

**Trauma Kejiwaan Tokoh Utama Novel *Dream* Karya
Joannes Rhino**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Bahasa dan Seni
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar
Sarjana Sastra



oleh

Yuanita Kusuma Wardhani

NIM 09210141007

**PROGRAM STUDI BAHASA DAN SASTRA INDONESIA
FAKULTAS BAHASA DAN SENI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**

PERSETUJUAN


Skripsi yang berjudul *Trauma Kejiwaan Tokoh Utama Novel Dream Karya Joannes Rhino* ini disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.



Yogyakarta, September 2014
Pembimbing I,


Dr. Anwar Efendi, M.Si.
NIP. 19680715 199403 1 020

Yogyakarta, September 2014
Pembimbing II


Dr. Nurhadi, S.Pd, M.Hum.
NIP. 19700707 199903 1 003


PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul *Trauma Kejiwaan Tokoh Utama Novel Dream Karya Joannes Rhino* ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada 10 Oktober 2014 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Suhardi	Ketua Penguji		23 Oktober 2014
Dr. Nurhadi, M.Hum	Sekretaris Penguji		22 Oktober 2014
Dr. Wiyatmi	Penguji I		22 Oktober 2014
Dr. Anwar Efendi	Penguji II		22 Oktober 2014

Yogyakarta, Oktober 2014
Fakultas Bahasa dan Seni
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,


Prof. Dr. Zamzani, M.Pd.
NIP 19550505 198011 1 001

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya

Nama : Yuanita Kusuma Wardhani

NIM : 09210141007

Program Studi : Bahasa dan Sastra Indonesia

Fakultas : Bahasa dan Seni Universitas Negeri Yogyakarta

menyatakan bahwa karya ilmiah ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya, karya ilmiah ini tidak berisi materi yang ditulis oleh orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang saya ambil sebagai acuan dengan mengikuti tata cara dan etika penulisan karya ilmiah yang lazim.

Apabila ternyata terbukti bahwa pernyataan ini tidak benar, sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Yogyakarta, 29 September 2014

Penulis,



Yuanita Kusuma Wardhani

HALAMAN PERSEMBAHAN

*Karya kecil ini untuk kedua orang tuaku yang selalu
mendoakanku,*

Ibu Suhartini dan Bapak Muhammad Sukirman,

dan untuk kakak-kakak terbaik dalam hidupku

Mas Wawan, Mbak Irma, dan Mas Yanto.

MOTTO

Tak pantasnya orang yang mengenal Tuhan berputus asa.

(Anonim)

Tuhan tidak akan mengulang waktu, tapi *Dia* pasti memberikan kesempatan untuk memperindah masa depan.

(Anonim)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya sampaikan ke hadirat Allah Tuhan Yang Maha Pemurah lagi Maha Penyayang. Berkat rahmat, hidayah, dan inayah-Nya akhirnya saya dapat menyelesaikan skripsi untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar sarjana.

Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan karena bantuan dari beberapa pihak. Untuk itu, saya menyampaikan terima kasih kepada kedua dosen pembimbing, yaitu Dr. Anwar Efendi, M.Si dan Dr. Nurhadi, M, Hum. yang penuh kesabaran telah memberikan bimbingan, arahan, dan dorongan yang tidak henti-hentinya di sela-sela kesibukannya.

Ucapan terima kasih juga saya sampaikan kepada sahabat-sahabat saya yang tidak henti-hentinya memberikan semangat, yakni Bastin, Ainun, Yusi, Ririn, Sela, dan Fitri. Tak lupa teman-teman Sasindo angkatan '09, yakni Mutayasaroh, S.S, Lia, Ifa, M. Agus, Adin, Sandi, S.S, dan lainnya yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Demikian yang saya dapat sampaikan dalam pengantar skripsi ini. Terima kasih.

