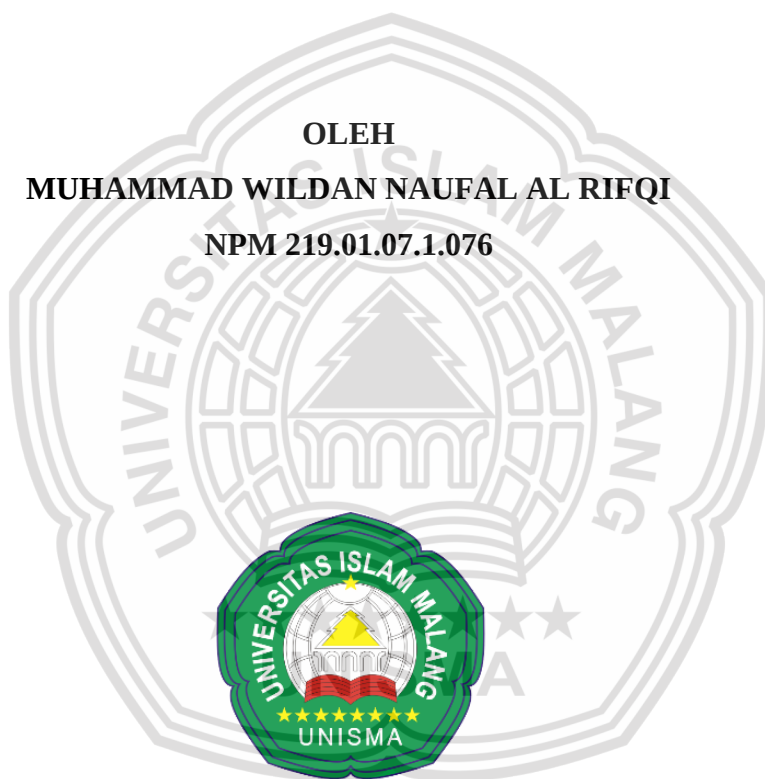


**REPRESENTASI GEJALA KEJIWAAN PADA TOKOH UTAMA DALAM
FILM *BOLEHKAH SEKALI SAJA KU MENANGIS* TERHADAP
KESEHATAN MENTAL**

SKRIPSI

**OLEH
MUHAMMAD WILDAN NAUFAL AL RIFQI
NPM 219.01.07.1.076**



**UNIVERSITAS ISLAM MALANG
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN BAHASA DAN SASTRA INDONESIA
AGUSTUS 2025**

ABSTRAK

Rifqi, Muhammad Wildan Naufal Al. 2026. *Representasi Gejala Kejiwaan pada Tokoh Utama dalam Film Bolehkah Sekali Saja Ku Menangis terhadap Kesehatan Mental*. Skripsi, Bidang Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Malang, Pembimbing I: Frida Siswiyanti; Pembimbing II: Itznaniyah Umie Murniatie.

Kata kunci: psikologi sastra, kesehatan mental, gangguan psikologis, pemulihan psikologis, penerimaan diri

Fenomena meningkatnya perhatian terhadap isu kesehatan mental, khususnya pada perempuan korban kekerasan dalam keluarga, mendorong hadirnya film *Bolehkah Sekali Saja Ku Menangis* sebagai representasi realitas psikologis yang kompleks. Permasalahan dalam penelitian ini berfokus pada bagaimana gangguan psikologis, proses pemulihan, dan penerimaan psikologis direpresentasikan melalui tokoh utama dalam film tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk gangguan psikologis, pemulihan psikologis, dan penerimaan psikologis tokoh utama dalam film *Bolehkah Sekali Saja Ku Menangis*. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dengan pendekatan psikologi sastra, menggunakan teknik pengumpulan data berupa observasi, dokumentasi, dan pencatatan dialog serta adegan film yang relevan. Data dianalisis melalui tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh utama direpresentasikan mengalami gangguan psikologis berupa depresi, kecemasan, gangguan penyesuaian, neurosis, serta gangguan terkait trauma dan stres yang dipicu oleh kekerasan dalam rumah tangga dan tekanan keluarga. Proses pemulihan psikologis ditampilkan melalui kesadaran diri, keterbukaan terhadap bantuan, dan dukungan sosial, sedangkan penerimaan psikologis direpresentasikan sebagai kemampuan menerima emosi, realitas hidup, dan pengalaman traumatis sebagai bagian dari perjalanan hidup menuju kesehatan mental yang lebih stabil.

ABSTRACT

Rifqi, Muhammad Wildan Naufal Al. 2026. *Psychiatric Symptoms Representation of the Main Character in the Movie Can I Cry About Mental Health*. Thesis, Indonesian Language and Literature Education Department, Faculty of Teacher Training and Education, Islamic University of Malang, Supervisor I: Frida Siswiyanti; Supervisor II: Itznaniyah Umie Murniatie.

