salma berasal dari keinginan terbesarnya. Di sekolah, Salma berada di jurusan IPA tetapi Salma memiliki keinginan untuk masuk kuliah jurusan yang berasal dari jurusan IPS. Hal itu terbukti bahwa dorongan *id* pada diri Salma sangat mendominasi, sehingga membuat Salma menyampingkan jurusan IPA yang sedang ia pelajari dan memilih jurusan IPS. Pada kutipan di atas tergambar juga bahwa Salma dengan cepat mengangguk pada saat mendapat pertanyaan oleh guru keinginan masuk jurusan Sastra Indonesia. Hal itu juga menunjukkan bahwa keinginan *id* Salma untuk masuk ke jurusan Sastra Indonesia sangat mendominasi dalam dirinya.

#### b. *Ego*

Respons *ego* saat Salma berkonsultasi pada ibunya mengenai keinginannya untuk masuk Program Studi Sastra Indonesia. Keinginan terbesar Salma yang sangat mendominasi membuatnya ingin memenuhi keinginan *id* pada dirinya. Oleh karena itu, Salma merespons *ego* pada dirinya dengan cara memberanikan diri berbicara kepada ibunya bahwa ia ingin masuk jurusan Sastra Indonesia. *Id* pada diri salma yang sangat mendominasi itu membuat Salma harus merespons *egonya*, terbukti pada kutipan berikut.

“Gimana kalau aku pilih Sastra Indonesia aja, Ma?”

“Papa pasti nggak setuju. Kamu tahu kan gimana keras kepalanya Papa?” Asti menatap Salma, “lagi pula, Mama yakin kamu pasti bisa” “Kamu tuh anak Mama dan Papa satu-satunya, kamu satu-satunya harapan kami” Asti duduk di sebelah Salma. membelai lembut rambut panjangnya. Gadis itu mengangguk” (Febriani, 2018:116—117).

Kedua orang tua Salma sangat tidak setuju jika Salma memilih jurusan Sastra Indonesia. Sebagai anak satu-satunya, Salma menjadi ambisi kedua orang tua untuk mengikuti jurusan kuliah yang diinginkan oleh kedua orang tua Salma. Salma harus mengikuti kemauan kedua orang tuanya dan memutuskan untuk menyampingkan dorongan *id* dan respons *ego* pada dirinya. *Ego* Salma memilih untuk mengikuti keinginan kedua orang tuanya daripada memenuhi keinginan *id* pada diri Salma.

### c. *Superego*

Respons *superego* Salma ialah ketika orang tua Salma sangat menginginkan Salma untuk masuk jurusan pilihan kedua orang tua. Salma yang pada dasarnya ingin kuliah di jurusan Sastra Indonesia harus mengikuti *superegonya* dan menyampingkan dorongan *idnya*, lalu bertindak mengikuti keputusan *superegonya* yang digambarkan pada kutipan berikut.

...Dia tidak ingin masuk Kedokteran. Salma jauh memilih masuk Sastra Indonesia karena itu cita-citanya, ingin menjadi seorang penulis novel. Akan tetapi, dia tidak mau menyakiti hati ayah dan ibunya. Alhasil, mau tidak mau, dia menerima. Mengalah entah untuk kesekian juta kali, menyenangkan hati orang tuanya sekalipun hatinya patah, retak, dan terluka (Febriani, 2018:117).

Kutipan di atas memperlihatkan *superego* Salma ketika kedua orang tua menginginkan Salma masuk kuliah ke Fakultas Kedokteran. Salma harus menepis dorongan *id* yang terdapat dalam diri Salma. Salma mematuhi ambisi orang tua menjadi alasan utama agar tidak menyakiti hati kedua orang tua jika ia membantah. Oleh karena itu, Salma menyampingkan *idnya* dan menerima *superegonya* untuk masuk Fakultas Kedokteran.