Yogyakarta, 29 September 2014

Penulis,



Yuanita Kusuma Wardhani

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO HIDUP.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
ABSTRAK.....	xi
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Batasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
G. Batasan Istilah.....	6
BAB II. KAJIAN TEORI.....	7
A. Tokoh dalam Karya Sastra.....	7
B. Trauma Kejiwaan dalam Perspektif Psikologi Abnormal.....	9
C. Gangguan Ingatan.....	21
D. Penelitian Relevan.....	23
BAB III. METODE PENELITIAN.....	26
A. Subjek Penelitian dan Fokus Penelitian.....	26
B. Teknik Pengumpulan Data.....	26
C. Instrumen Penelitian.....	27
D. Teknik Analisis Data.....	28
E. Validitas Data dan Reliabilitas Data.....	28
1. Validitas Referensial.....	28
2. Reliabilitas Interater.....	29
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	30
A. Hasil Penelitian.....	30
1. Wujud Trauma Kejiwaan Tokoh Utama.....	31
2. Respon Umum Terhadap Trauma Tokoh Utama.....	32
3. Teknik Pengarang Menggambarkan Kejiwaan Tokoh Utama.....	34
B. Pembahasan.....	36
1. Wujud Trauma Kejiwaan Tokoh Utama.....	36
a. <i>Post-Traumatic Stress Disorder</i> (PTSD).....	36
b. Gangguan Ingatan.....	40
2. Respon Umum Terhadap Trauma Tokoh Utama.....	43
a. Respon Emosional.....	43
b. Respon Kognitif atau Pikiran.....	48

c. Respon Perilaku.....	52
d. Respon Fisiologis atau Fisik.....	55
3. Teknik Pengarang Menggambarkan Kejiwaan Tokoh Utama..	56
a. Metode Analitik.....	56
b. Metode Dramatik.....	58
C. Keterbatasan.....	70
BAB V. PENUTUP.....	71
A. Kesimpulan.....	71
B. Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA.....	73
LAMPIRAN.....	75

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 : Wujud Trauma Kejiwaan pada Anita, Tokoh Utama dalam Novel Dream Karya Joannes Rhino.....	31
Tabel 2 : Respon Umum Terhadap Trauma yang Dialami Anita, Tokoh Utama dalam Novel <i>Dream</i> Karya Joannes Rhino.....	33
Tabel 3 : Teknik Pengarang Menggambarkan Trauma Kejiwaan pada Anita, Tokoh Utama dalam Novel <i>Dream</i> Karya Joannes Rhino.....	35

**TRAUMA KEJIWAAN TOKOH UTAMA NOVEL *DREAM* KARYA
JOANNES RHINO**

**OLEH YUANITA KUSUMA WARDHANI
NIM 09210141007**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan (1) wujud trauma kejiwaan tokoh utama, (2) respon stress umum yang dialami tokoh utama, (3) teknik pengarang menggambarkan trauma kejiwaan pada tokoh utama novel *Dream* karya Joannes Rhino.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif. Subjek penelitian ini adalah novel *Dream* karya Joannes Rhino. Penelitian difokuskan pada permasalahan yang berkaitan dengan masalah trauma kejiwaan yang dialami tokoh utama yang dikaji secara psikologi abnormal. Data diperoleh dengan teknik membaca dan mencatat. Data dianalisis dengan teknik analisis deskriptif kualitatif yang keabsahannya diperoleh melalui validitas referensial dan reliabilitas data.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pertama, wujud trauma kejiwaan pada tokoh Anita terbagi menjadi dua yaitu post-traumatic stress disorder (PTSD) atau gangguan stress paskatrauma dan gangguan ingatan. PTSD terbagi menjadi tiga varian yaitu mengingat kembali kejadian traumatik, penghindaran, dan muncul gangguan fisik. Gangguan ingatan yang diderita tokoh Anita yakni berupa amnesia dan jamais vu (penyangkalan ingatan). Kedua, respon stress umum yang dialami tokoh Anita terbagi menjadi empat respon yaitu respon emosional, respon kognitif, respon perilaku, dan respon fisiologis atau fisik. Respon emosional meliputi kecemasan yang akut, kesedihan yang berlarut-larut, dan depresi. Respon kognitif meliputi menyalahkan diri sendiri, merasa sendirian dan sepi, merasa tidak pasti, dan kesulitan berkonsentrasi. Respon perilaku terdiri dari mengisolasi diri dari orang lain, mengonsumsi rokok, dan sulit percaya kepada orang lain. Respon fisiologis atau fisik berupa sakit kepala. Ketiga, teknik yang digunakan pengarang dalam menggambarkan trauma kejiwaan pada tokoh Anita yaitu memakai metode analitik dan metode dramatis. Metode dramatis mencakup enam varian yaitu teknik cakapan, teknik arus kesadaran, teknik perbuatan tokoh, teknik pandangan tokoh lain, teknik pikiran tokoh, dan teknik pelukisan perasaan tokoh, dan teknik pelukisan latar tempat.