Keywords: literary psychology, mental health, psychological disorders, psychological recovery, self-acceptance

The phenomenon of increasing attention to mental health issues, especially for women victims of domestic violence, prompted the presence of the film *Bolehkah Lang Lang Ku Cryis* as a representation of complex psychological reality. The problems in this study focus on how psychological disorders, recovery processes, and psychological acceptance are represented through the main characters in the film.

This study aims to describe the form of psychological disorders, psychological recovery, and psychological acceptance of the main character in the film *Bolehkah Once Saja Ku Cryis*. The research method used is a qualitative method with a literary psychology approach, using data collection techniques in the form of observation, documentation, and recording of relevant dialogues and film scenes. Data is analyzed through the stages of data reduction, data presentation, and conclusion drawn.

The results of the study showed that the main characters were represented to experience psychological disorders in the form of depression, anxiety, adjustment disorders, neurosis, as well as disorders related to trauma and stress triggered by domestic violence and family pressure. The process of psychological recovery is displayed through self-awareness, openness to help, and social support, while psychological acceptance is represented as the ability to accept emotions, life realities, and traumatic experiences as part of a life's journey toward more stable mental health.

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab ini ada beberapa hal yang akan dikemukakan, yakni: (1) konteks penelitian. (2) fokus penelitian, (3) tujuan penelitian, (4) manfaat penelitian, dan (5) penegasan istilah.

1.1 Konteks Penelitian

Sastra merupakan sebuah karya imajinatif yang memiliki nilai estetika bernilai dominan. Melalui karya sastra pengarang mampu menuangkan ide, gagasan serta gambaran kepada pembaca. Sastra merupakan ungkapan pribadi sang penulis baik berupa pengalaman, pemikiran, perasaan, ide dan keyakinan dalam bentuk deskripsi yang kongkret dengan menggunakan bahasa sebagai alatnya. Bahasa saat ini dikembangkan menjadi sebuah teks sastra yang merupakan khayalan imajinatif pengarang yang tidak lepas dari latar belakang dan sosial budayanya. Ungkapan tersebut sependapat dengan pandangan Sumana et al. (2022) mengungkapkan bahwa karya sastra dapat dilahirkan dari imajinasi yang telah melalui proses kreatif dan juga mengungkapkan kehidupan manusia kepada masyarakat. Proses kreatif mencakup semua tahapan, yang diawali dengan hasrat yang dimiliki oleh pengarang sehingga dapat menciptakan suatu karya sastra dan berakhir pada tahap perbaikan.

Karya sastra merupakan cermin dari kehidupan manusia yang sangat bermanfaat untuk menyampaikan fenomena kehidupan masyarakat dalam bentuk sebuah karya yang dapat dinikmati banyak orang. Menurut Yulianeta dan Ismail

(2022), karya sastra tumbuh dalam suatu kebudayaan sebagai peristiwa sosial, sehingga pada akhirnya karya sastra akan menyumbangkan nilai-nilai sebuah figur serta tatanan untuk tuntutan masyarakat (Sumana et al., 2022). Oleh karena itu, karya sastra dapat dimanfaatkan sebagai wadah manusia dapat bercermin sehingga dapat menentukan aspek kehidupan yang lebih bijak. Menurut Anggraini dan Subandiyah (2022) manusia dapat menciptakan sebuah karya sastra untuk mengutarakan segala yang dirasakan melalui sebuah pemikiran imajinatif. Ungkapan tersebut sejalan dengan pendapat Sumana et al. (2022) karya sastra dapat dilahirkan dari imajinasi yang telah melalui proses kreatif dan juga mengungkapkan kehidupan manusia kepada masyarakat. Proses kreatif mencakup semua tahapan, yang diawali dengan hasrat yang dimiliki oleh pengarang sehingga dapat menciptakan suatu karya sastra dan berakhir pada tahap perbaikan.

Karya sastra sebagai tempat ide-ide sastrawan, maka dari itu setiap karya lahir dari sebuah pengalaman atau realita yang pernah terjadi di dalam masyarakat (Azzahra & Solihati, 2024). Pengalaman tersebut digambarkan melalui karya imajinatif sang pengarang itu sendiri, sehingga setiap imajinatif yang diungkapkan oleh pengarang merupakan pengalaman atau kehidupan nyata sosial dalam bentuk karya sastra seperti puisi, prosa fiksi, maupun film.