## 2. Analisis Penyebab Depresi Tokoh Salma dalam Novel *Hello Salma* Karya Erisca Febriani

Penyebab depresi yang pertama ialah Salma dituntut kedua orang tuanya untuk masuk ke Fakultas Kedokteran. Salma menjadi ladang ambisi orang tua agar dapat meraih cita-cita orang tua yang menginginkan anak menjadi seorang dokter, sedangkan Salma memiliki keinginan untuk masuk ke Program Studi Sastra Indonesia. Berikut ialah kutipan yang membuktikan bahwa Salma dituntut oleh kedua orang tuanya.

...Ada rasa tertekan karena paksaan mewujudkan harapan ayah-ibunya. Di sisi lain, kalau bukan Salma, pada siapa lagi kedua orang tuanya menaruh harapan? (Febriani, 2018:235).

“...gue juga dituntut untuk mewujudkan keinginan orang tua untuk punya anak seorang dokter. Padahal gue maunya masuk sastra dan jadi penulis.

Tapi, harapan mereka kan cuma di gue. Mereka nggak mungkin berharap ke anak lain” (Febriani, 2018:243).

Pada kutipan di atas terlihat bahwa Salma dituntut oleh orang tuanya untuk masuk Fakultas Kedokteran. Salma sebagai anak satu-satunya harus mewujudkan keinginan kedua orang tuanya. Salma tidak memiliki waktu untuk bersenang-senang di masa remaja karena harus selalu belajar untuk menjadi yang terbaik sesuai harapan kedua orang tuanya. Orang tua Salma ingin mempunyai anak seorang dokter sedangkan Salma memiliki cita-cita sendiri, yaitu menjadi seorang penulis novel. Tuntutan yang Salma terima menjadi sebuah ambisi orang tua yang harus Salma terima dan wujudkan. Hal ini menjadi salah satu penyebab tertekan hingga depresi Salma.

Penyebab depresi yang kedua ialah saat Salma mengalami kegagalan ketika berusaha untuk masuk Fakultas Kedokteran. Salma mengalami kegagalan pada jalur SBMPTN. Hal ini menyebabkan Salma terpukul karena telah gagal mewujudkan keinginan kedua orang tuanya. Berikut ialah kutipan yang membuktikan kegagalan Salma pada jalur SBMPTN.

Akan tetapi, mendengar berita bahwa dia tidak lulus SBMPTN, mampu membuatnya gelap mata. Impiannya seketika hancur seketika bahkan sebelum dia memulai langkah pertama. Kini Salma merasakan seluruh pengorbanannya sudah sia-sia. Tidak ada artinya. Salma melihat mata ibunya berkaca-kaca, dan setetes air mata bergulir di pipinya yang renta. Rasanya sungguh menyakitkan (Febriani, 2018:139).

Salma mengalami kegagalan, yaitu tidak lolos masuk ke Fakultas Kedokteran di jalur SBMPTN. Salma telah gagal mewujudkan impian kedua orang tuanya untuk memiliki anak seorang dokter. Salma merasa bahwa pengorbanannya untuk masuk Kedokteran itu telah sia-sia. Kutipan di atas memperlihatkan bahwa ibu Salma sangat sedih mengetahui bahwa Salma kembali tidak lolos di Fakultas Kedokteran. Hal itu sangat berpengaruh pada kesedihan Salma sehingga menjadi pemicu utama munculnya depresi. Kegagalan dan rasa bersalah tersebut mengakibatkan Salma semakin menunjukkan gejala-gejala depresi yang dialami.

Berdasarkan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa perasaan tertekan dan kegagalan Salma dalam meraih ambisi kedua orang tuanya menjadi faktor utama munculnya depresi dalam diri Salma. Perasaan bersalah kepada kedua orang tua mendominasi Salma hingga munculnya depresi tersebut. Penyebab-penyebab ini yang menjadi penunjang mengapa tokoh Salma mengalami depresi dan gejala-gejalanya.

### **3. Analisis Bentuk Depresi Tokoh Salma dalam Novel *Hello Salma* Karya Erisca Febriani**

Tokoh Salma menderita gangguan depresif mayor karena Salma mengalami gejala-gejala yang terdapat pada depresif mayor. Salma mengalami gejala-gejala depresif mayor lebih dari 2 minggu. Penjelasan tentang gejala-gejala pada depresif mayor yang dialami oleh tokoh Salma sebagai berikut.