Kata kunci: trauma, *post-traumatic stress disorder* (PTSD), tokoh utama, novel, psikologi abnormal.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tokoh dalam novel merupakan penggambaran manusia nyata. Tokoh di dalam fiksi pada hakikatnya penggambaran dari manusia-manusia dalam kenyataan. Hal ini senada dengan pendapat Sayuti (2000: 68), yang menyatakan bahwa tokoh memiliki “kehidupan” atau berciri “hidup”, yang berarti tokoh memiliki derajat *lifelikeness* ‘kesepertihidupan’. Sehingga tingkah laku dan gambaran fisik tokoh mirip dengan manusia pada umumnya. Oleh karena itu tokoh mempunyai tiga dimensi yang sama dengan manusia yaitu dimensi fisiologis, sosiologis, dan psikologis (Wiyatmi, 2005: 30-31).

Jika manusia mempunyai tiga dimensi maka tokoh dalam novelpun memiliki ketiga dimensi tersebut. Karya sastra berbentuk novel menyimpan dimensi psikologis tokoh yang lebih beragam. Novel bergenre psikologi tentunya lebih menyajikan psikologi tokoh yang lebih kompleks. Sebut saja novel *Garis Tepi Seorang Lesbian*, *Izinkan Aku Menjadi Pelacur!*, *Dadaisme*, *Nayla*, *Skizofreniaisme*, *Pintu Terlarang* dan juga *Dream*.

Novel *Dream* bercerita tentang tokoh Anita yang mengalami trauma kejiwaan di kehidupan masa lalunya. Novel tersebut bercerita tentang Anita yang mengalami mimpi berulang dan hidup di dua dunia. Trauma tersebut kemudian mempengaruhinya dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Pekerjaannya sebagai

wanita karier yang cukup terbilang sukses mulai mengalami penurunan akibat trauma tersebut.

Peristiwa atau pengalaman yang menakutkan atau mengerikan semakin lama akan menjadi trauma pada diri seseorang. Trauma sendiri berasal dari bahasa Yunani yang berarti luka. Kata tersebut digunakan untuk menggambarkan situasi akibat peristiwa yang dialami seseorang. Para psikolog menyatakan trauma dalam istilah psikologi berarti suatu benturan atau suatu kejadian yang dialami seseorang dan meninggalkan bekas. Benturan atau kejadian tersebut bersifat negatif.

Trauma yang sangat kuat dan melekat dalam diri Anita menjadi tema keseluruhan isi novel. Adanya dugaan akibat atau efek dari trauma yaitu Anita mengalami mimpi masa lalu. Ketidaksadaran Anita tentang masa lalunya dapat dikaji melalui psikologi abnormal.

Penulis *Dream* yaitu Joannes Rhino berprofesi di dunia Marketing, sehingga tidak mengherankan jika Joannes Rhino mampu menjabarkan pekerjaan tokoh utama dalam novelnya sebagai wanita karier dengan detail. Kemampuannya menulis terasah ketika ia bekerja sebagai Editor in Chief di Zee Magazine (Zone of Educational & E-Lifestyle).

Joannes Rhino mengawali debutnya sebagai pengarang dengan menerbitkan karyanya yang pertama yaitu *Etzhara; Ketika Takdir Bicara* di tahun 2008. Kemudian karyanya yang kedua yaitu *Dream* diterbitkan oleh Dastan Books. Cetakan pertamanya di tahun 2008 dengan jumlah 252 halaman. Karya-karyanya yang lain yaitu *Aku, Dia & Kami* (nulisbuku, 2011), *As The Rest Come To My Heart*

(Authorhouse, 2011), *Harapan Yang Terhempas* (Sight Writing House, 2011), *Falling From The Sky* (Createspace, 2011).