Karya sastra yang baik adalah karya sastra yang yang disusun menggunakan bahasa yang apik sesuai dengan makna yang ingin di sampaikan. Karya sastra memiliki sifat yang imajinatif. Meskipun begitu cerita-cerita didalamnya menyuguhkan beberapa konflik yang sangat menarik. Konflik yang disuguhkan biasanya tidak terlepas dari masalah-masalah kehidupan sehari-hari,

yakni masalah kemanusiaan. Karya sastra terbagi menjadi dua yaitu, karya sastra nonfiksi dan fiksi. Karya sastra fiksi adalah karya sastra yang dihasilkan melalui proses daya imajinasi atau khayalan pengarangnya. Dalam suatu karya sastra fiksi didalamnya berisikan kejadian atau peristiwa yang disisipkan oleh pengarang yang dihidupkan oleh tokoh-tokoh yang memiliki peran penting dalam cerita. Setiap tokoh memiliki karakteristik yang berbeda. Melalui tokoh-tokoh tersebut pengarang menggambarkan peristiwa atau kejadian yang terjadi pada kehidupan manusia.

Tokoh merupakan individu rekaan yang mengalami dan terlibat langsung dalam rangkaian peristiwa atau kejadian di dalam sebuah karya sastra. Sementara itu, penokohan berkaitan dengan cara pengarang menampilkan tokoh-tokoh tersebut serta bagaimana watak dan kepribadiannya dibangun dan dikembangkan melalui tindakan atau perilaku (*acting*) tokoh dalam cerita (Pradotokusumo, 2005). Karakteristik seorang tokoh pada umumnya dapat ditinjau melalui tiga dimensi utama, yaitu dimensi fisiologis, sosiologis, dan psikologis. Dimensi fisiologis mencakup aspek-aspek badaniah seperti usia, jenis kelamin, kondisi tubuh, perawakan, tinggi atau rendah badan, ciri-ciri wajah, warna kulit, serta karakteristik fisik lainnya. Dimensi sosiologis berkaitan dengan posisi dan hubungan tokoh dalam masyarakat, yang meliputi status sosial, pekerjaan atau jabatan, tingkat pendidikan, pandangan hidup, agama, ideologi, aktivitas sosial, keanggotaan organisasi, suku, dan etnis. Adapun dimensi psikologis berhubungan dengan latar belakang kejiwaan tokoh, seperti mentalitas, moralitas, temperamen, perasaan pribadi, sikap, perilaku, tingkat kecerdasan, serta keahlian tertentu yang

dimiliki tokoh tersebut.

Perbedaan karakter tokoh sangat mempengaruhi terjadinya peristiwa-peristiwa yang menarik di dalam karya sastra. Pengarang selalu menampilkan tokoh yang memiliki karakter sehingga karya sastra juga menggambarkan kejiwaan. Dengan kenyataan tersebut, karya sastra selalu terlibat dalam segala aspek hidup dan kehidupan, tidak terkecuali aspek kejiwaan atau psikologi yang dapat memicu kesehatan mental.

Psikologi sastra merupakan ilmu gabungan, antara ilmu psikologi dan ilmu sastra yang memandang karya sastra sebagai aktivitas kejiwaan. Teori psikologi sastra dikemukakan pertama kali oleh Sigmund Freud yang membahas tentang struktur kepribadian manusia, yaitu id, ego, dan superego. Id merupakan struktur paling dasar dalam kepribadian manusia yang sepenuhnya tidak disadari dan berdasarkan kesenangan semata. Ego merupakan struktur kepribadian yang berfungsi sebagai pengambil keputusan atas perilaku manusia. Superego merupakan struktur kepribadian yang mencerminkan norma-norma sosial (Handarini et al., 2018).

Pada dasarnya psikologi dan sastra memiliki kesamaan yakni sama-sama mengkaji manusia dan keberlangsungannya sebagai makhluk individu dan makhluk sosial. Ristiana dan Adeani (2017) menjelaskan psikologi sastra lahir sebagai salah satu jenis kajian sastra yang digunakan untuk membaca dan menginterpretasi karya sastra, pengarang karya sastra dan pembancanya dengan menggunakan konsep dan kerangka teori yang ada dalam psikologi. Pemahaman manusia akan lebih dalam jika didukung oleh psikologi, begitu pun sebaliknya.

Hal ini menunjukkan bahwa teori penelitian psikologi sastra berupa keterkaitan antara teori sastra dengan teori psikologi.

Penggunaan sebuah kajian psikologis dalam melihat karya sastra merupakan bentuk pemahaman dan penafsiran karya sastra dari sisi lain. peristiwa yang dialami tokoh dan cara-cara penyelesaiannya dapat menjadi petunjuk adanya unsur psikologi dalam sebuah karya sastra. Berkaitan dengan sastra, psikologi merupakan ilmu bantu yang relevan karena dari proses pemahaman terhadap karya sastra dapat diambil pelajaran dan kaidah psikologi. Menurut Wellek dan Warren (2016) menyebutkan karakter dalam cerita novel-novel, lingkungan serta plot yang terbentuk sesuai dengan kebenaran dalam psikologi, sebab kadang-kadang ilmu jiwa dipakai oleh pengarang untuk melukiskan tokoh-tokohnya serta lingkungannya.