#### **a. Sulit Berkonsentrasi**

Pada gejala ini, tokoh Salma mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi. Tokoh Salma terbebani oleh sikap dan tuntutan kedua orang tuanya. Hal itu membuat Salma mengalami sulit berkonsentrasi karena pikirannya hanya tertuju pada beban yang ia alami itu sehingga pikirannya tidak dapat fokus terhadap hal lain, seperti pada kutipan berikut.

Pandangan Salma tidak sepenuhnya tertuju pada guru di tempat bimbelya yang membahas soal-soal UN Fisika tahun lalu. Tangannya bergerak-gerak pelan di atas kertas dengan pena tergegang di sela jari jempol dan telunjuknya, membuat garis abstrak sebagai perwujudan benang kusut di kepala. Dari luar, mungkin saja orang berpikir kehidupannya sempurna—juara kelas, pintar, dipuji oleh para guru, memiliki banyak teman. Tidak ada yang tahu, di balik itu, ada beban berat dipikulnya setiap hari. Seperti membawa karung berton-ton di puunggunya (Febriani, 2018:119).

Pada kutipan di atas terlihat bahwa Salma tidak berkonsentrasi pada penjelasan guru bimbelya. Dalam pikirannya, Salma memikirkan beban yang terdapat dalam dirinya. Beban yang Salma tanggung sangat berat bagi mental Salma sehingga pikiran Salma teralihkan dari penjelasan guru. Tangan Salma yang menggenggam pena pun bergerak-gerak di atas kertas dan membuat garis abstrak. Hal itu dapat diartikan sebagai pikiran Salma yang kalut atas tuntutan dan beban yang ia hadapi.

**b. Mood Depresi Sedih**

Pada gejala depresi, sebagian besar seseorang mengalami gejala *mood* depresi jenis sedih, termasuk tokoh Salma. Tokoh Salma mengalami kesedihan secara berkepanjangan dalam hari-harinya karena kegagalan yang ia alami. Hal itu terjadi bukan tanpa sebab melainkan karena gagal masuk Fakultas Kedokteran.

Menyadari bahwa selama ini dia berusaha menenggelamkan dirinya sendiri pada kesedihan tanpa ujung, seakan-akan dunianya bisa runtuh seketika (Febriani, 2018:181).

Pada kutipan di atas terbukti bahwa Salma terlalu berlarut-larut pada kesedihan. Salma menyadari bahwa ia menenggelamkan dirinya pada kesedihan dan merasakan bahwa kesedihan itu dapat menghancurkan kehidupannya dalam waktu yang singkat. Kutipan-kutipan di atas dapat disebut gejala *mood* depresi jenis sedih karena Salma mendeskripsikan bagaimana ia merasakan sedih yang ia alami atas masalah yang menimpanya.

**c. Mood Depresi Terpuruk**

Terpuruk menjadi salah satu gejala dari depresi. Pada novel ini Salma mengalami kondisi di mana ia terlihat sangat terpuruk. Keterpurukan yang dialami oleh Salma mengakibatkan kondisi fisik dan mental Salma terlihat seperti seseorang yang sedang terpuruk. Keterpurukan yang dialami oleh Salma sangat terlihat pada penampilan Salma yang berantakan dan kurang mengurus diri. Berikut ini merupakan bukti kutipannya.

Diketuknya pintu kamar gadis itu hingga akhirnya pintu terbuka. Seseorang menyambutnya dengan mata bengkak, rambut berantakan. Rahma terkejut melihat kondisi Salma (Febriani, 2018:150).

Kutipan di atas menunjukkan bahwa Salma terlihat sangat terpuruk, dilihat dari kondisi fisik Salma. Kelopak mata Salma terlihat membengkak akibat menangis. Rambut Salma yang terlihat berantakan menunjukkan bahwa ia tidak mengurus rambut serta tubuhnya. Salma menyimpan beban yang sangat berat dan membuat mental Salma terganggu. Kondisi ini memperlihatkan bahwa Salma sedang mengalami gejala keterpurukan.