Dari beberapa karya Joannes Rhino di atas dipilih novel *Dream* sebagai objek penelitian ini karena tokoh utama dalam novel tersebut mengalami trauma kejiwaan yang menyebabkan tokoh utama mengalami mimpi berkelanjutan. Untuk mengetahui adanya kaitan trauma kejiwaan tokoh utama dengan mimpi yang dialaminya maka pada penelitian kali ini akan memakai teori psikologi abnormal. Berdasarkan latar belakang di atas, penelitian ini memfokuskan pada trauma kejiwaan tokoh utama pada novel *Dream* karya Joannes Rhino yang akan dipahami melalui pendekatan psikologi abnormal.

B. Identifikasi Masalah

Beberapa masalah yang dapat diteliti yang berhubungan dengan trauma kejiwaan tokoh utama novel *Dream* dapat diidentifikasi sebagai berikut.

1. Wujud trauma tokoh utama di dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino.
2. Respon umum terhadap trauma yang dialami tokoh utama dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino.
3. Penyebab trauma kejiwaan tokoh utama novel *Dream* karya Joannes Rhino.
4. Usaha yang dilakukan tokoh utama novel *Dream* karya Joannes Rhino untuk menyembuhkan trauma yang dialaminya.
5. Analisis mimpi dan kaitannya dalam trauma kejiwaan tokoh utama novel *Dream* karya Joannes Rhino.

6. Cara pengarang menggambarkan trauma kejiwaan pada tokoh utama novel *Dream* karya Joannes Rhino.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, maka pada penelitian ini dilakukan pembatasan masalah sebagai berikut.

1. Wujud trauma kejiwaan tokoh utama dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino.
2. Respon umum terhadap trauma yang dialami tokoh utama dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino.
3. Teknik yang digunakan untuk menggambarkan trauma kejiwaan pada tokoh utama novel *Dream* karya Joannes Rhino.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan tersebut, permasalahan penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut.

1. Bagaimana wujud trauma kejiwaan tokoh utama dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino?
2. Apa saja respon umum terhadap trauma yang dialami tokoh utama dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino?
3. Bagaimana teknik yang digunakan untuk menggambarkan trauma kejiwaan pada tokoh utama novel *Dream* karya Joannes Rhino?

E. Tujuan Penelitian

Berdasar rumusan masalah di atas, penelitian ini dilakukan untuk hal berikut.

1. Mendeskripsikan wujud trauma kejiwaan tokoh utama dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino.
2. Mendeskripsikan respon umum terhadap trauma yang dialami tokoh utama dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino.
3. Mendeskripsikan teknik yang digunakan untuk menggambarkan trauma kejiwaan pada tokoh utama novel *Dream* karya Joannes Rhino.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan sumbangan bagi pengembangan ilmu sastra yang berhubungan dengan teori psikologi sastra khususnya yang berhubungan dengan psikologi abnormal.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan kepada pembaca terutama pengetahuan tentang trauma dalam novel dan dapat memanfaatkannya sebagai salah satu kajian dalam usaha untuk meningkatkan kemampuan apresiasi sastra.

G. Batasan Istilah

Tokoh utama : tokoh yang paling banyak diceritakan dan selalu berhubungan dengan tokoh-tokoh lain, juga sangat menentukan perkembangan plot secara keseluruhan.

Trauma kejiwaan : keadaan jiwa atau tingkah laku yg tidak normal sebagai akibat dari tekanan jiwa. Pengalaman yang menghancurkan rasa aman, rasa mampu, dan harga diri sehingga menimbulkan luka psikologis yang sulit disembuhkan sepenuhnya.

PTSD : gangguan kecemasan yang berkembang melalui pengalaman traumatis, penyiksaan yang parah, dan kecelakaan yang tidak disebabkan oleh alam.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Tokoh dalam Karya Sastra

Tokoh di dalam karya sastra menjadi penting karena tanpa tokoh karya sastra tidak akan berjalan atau menjadi sebuah cerita. Sayuti berpendapat bahwa tokoh memiliki derajat *lifelikeness* 'kesepertihidupan'. Akan tetapi ukuran 'kesepertihidupan' bukanlah satu-satunya ukuran yang cukup untuk menilai tokoh dalam fiksi. Dikatakan demikian karena pengertian *lifelikeness* hanya merupakan suatu bentuk penyederhanaan yang berlebihan (Sayuti, 2000: 68).