Kepribadian tokoh dalam fiksi dengan kehidupan manusia dalam dunia nyata memiliki keterkaitan yang cukup erat. Sebagaimana manusia pada umumnya, didalam film, seorang tokoh akan memiliki kepribadian dan kebiasaan tertentu. Kita mungkin akan mengenal tokoh dalam kehidupan nyata yang berwatak baik, buruk, penyabar, pemarah, bijaksana dan lain sebagainya. Ternyata hal tersebut juga dapat ditemukan dalam film. Hal ini mengingatkan kita bahwa film merupakan refleksi dari kehidupan nyata.

Psikologi tokoh dalam sebuah cerita tidak selalu dijelaskan secara langsung oleh pengarang cerita. Menurut Rahman (2021) penjelasan mengenai tokoh tersebut memerlukan sarana dan cara tertentu. oleh karena itu, disitulah letak kreatifitas pengarang dalam membuat karakter melalui berbagai macam cara.

Cara tersebut dapat berupa penjelasan langsung pengarang, gestur tokoh, jalan pemikiran tokoh, dialog tokoh dengan tokoh lain, dialog tokoh lain terhadap tokoh tersebut, dan tanggapan tokoh terhadap satu masalah yang dihadapi.

Karya sastra sendiri terbagi menjadi tiga, yakni puisi, prosa, dan drama. Menurut Endaswara (2016) film adalah pengembangan karya sastra drama yang kemudian divisualisasikan menjadi sebuah cerita utuh oleh para aktor dan aktris. Film digambarkan sebagai suatu karya sastra yang berupa gambar bergerak dengan adegan-adegan sehingga membentuk suatu cerita. Film sebagai media komunikasi audio visual yang dapat menggambarkan permasalahan kehidupan dan karakter kepribadian. Film dan sastra sering dipadukan untuk menunjukkan bahwa sastra lahir dari dorongan manusia untuk mempelajari persoalan manusia, kemanusiaan, dan semesta. Sastra diyakini menggambarkan sebuah persoalan kehidupan, filsafat, dan psikologi (Azzahra & Solihati, 2024).

Dalam karya sastra terutama film, pelaku yang mengemban peristiwa dalam film sehingga peristiwa itu mampu menjalin suatu cerita disebut tokoh. Dalam sebuah film seseorang menjadi tokoh bukanlah orang yang sesungguhnya melainkan rekaan yang dibuat oleh pengarang. Mubasyira (2017) menyebutkan tokoh dalam sebuah film bukanlah orang yang sebenarnya tetapi adalah suatu gambaran yang dibuat secara istimewa oleh penulisnya. Setelah penulis memilih beberapa aspek dari sifat-sifat manusia, memilih beberapa yang dianggap cocok olehnya untuk kemudian digabungkan menjadi satu karakter tokoh. Karakter tokoh yang diciptakan mungkin saja menarik dan membuat kita bereaksi pada tokoh tersebut seperti kita bereaksi kepada seseorang. Tetapi pada kenyataannya,

kita bereaksi sesuai dengan bagaimana karakter tokoh itu diciptakan.

Film *Bolehkah Sekali Saja Ku Menangis* membawa kita masuk ke dalam perjalanan emosional seorang gadis bernama Tari. Kisah ini menggali sisi kehidupan yang kelam namun menginspirasi tentang trauma, kekerasan dalam rumah tangga, dan upaya bangkit melalui dukungan orang-orang di sekitar. Film ini mengajak penonton untuk menyelami perjalanan emosional Tari, memahami betapa kompleksnya dampak kekerasan dalam rumah tangga dan pentingnya dukungan emosional. Dengan visual yang kuat dan cerita yang mendalam, film *Bolehkah Sekali Saja Ku Menangis* berusaha menyampaikan pesan tentang pentingnya kesehatan mental dan keberanian untuk menghadapi trauma masa lalu.

Relevansi kajian terdahulu yang akan dilakukan dapat digunakan sebagai rujukan mengenai konsep penelitian. Agar tidak terjadi persamaan antar penelitian maka perlu dihindarkannya penelitian terdahulu. Perbedaan pada penelitian ini terhadap penelitian terdahulu terdapat pada fokus pembahasan penelitian. Dimana pada penelitian terdahulu banyak pembahasan mengenai feminisme, kesetaraan gender, dan konflik psikologis tokoh. Sedangkan pada penelitian ini, peneliti lebih fokus membahas pada representasi psikologis tokoh. Penelitian terdahulu yang dapat memberikan gambaran terkait penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian yang dilakukan oleh Rahmani Azzahra dengan judul *Representasi Psikologi Sastra pada Film Penyalin Cahaya Karya Wregas Bhanuteja*. Penelitian Azzahra dan Solihati (2024), pembeda antara penelitian yang dilakukan dengan penelitian diatas adalah data pada penelitian diatas menunjukkan struktur kepribadian tokoh utama yang memiliki hasil seimbang antara aspek kepribadian