#### **d. Rasa Bersalah dan Rasa Tidak Berharga**

Pada gejala rasa bersalah dan rasa tidak berharga, tokoh Salma juga mengalaminya. Gejala ini menunjukkan rasa bersalah pada sesuatu permasalahan dan memiliki perasaan tidak berharga pada suatu hal. Biasanya pada gejala ini, penderita mengalami kesalahan atau ketidakberhasilan sehingga memunculkan rasa bersalah dan rasa tidak berharga pada diri sendiri, seperti tokoh Salma.

“Faktanya, gue emang nggak bisa buat kedua orang tua gue bangga. Manusia paling nggak berguna, yang cuma jadi beban buat Papa sama Mama dan cuma bisa buat malu keluarga karena nggak berhasil masuk kedokteran” (Febriani, 2018 256).

“...waktu aku nggak bisa diterima di kedokteran. Aku malu sama diriku sendiri karena nggak bisa banggain Mama sama Papa, berhari-hari aku putus asa” (Febriani, 2018:342).

Kutipan di atas memperlihatkan bahwa rasa bersalah pada diri Salma memunculkan perasaan tidak berharga dalam diri Salma. Akibat dari keputusasaan terhadap kegagalannya, pikiran Salma menjadi dipenuhi pemikiran bahwa dirinya merupakan manusia yang tidak berguna dan merasa menjadi beban kedua orang tuanya. Salma memiliki pikiran bahwa ia merasa telah membuat malu keluarga. Gagalnya Salma diterima di Fakultas Kedokteran menjadikan Salma menyatakan dirinya sebagai manusia tidak berguna dan merasa malu pada diri sendiri karena gagal membuat bangga kedua orang tuanya.

#### **e. Gangguan Fungsi Sosial/Menarik Diri dari Dunia Luar**

Salah satu gejala gangguan fungsi sosial adalah menarik diri dari dunia luar. Gejala ini biasanya terjadi jika tokoh tidak ingin keluar dari ruangan yang membuatnya merasa aman. Pada gejala ini tokoh Salma menunjukkan bahwa ia mengalami gejala tersebut. Tokoh Salma menarik diri dari dunia luar dan tidak ingin bertemu dengan orang lain.

Hampir sebulan Salma bergelung ke kamarnya, kembali seperti aktivitas semula. Berada di kamar, tidak melakukan apa-apa, kehilangan minatnya untuk melakukan sesuatu. Hal yang di lakukan

hanyalah tertidur. Dia bahkan sudah mematikan ponselnya selama empat minggu tidak membiarkan dirinya berinteraksi dengan orang lain. Walaupun Marsha beberapa kali ke rumahnya untuk menjemput pergi ke komunitas *Love Yourself*, Salma menitipkan pesan ke Bi Iyem kalau ada temannya datang, bilang saja Salma pergi. Tentunya itu bohong (Febriani, 2018:273).

Hampir sebulan Salma hanya berdiam diri di kamar. Hal ini menunjukkan bahwa Salma menghindari dan menarik dirinya dari dunia luar. Gejala gangguan fungsi sosial yang dialami oleh Salma tersebut membuat Salma berada seorang diri di kamar tanpa ingin berinteraksi dengan kehidupan sosial pada umumnya. Salma hanya ingin tidur di kamar daripada bertemu orang lain.

**f. Kehilangan Minat pada Aktivitas Harian**

Kehilangan minat pada aktivitas harian merupakan gejala depresi. Tokoh Salma kehilangan minat pada aktivitas harian yang biasa ia lakukan. Salma hanya berdiam diri tanpa melakukan aktivitas harian. Salma bahkan kehilangan minat pada aktivitas yang ia sukai. Berikut merupakan bukti kutipan dari gejala kehilangan minat yang terjadi pada tokoh Salma.