Ditinjau dari segi keterlibatannya dalam keseluruhan cerita, tokoh fiksi dibedakan menjadi dua, yakni tokoh sentral atau tokoh utama dan tokoh peripheral atau tokoh tambahan (bawahan) (Sayuti, 2000: 74). Tokoh sentral merupakan tokoh yang mengambil bagian terbesar dalam peristiwa dalam cerita. Peristiwa atau kejadian-kejadian itu menyebabkan terjadinya perubahan sikap dalam diri tokoh tersebut. Jelasnya tokoh utama atau tokoh sentral suatu fiksi dapat ditentukan paling tidak dengan tiga cara. Pertama, tokoh itu yang paling terlibat dengan makna atau tema. Kedua, tokoh itu yang paling banyak berhubungan dengan tokoh lain. Ketiga, tokoh itu yang paling banyak memerlukan waktu penceritaan (Sayuti, 2000: 74).

Sama halnya dengan manusia, tokoh di dalam fiksi juga mempunyai tiga dimensi yaitu dimensi fisiologis, sosiologis, dan psikologis. Dimensi fisiologis meliputi usia, jenis kelamin, keadaan tubuh, dan sebagainya. Dimensi sosiologis

meliputi status sosial, pekerjaan, pendidikan, dan sebagainya. Dimensi psikologis meliputi mentalitas, ukuran moral, keinginan dan perasaan pribadi, sikap dan kelakuan (temperamen), juga intelektualitasnya (IQ) (Wiyatmi, 2006: 30-31).

Dimensi psikologis tokoh bermacam-macam. Seringkali di dalam karya sastra ada tokoh yang berwatak serupa manusia namun tidak jarang ada juga watak tokoh yang hanya ada di dalam karya sastra. Watak tokoh yang serupa dengan manusia dapat di telaah dari pendekatan psikologi, lebih tepatnya psikologi sastra.

Cara penggambaran tokoh dapat dibedakan menjadi cara analitik dan dramatik. Metode analitik ada pula yang membedakannya menjadi metode telling ‘uraian’ dan showing ‘ragaan’ dan ada pula yang membedakannya menjadi metode diskursif, dramatik, kontekstual, dan campuran. Perbedaan yang menggunakan istilah yang berlainan sesungguhnya memiliki esensi yang kurang lebih sama (Sayuti, 2000: 89).

Metode yang selanjutnya yaitu metode dramatis. Pada metode ini pengarang membiarkan tokoh-tokohnya untuk menyatakan diri mereka sendiri melalui kata-kata, tindakan-tindakan atau perbuatan mereka sendiri (Sayuti, 2000: 91-92). Tentunya dalam metode ini memerlukan ruang yang lebih panjang atau waktu yang lebih lama daripada untuk menguraikan secara langsung. Namun, kelebihan metode dramatis lebih bersifat lifelike dan mengundang partisipasi aktif pembaca dalam cerita.

Pemakaian metode dramatis untuk menggambarkan watak tokoh dapat dilakukan dengan baik dalam berbagai teknik, yaitu: (1) teknik naming “pemberian nama tertentu”, (2) teknik cakapan, (3) teknik penggambaran pikiran tokoh atau apa yang melintas dalam pikirannya, (4) teknik stream of consciousness “ arus kesadaran”,

(5) teknik pelukisan perasaan tokoh, (6) teknik perbuatan tokoh, (7) teknik sikap tokoh, (8) teknik pandangan seorang atau banyak tokoh terhadap tokoh tertentu, (9) teknik pelukisan fisik, dan (10) teknik pelukisan latar (Sayuti, 2000: 93).

B. Trauma Kejiwaan dalam Perspektif Psikologi Abnormal

Psikologi abnormal bersangkut-paut dengan tingkah laku abnormal. Pada hakekatnya, konsep tentang normalitas dan abnormalitas itu sangat samar-samar batasnya (Kartono, 1989: 2). Hal ini dikarenakan kebiasaan-kebiasaan tingkah laku normal antara satu kelompok masyarakat bisa jadi berbeda dengan kelompok masyarakat lain. Sehingga apa yang dianggap normal di kelompok masyarakat belum tentu sama normalnya di kelompok lain.