id dan ego. Pada aspek id menunjukkan kepribadian tokoh utama melakukan kesenangan yang menimbulkan dampak negatif sehingga aspek ego bertugas untuk menyadarkan tokoh utama dalam berfikir logis dan mengarahkan kepribadian tokoh pada realita kehidupan. Adapun aspek superego yang berperan memberikan pelajaran atau sanksi pada tokoh utama berdasarkan nilai dan norma yang berlaku dimasyarakat.

Penelitian kedua yang dilakukan oleh Christin Pasaribu dengan judul *Representasi Psikologi Perempuan Akibat Budaya Patriarki dalam Cerpen "Perempuan Itu Pernah Cantik" Karya Mashdar Zaidal*. Pada penelitian Pasaribu dan Firmansyah (2023) menekankan gambaran mental perempuan akibat dampak budaya patriarki pasca-pernikahan. Perempuan sebelum dan sesudah menikah memiliki perbedaan yang sangat signifikan, mulai dari penampilan fisik, tingkat kepercayaan diri, hingga waktu untuk diri sendiri karena kesibukan mengurus pekerjaan rumah tangga yang seringkali diabaikan oleh suami. Budaya patriarki tersebut perlahan merusak kesehatan mental perempuan seperti kurangnya rasa percaya diri, emosi yang labil dan rasa cemas yang berlebihan.

Penelitian relevan selanjutnya yang dilakukan oleh Arty Ardiyanti dengan judul *Representasi Konsep Kepribadian Tokoh Klara Dalam Film Sentinelle Melalui Kajian Psikologi Sastra*. Penelitian Ardiyanti dan Rosita (2023) menemukan bentuk konsep kepribadian tokoh utama diantaranya struktur kepribadian, dinamika kepribadian, dan perkembangan kepribadian. Hal tersebut terjadi sebagai lanjutan dari aktivitas psikis yang berubah menjadi energi fisik tokoh setelah mengalami rangkaian peristiwa. Berdasarkan uraian secara

menyeluruh terhadap film sentinelle diketahui bahwa kepribadian tokoh mengalami perubahan dan perkembangan karakter sesuai dengan peristiwa, keadaan, dan kondisi yang dialami tokoh. Perubahan dan perkembangan karakter tokoh tersebut kemudian dapat dijelaskan melalui psikoanalisis sigmun freud.

1.2 Fokus Penelitian

Berdasarkan pada konteks penelitian yang dijabarkan diatas, maka fokus penelitian berpusat pada penggambaran psikologi tokoh utama yakni Tari dalam film *Bolehkah Sekali Saja Kumenangis*. Fokus penelitian tersebut dipaparkan sebagai berikut:

1. Representasi bentuk gangguan psikologis tokoh utama dalam film *Bolehkah Sekali Saja Kumenangis*,
2. Representasi bentuk pemulihan psikologis tokoh utama dalam film *Bolehkah Sekali Saja Kumenangis*.
3. Representasi bentuk penerimaan psikologis tokoh utama dalam film *Bolehkah Sekali Saja Kumenangis*.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan konteks penelitian yang dijelaskan, maka tujuan dari penelitian ini untuk menunjukkan gambaran bentuk gangguan, pemulihan, dan penerimaan psikologis pada tokoh utama yang ditampilkan dalam film *Bolehkah Sekali Saja Kumenangis*. Tujuan penelitian ini sebagai berikut:

- 1) Mendeskripsikan representasi bentuk gangguan psikologis tokoh utama dalam film *Bolehkah Sekali Saja Kumenangis*.

- 2) Mendeskripsikan representasi bentuk pemulihan psikologis tokoh utama dalam film *Bolehkah Sekali Saja Kumenangis*.
- 3) Mendeskripsikan representasi bentuk penerimaan psikologis tokoh utama dalam film *Bolehkah Sekali Saja Kumenangis*.

1.4 Kegunaan Penelitian

Berdasarkan pada tujuan penelitian yang telah disampaikan, diharapkan hasil penelitian ini dapat bermanfaat secara teoritis dan praktis. Kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.4.1 Kegunaan Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi pembaca untuk memahami dan mengetahui bagaimana bentuk gangguan, pemulihan, dan penerimaan psikologis tokoh utama dari sisi representasi psikologi yang terdapat pada film *Bolehkah Sekali Saja Kumenangis*.