Salma menutup pintu kamar, menguncinya dan kembali meringkuk di ranjang. Bahkan, novel-novel atau buku pelajaran yang ada di lemari samping meja belajarnya terlihat tidak menggairahkan. Begitu juga dengan laptop di atas meja belajar. Sudah berhari-hari dia kehilangan semangat untuk menulis (Febriani, 2018:158).

Kutipan di atas menunjukkan bahwa Salma kehilangan minat pada aktivitas harian. Membaca novel dan menulis cerita merupakan hal yang digemari oleh Salma, tetapi ia justru kehilangan minat untuk melakukan itu. Hal yang ingin Salma lakukan hanyalah mengunci diri di kamar dan berbaring sepanjang waktu di atas ranjang. Hal ini membuktikan bahwa Salma mengalami gejala kehilangan minat pada aktivitas harian.

**g. Kehilangan Berat Badan/Nafsu Makan Berkurang**

Depresi dapat pula memunculkan gejala seperti kehilangan berat badan secara mencolok atau nafsu makan yang berkurang. Hal ini dapat terjadi terhadap seseorang yang sedang menderita depresi, seperti tokoh Salma. Pada gejala ini, Salma kehilangan berat badan dan nafsu makannya berkurang, seperti pada kutipan berikut.

Selama dia mengurung diri, berat badannya turun beberapa kilogram karena selera makannya berkurang, kulitnya memucat, tubuhnya ringkih dan dia menjadi begitu tidak percaya diri (Febriani, 2018:166).

Salma mengalami gangguan nafsu makan. Gangguan tersebut mengakibatkan nafsu makan Salma berkurang hingga membuat berat badan Salma turun beberapa

kilogram. Kulit Salma memucat dan tubuhnya terlihat lemah karena kurangnya asupan makanan ke tubuhnya. Hal itu menjadi titik di mana Salma mengalami gejala nafsu makan berkurang dan terlihat kehilangan berat badan yang mencolok. Gejala depresi ini muncul pada diri Salma bukan tanpa sebab tetapi karena masalah yang Salma hadapi, dan tenggelam pada kesedihan sehingga tidak memiliki nafsu makan

### h. **Insomnia**

Insomnia biasanya dialami seseorang yang memiliki masalah berat sehingga menjadi sulit tidur karena selalu memikirkan masalah yang dihadapi. Tokoh Salma mengalami gejala insomnia dikarenakan kegagalannya seperti pada penjelasan sebelumnya. Hal ini dapat dibuktikan pada kutipan berikut yang menunjukkan bahwa Salma mengalami gejala tersebut.

Terlalu sedih, menangis setiap hari hingga sulit tidur sampai lupa kalau dia lupa menjaga serta merawat diri sendiri yang butuh beristirahat (Febriani, 2018:182).

Gejala insomnia Salma terlihat dari kondisi Salma yang terus-menerus menangis dan larut dalam kesedihan membuatnya mengalami kesulitan tidur. Salma mengabaikan tubuhnya yang memerlukan istirahat. Pada kondisi ini, Salma tidak dapat mengontrol dirinya sendiri untuk merawat tubuh bahkan kesehatannya karena alam bawah sadar Salma hanya terfokus pada permasalahan dan kesedihan mendalam yang ia hadapi.

## E. PENUTUP

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pembahasan di atas disimpulkan sebagai berikut:

1. Struktur kepribadian pada tokoh Salma, yaitu dorongan *id* pada tokoh Salma menginginkan untuk masuk Program Studi Sastra Indonesia, tetapi respons *ego* Salma memutuskan untuk menyampingkan dorongan *idnya* dan mengikuti *superego*. *Superego* Salma yaitu orang tua tidak menyetujui jika Salma masuk Program Studi Sastra Indonesia dan memerintah Salma untuk masuk ke Fakultas Kedokteran.
2. Penyebab depresi yang dialami oleh tokoh Salma adalah tekanan orang tua untuk mewujudkan ambisi mereka, yaitu masuk ke Fakultas Kedokteran. Gagalnya Salma diterima di Fakultas Kedokteran memunculkan perasaan bersalah yang mendalam terhadap orang tua. Akibatnya, tokoh Salma mengalami gejala-gejala depresi.
3. Bentuk depresi pada tokoh Salma adalah gangguan depresif mayor. Tokoh Salma mengalami gangguan depresif 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 berfikir atau berkonsentrasi, dan gangguan fungsi sosial.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa ambisi besar orang tua kepada anaknya dapat mengakibatkan anak tertekan dan mengalami depresi. Berdasarkan penelitian ini,