Tingkah laku normal yaitu sikap hidupnya sesuai dengan pola kelompok masyarakat tempat individu berada, sehingga tercapai satu relasi interpersonal dan intersosial yang memuaskan (Kartono, 1989: 2). Kriteria pribadi yang normal dengan mental yang sehat antara lain: (1) memiliki perasaan aman (*sense of security*), (2) memiliki penilaian diri (*self evaluation*) dan insight atau wawasan rasional, (3) memiliki spontanitas dan emosionalitas yang tepat, (4) mempunyai kontak dengan relitas secara efisien, (5) memiliki dorongan-dorongan dan napsu jasmaniah yang sehat, (6) mempunyai pengetahuan diri yang cukup, (7) mempunyai tujuan atau objek hidup yang kuat, (8) memiliki kemampuan untuk belajar dari pengalaman hidup, (9) ada kesanggupan untuk memuaskan tuntutan-tuntutan dan kebutuhan-kebutuhan dari kelompoknya, (10) ada sikap emansipasi yang sehat terhadap kebudayaan, (11) ada integrasi dalam kepribadiaannya (Kartono, 1989: 6-9).

Fausiah dan Widuri (2005: 75), membagi berbagai jenis gangguan-gangguan. Gangguan tersebut yaitu gangguan somatoform dan gangguan buatan, gangguan disosiatif, gangguan identitas gender dan gangguan seksual, gangguan cemas, gangguan efektif, gangguan *skizofrenia*, dan lain-lain. Di dalam gangguan cemas terdapat topik bahasan fobia, gangguan panik, *generalized anxiety disorder* (gangguan cemas menyeluruh), obsesif kompulsif, gangguan stress paska trauma, dan gangguan stress akut (Fausiah dan Widury, 2005: 75). Dalam penelitian ini lebih membahas gangguan cemas khususnya trauma dan gangguan stress pascatrauma atau *Post-Trauma Stress Disorder* (PTSD).

Trauma adalah pengalaman yang menghancurkan rasa aman, rasa mampu, dan harga diri, sehingga menimbulkan luka psikologis yang sulit disembuhkan sepenuhnya (Supratika, 1995: 27). Sehingga apabila seseorang mengalami trauma terhadap sesuatu hal, maka rasa aman dan nyaman menjadi terganggu atau bahkan menghilang dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Trauma juga dapat menjadi luka psikologis yang sulit dihilangkan sepenuhnya, yang berarti meskipun sudah mereda tingkat traumanya namun akan mengikuti seumur hidup.

Mendatu membagi ada empat proses utama mekanisme terjadinya trauma, yaitu (1) adanya peristiwa, (2) trauma, (3) respon stress terhadap peristiwa traumatik, (4) PTSD (*Post-traumatic stress disorder*) (Mendatu, 2010: 11-12). Pertama, mekanisme terjadinya trauma berawal dari adanya peristiwa. Peristiwa ditafsirkan tidak berbahaya tidak akan memicu trauma. Peristiwa yang ditafsirkan berbahaya dan tidak dapat ditanggulangi bisa memicu trauma. Kedua, jika peristiwa ditafsirkan berbahaya maka akan menimbulkan trauma. Trauma muncul ketika seseorang tidak

dapat mengatasi peristiwa yang terjadi. Ketiga, munculnya respon stress terhadap peristiwa traumatik. Jika trauma terjadi, akan muncul respon-respon stress sebagai bentuk adaptasi terhadap peristiwa traumatik yang dialami. Secara umum, respon yang muncul masih akan dianggap normal. Namun, apabila respon-respon ini tidak ditangani dengan baik, maka bisa menimbulkan gangguan yang disebut PTSD. Keempat, adanya PTSD (*Post-traumatic stress disorder*). Gangguan pascatrauma atau PTSD adalah gangguan sebenarnya dari trauma. Sesuai dengan namanya, PTSD sudah tidak normal. Biasanya respon stress terhadap trauma akan disebut sebagai gangguan pascatrauma atau PTSD apabila tidak berhasil ditangani dengan baik setelah tiga bulan sejak kejadian traumatiknya. PTSD bisa muncul setelah bertahun-tahun kejadian traumatiknya berlalu (Mendatu, 2010: 11-12).