1.4.2 Kegunaan Praktis

- 1) Pembaca dapat mengetahui secara mendalam bagaimana bentuk gangguan, pemulihan, dan penerimaan dari segi representasi psikologi yang ada dalam film *Bolehkah Sekali Saja Kumenangis*.
- 2) Peneliti selanjutnya dapat memperoleh pemahaman dan pengetahuan secara mendalam mengenai bentuk gangguan, pemulihan, dan penerimaan psikologi dari segi representasi psikologi dalam film *Bolehkah Sekali Saja*

Kumenangis. Serta menjadikan penelitian ini sebagai rujukan untuk penelitian selanjutnya.

1.5 Penegasan Istilah

Penegasan istilah merupakan pemaparan sistematis mengenai teori dan bukan hanya sekedar pendapat dari seorang ahli.

- 1) Representasi adalah penggunaan tanda atau simbol untuk menunjukkan hal yang bisa dilihat atau digambarkan.
- 2) Psikologi sastra adalah salah satu bidang ilmu yang mempelajari tentang perilaku, fungsi mental, dan proses mental manusia melalui prosedur ilmiah.
- 3) Tokoh utama adalah tokoh yang sering kali muncul dalam sebuah kisah baik dari perilaku maupun dari segi pelaku yang dikenai sebuah peristiwa.
- 4) Film adalah sebuah karya seni budaya yang merupakan suatu pranata sosial dan media komunikasi massa yang dibuat atas dasar kaidah sinematografi dengan ataupun tanpa suara dan dapat dipertunjukkan.
- 5) Kesehatan mental adalah suatu keadaan emosional dan psikologis yang baik, dimana individu dapat memanfaatkan kemampuan kognisi dan emosi, berfungsi dalam komunitasnya, dan memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari.

BAB V

PENUTUP

Pada bab ini menjelaskan mengenai kesimpulan dan saran yang diperoleh dari hasil penelitian yang telah diperoleh pada bab sebelumnya.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dibentuk kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Berdasarkan hasil penelitian, tokoh utama dalam film *Bolehkah Sekali Saja Ku Menangis* direpresentasikan mengalami gangguan psikologis yang kompleks, meliputi gangguan depresi, kecemasan, gangguan penyesuaian, neurosis, serta gangguan terkait trauma dan stres. Gangguan tersebut terbentuk sebagai dampak dari pengalaman kekerasan dalam rumah tangga, tekanan keluarga yang otoriter, serta lingkungan sosial yang tidak suportif. Representasi ini menunjukkan bahwa gangguan psikologis tokoh utama tidak bersifat tunggal, melainkan saling berkaitan dan berkembang secara bertahap sebagai respons terhadap pengalaman traumatis yang berulang.
- 2) Pemulihan psikologis tokoh utama dalam film ini direpresentasikan sebagai proses bertahap yang melibatkan kesadaran diri, keberanian mencari bantuan, serta keterbukaan terhadap dukungan sosial. Proses pemulihan terlihat melalui keterlibatan tokoh utama dalam komunitas *support group*, kemampuan mengekspresikan emosi secara jujur, serta upaya membangun relasi interpersonal yang lebih sehat. Pemulihan psikologis tidak

digambarkan sebagai kondisi bebas gangguan secara instan, melainkan sebagai proses dinamis yang menekankan usaha berkelanjutan dalam menghadapi trauma dan tekanan psikologis.

- 3) Penerimaan psikologis tokoh utama direpresentasikan sebagai tahap lanjutan sekaligus puncak dari perjalanan psikologis yang dialami. Penerimaan ini mencakup kemampuan menerima emosi diri, menerima realitas hidup yang penuh keterbatasan, serta menerima pengalaman traumatis sebagai bagian dari perjalanan hidup tanpa menyangkal atau menyalahkan diri sendiri. Melalui penerimaan psikologis, tokoh utama mampu mengambil keputusan yang lebih adaptif, membangun kehidupan yang lebih aman secara mental, dan memandang masa depan dengan sikap yang lebih positif. Film ini menegaskan bahwa penerimaan psikologis berperan penting dalam membangun kesehatan mental yang berkelanjutan.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh maka dapat dibentuk saran sebagai berikut:

- 1) Berdasarkan temuan mengenai representasi gangguan psikologis tokoh utama, disarankan agar penelitian selanjutnya dapat mengkaji bentuk gangguan psikologis dalam film atau karya sastra lainnya dengan pendekatan yang lebih beragam, seperti psikologi klinis atau psikologi sosial, guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika gangguan psikologis yang dialami tokoh. Selain itu, sineas

diharapkan dapat terus menghadirkan representasi gangguan psikologis yang realistis dan edukatif agar mampu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap isu kesehatan mental.