diharapkan untuk para pembaca dapat mengerti bahwa sebuah tekanan dapat mengakibatkan seseorang menjadi depresi, sehingga kasus depresi akibat tekanan tidak dapat terjadi. Diharapkan agar orang tua tidak membebani anak untuk mewujudkan ambisi-ambisi yang belum tentu sang anak dapat mewujudkan. Kemudian penulis berharap agar penelitian ini menjadi acuan untuk penelitian psikologi sastra tentang topik depresi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amir, Nurmiati. 2016. *Depresi Aspek Neurobiologi Diagnosis dan Tatalaksana*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Amran, M., & Rokhmansyah, A. 2018. Analisis Kepribadian Tokoh Utama Dalam Novel Berteman Dengan Kematian Catatan Si Gadis Lupus Karya Sinta Ridwan. *Ilmu Budaya: Jurnal Bahasa, Sastra, Seni dan Budaya*, 2(3), 293-300.
- Ariyadi, F. D. 2022. Kepribadian Tokoh Hosie dalam Cerita Pendek Hana no Warutsu. *Diglosia: Jurnal Kajian Bahasa, Sastra, Dan Pengajarannya*, 5(1), 83-100. <https://doi.org/10.30872/diglosia.v5i1.310>
- Endaswara, Suwardi. 2008. *Metode Penelitian Psikologi Sastra*. Yogyakarta: MedPress.
- Fajriyah, K., Mulawarman, W. G., & Rokhmansyah, A. 2017. Kepribadian tokoh utama wanita dalam novel alisya karya muhammad makhdlori: kajian psikologi sastra. *CaLLs (Journal of Culture, Arts, Literature, and Linguistics)*, 3(1), 1-14.
- Giriani, N. P., Ahmad, M. R., & Rokhmansyah, A. 2017. Kepribadian Tokoh Utama Dalam Naskah Monolog Balada Sumarah Karya Tentrem Lestari: Kajian Psikologi Sastra. *Ilmu Budaya: Jurnal Bahasa, Sastra, Seni dan Budaya*, 1(1).
- Hall, Calvin S. 1954. *Psikologi Freud: Sebuah Bacaan Awal*. Penerjemah Cep Subhan KM. Yogyakarta: IRCiSoD.
- Hawari, Dadang. 2016. *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Lilin, R., dkk. 2018. *Memahami Gangguan Depresi Mayor (Major Depressive Disorder: Pendekatan Psiconeuroimunologi Kajian Sitokin, Tryptophan, HPA-Aksis)*. Kendari: Jurusan Keperawatan Poltekkes.
- Lubis, Namora Lumongga. 2016. *Depresi Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana.
- Minderop, Albertine. 2018. *Psikologi Sastra*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Rokhmansyah, A. (2018). Struktur Kepribadian Tokoh Utama dalam Novel The Sweet Sins Karya Rangga Wirianto Putra. *Deiksis: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 5(2), 25-36.
- Sariana, S., Mulawarman, W. G., & Rokhmansyah, A. 2022. Tanggapan Anak Terhadap Legenda Pesut Mahakam: Kajian Resepsi Sastra. *Ilmu Budaya: Jurnal Bahasa, Sastra, Seni dan Budaya*, 6(2), 292-298.
- Sutejo dan Kasnadi. 2014. *Kajian Prosa Kiat Menyisir Dunia Prosa*. Yogyakarta: Terakata.
- Wandira, J. C., Hudiyono, Y., & Rokhmansyah, A. 2019. Kepribadian Tokoh Aminah Dalam Novel Derita Aminah Karya Nurul Fithrati: Kajian Psikologi Sastra. *Jurnal Ilmu Budaya Vol*, 3(4).