- 2) Berkaitan dengan proses pemulihan psikologis tokoh utama, disarankan agar penelitian selanjutnya dapat lebih mendalami peran dukungan sosial, komunitas pendamping, serta lingkungan keluarga dalam proses pemulihan kesehatan mental individu. Bagi masyarakat, film ini diharapkan dapat menjadi media refleksi untuk menumbuhkan empati dan mendorong sikap saling mendukung terhadap individu yang mengalami tekanan psikologis atau trauma.
- 3) Berdasarkan representasi penerimaan psikologis tokoh utama, disarankan agar penelitian selanjutnya dapat meneliti lebih lanjut konsep penerimaan diri sebagai tahap penting dalam kesehatan mental dengan menggunakan perspektif lintas disiplin, seperti psikologi positif dan kajian budaya. Selain itu, film ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada penonton bahwa penerimaan psikologis merupakan langkah awal menuju kehidupan yang lebih sehat secara mental, sehingga penting untuk menumbuhkan kesadaran diri dan keberanian mencari bantuan ketika menghadapi masalah psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. American Psychiatric Association.
<https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Anggraini, S. R., & Subandiyah, H. (2022). Representasi Kepribadian Introvert Pada Tokoh Utama dalam Novel *Introver* Karya MF. Hazim (Tinjauan Psikoanalisis Carl Gustav Jung). *Bapala*, 9(1), 15–26.
- Ardiyanti, A., & Rosita, D. (2023). Representasi Konsep Kepribadian Tokoh Klara dalam Film *Sentinelle* melalui Kajian Psikologi Sastra. *Jurnal Kata : Bahasa, Sastra, Dan Pembelajarannya*, 11(1), 158–164.
<https://doi.org/10.23960/Kata/v11i1.2023.17>
- Ariadi, P. (2019). Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam. *Syifa' Medika: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 3(2), 118–127.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., & Bem, D. J. (2010). *Pengantar Psikologi*. Tangerang : Interakasara.
- Aulia, N., Yulastri, Y., & Sasmita, H. (2020). Faktor Psikologi Sebagai Risiko Utama Ide Bunuh Diri pada Remaja di Kota Rengat Kabupaten Indragiri Hulu. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 11, 48–52. <https://doi.org/10.33846/sf11nk110>
- Azzahra, R., & Solihati, N. (2024). Representasi Psikologi Sastra pada Film *Penyalin Cahaya* Karya Wregas Bhanuteja. *Stilistika: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra*, 17(2), 183–196. <https://doi.org/10.30651/st.v17i2.22765>

- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. New Jersey: Prentice Hall.
- Beck, A. T., & Alford, B. A. (2009). *Depression: Causes and Treatment*. Pennsylvania: University of Pennsylvania Press.
- Boland, R. J., & Verduin, M. L. (2022). *Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry*. Philadelphia : Wolters Kluwer.
- Corrigan, P. W., & Watson, A. C. (2002). The Paradox of Self-Stigma and Mental Illness. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 9(1), 35–53.
<https://doi.org/10.1093/clipsy.9.1.35>
- Endraswara, S. (2016). *Metodologi Penelitian Posmodernisme Sastra*. Yogyakarta: Center of Academic.
- Fakhriyani, D. V. (2019). *Kesehatan Mental*. Pamekasan: Duta Media Publishing.
- Frankl, V. E. (2006). *Man's Search for Meaning*. Boston: Beacon Press.
- Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26.
<https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Hall, S. (1997). *Representation: Cultural Representations and Signifying Practices*. New York: Sage Publications.
- Handarini, I., Saddhono, K., & Anindyarini, A. (2018). Novel Jokowi Si Tukang Kayu Karya Gatotkoco Suroso sebagai Materi Ajar Apresiasi Sastra di SMA: Kajian Psikologi Sastra dan Nilai Karakter. *Basastra: Jurnal Bahasa, Sastra, Dan Pengajarannya*, 6(1), 216–231.
<https://doi.org/10.20961/basastra.v6i1.37716>

- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006).
Acceptance and Commitment Therapy: Model, Processes and Outcomes.
Behaviour Research and Therapy, 44(1), 1–25.
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.06.006>
- Herman, J. (2015). *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence—from Domestic Abuse to Political Terror*. New York: Basic Books.
- Holipa, D. S., Asnawati, & Narti, S. (2022). Representasi Feminisme dalam Film Mulan. *Professional: Jurnal Komunikasi Dan Administrasi Publik*, 9(1), 41–48.
- Isnaini, H. (2022). Komunikasi Tokoh Pingkan dalam Merepresentasikan Konsep “Modern Meisje” Pada Novel Hujan Bulan Juni. *MUKASI: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 1(2), 164–172. <https://doi.org/10.54259/mukasi.v1i2.867>
- Manao, M. M. (2021). Perwatakan Tokoh Utama Dalam Kumpulan Cerita “Setengah Pecah Setengah Utuh” Karya Parlindungan Marpaung. *KOHESI : Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 2(1), 12–23.
<https://doi.org/10.57094/kohesi.v2i1.413>
- Minderop, A. (2010). *Psikologi Sastra: Karya, Metode, Teori, Dan Contoh Kasus*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Moleong, L. J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mubasyira, M. (2017). Analisis Tokoh dan Penokohan dalam Film My Name is Khan Karya Karan Johar. *Wacana Didaktika*, 5(2), 133–142.
<https://doi.org/10.31102/wacanadidaktika.5.02.133-142>

- Nurgiyanto, B. (2018). *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.
- Pasaribu, C., & Firmansyah, D. (2023). Representasi Psikologi Perempuan Akibat Budaya Patriarki dalam Cerpen “Perempuan Itu Pernah Cantik” Karya Mashdar Zaidal. *NUSRA: Jurnal Penelitian Dan Ilmu Pendidikan*, 4(4), 1043–1049. <https://doi.org/10.55681/nusra.v4i4.1738>
- Pradotokusumo, P. S. (2005). *Pengkajian Sastra*. Sumedang: Unpad Press.
- Pratista, H. (2017). *Memahami Film*. Sleman: Montase Press.
- Rachman, R. F. (2020). Representasi dalam Film. *Paradigma Madani: Ilmu Sosial, Politik, Dan Agama*, 7(2), 10–18.
- Rahayu, L. M., & Priyatna, A. (2020). Resistensi pada Rezim Represif: Telaah atas Opera Kecoa Karya Riantiarno dan Perahu Retak Karya Emha Ainun Najib. *Lensa: Kajian Kebahasaan, Kesusastraan, Dan Budaya*, 9(2), 120–136. <https://doi.org/10.26714/lensa.9.2.2019.120-136>
- Rahman, F. (2021). Psikologi Tokoh dalam Novel Pulang Karya Leila S. Chudori (Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud). *Imajeri: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 3(2), 176–194. <https://doi.org/10.22236/imajeri.v3i2.6718>
- Ristiana, K. R., & Adeani, I. S. (2017). Konflik Batin Tokoh Utama dalam Novel Surga Yang Tak Dirindukan 2 karya Asma Nadia (Kajian Psikologi Sastra). *Literasi: Jurnal Bahasa Dan Sastra Indonesia Serta Pembelajarannya*, 1(2), 49–56. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.25157/literasi.v1i2.772>
- Rusviana, A. A. (2025). Analisis Karakteristik Tokoh Utama dalam Film Finding

Nemo. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(2), 393–407.

<https://doi.org/https://doi.org/10.23969/jp.v10i02.25078>

Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything, or is it? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

Sartika, E., Kau, M. U., Asmagvira, & Ali, A. H. (2022). Analisis Pendekatan Psikologi Sastra dalam Novel Re: dan Perempuan. *Jurnal Bahasa, Sastra, Dan Budaya*, 12(2), 1–8.

<https://doi.org/https://doi.org/10.37905/jbsb.v12i2.15801>

Sarwono, S. W. (2019). *Psikologi Remaja*. Depok: Rajawali Pers.

Strinati, D. (2016). *Popular Culture: Pengantar Menuju Teori Budaya Populer*. Yogyakarta: Narasi-Pustaka Prometheus.

Stuart, G. W. (2022). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart*. New York: Elsevier Health Sciences.

Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

Suharsono, Y., & Anwar, Z. (2020). Analisis Stress dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa. *Cognicia*, 8(1), 41–53.

<https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i1.11527>

Sumana, Wardiah, D., & Missriani. (2022). Representasi Kepribadian Muslimah dalam Novel Rissa Sebuah Pilihan Hidup Karya Larissa Chou (Kajian Feminisme). *Indonesian Research Journal On Education*, 3(1), 254–259. <https://doi.org/10.31004/irje.v3i1.111>

- Suwardiman, D. (2023). Important Role of Family Support in Guarding and Caring for Individuals with Mental Disorders. *Faletehan Health Journal*, 10(2), 216–221. <https://doi.org/https://doi.org/10.33746/fhj.v10i02.564>
- Umam, K. (2020). Delirium Kekuasaan: Kajian Psikologi Sastra pada Lakon Amangkurat-Amangkurat karya Goenawan Mohamad. *Nusa: Jurnal Ilmu Bahasa Dan Sastra*, 15(1), 134–143. <https://doi.org/10.14710/nusa.15.1.134-143>
- Wellek, R., & Warren, A. (2016). *Theory of Literature*. Michigan: Michigan University.
- WHO. (2025). *Mental Health*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Yulianeta, Y., & Ismail, N. H. (2022). Representasi Perempuan dalam Novel-Novel Pramoedya Ananta Toer. *SEMIOTIKA: Jurnal Ilmu Sastra Dan Linguistik*, 23(2), 107–122. <https://doi.org/10.19184/semiotika.v23i2.31472>