Secara umum, Mendatu (2010: 13-14) membagi trauma ke dalam tiga kelompok, yaitu (1) trauma fisik, (2) trauma *post-cult*, dan (3) trauma psikologis.

1. Trauma Fisik

Trauma fisik adalah cedera fisik yang berbahaya bagi keselamatan akibat perubahan fisik, misalnya pengambilan ginjal, patah tulang, pendarahan hebat, putus tangan dan kaki, dan lainnya. Trauma dalam pengertian ini digunakan secara terbatas dalam dunia medis dan relative kurang dikenal oleh masyarakat umum. Trauma fisik terdiri dari dua macam, yaitu: trauma penetrasi dan trauma tumpul.

Trauma penetrasi yakni tipe trauma berupa terisisnya kulit atau bagian tubuh lainnya oleh sebuah benda. Contoh: terisis pisau, terkena serpihan bom, tertembak peluru, tertusuk panah, dan lainnya. Trauma tumpul yakni tipe trauma yang

disebabkan oleh objek-objek tumpul. Contohnya terpukul kepala tangan, tertabrak motor, dan terbentur (Mendatu, 2010: 13-14).

2. Trauma *Post-cult*

Trauma *post-cult* adalah persoalan emosional berat yang muncul ketika anggota kelompok pemujaan (*cults*) atau gerakan religius baru (misalnya aliran Taman Eden, aliran Ahmadiyah, dan lainnya) mengalami perasaan tidak terlibat atau tidak tergabung (Mendatu, 2010: 14). Trauma ini terjadi ketika seseorang masuk ke dalam kelompok pemujaan dan tidak mengalami perasaan terlibat atau tergabung di dalam kelompok. Sehingga orang tersebut merasakan pertentangan di dalam dirinya antara tetap memilih menyakini kelompoknya atau keluar dari kelompok karena tidak sejalan dengan pemikirannya.

3. Trauma Psikologis

Trauma psikologis adalah cedera psikologis yang biasanya dihasilkan karena menghadapi peristiwa yang luar biasa menekan atau mengancam hidupnya. Inilah jenis trauma yang paling populer dan sering terjadi. Juga, penderitanya paling banyak. Ketika mengatakan kata “trauma”, biasanya orang memaksudkannya sebagai trauma psikologis ini (Mendatu, 2010: 14).

Trauma mengakibatkan sistem syaraf mengalami overstimulasi karena rasa takut atau rasa terancam yang tak tertanggungkan. Oleh karena itu, kinerja sistem syaraf (termasuk otak) yang mengendalikan seluruh diri menjadi terganggu (Mendatu, 2010: 17).

Secara intelektual, syaraf otak akan kehilangan 50-90% dari kapasitas otak. Oleh karena itu, dalam situasi trauma biasanya tidak mampu berpikir untuk membuat

keputusan dengan cepat dan tepat. Secara emosional, tidak merasakan apa pun. Jadi, dari perasaan emosional yang sangat kuat tiba-tiba berubah menjadi tidak merasakan apa-apa. Secara spiritual, tidak merasa terhubung dengan apa pun juga; segala sesuatu tampak tidak memiliki arti bagi penderita trauma. Secara fisik, mengalami gangguan misalnya, merasakan sakit kepala, migran, gemetar tanpa henti, dan lainnya, atau tidak dapat melakukan apa pun; tubuh tak bertenaga, lemas lunglai (Mendatu, 2010: 17-18).

Menurut Mendatu (2010: 22) peristiwa yang bisa menimbulkan trauma sangat beragam jenisnya. Berdasarkan keterlibatan seseorang dengan peristiwa itu, peristiwa traumatik bisa dibedakan dalam tiga level atau jenis yang berbeda, yakni (1) trauma impersonal, (2) trauma interpersonal, dan (3) trauma kelekatan

1. Trauma Impersonal

Peristiwa traumatiknya tidak melibatkan perasaan penderita dengan orang lain. Secara pribadi tidak ikut terlibat di dalamnya. Kejadiannya benar-benar bersifat impersonal bagi penderita. Berikut adalah beberapa bentuknya yaitu, bencana alam contohnya: gempa bumi, tsunami, badai, angin topan, banjir, dan lain-lain, bencana yang terkait dengan manusia dan teknologi, contohnya: bocornya radiasi pembangkit listrik tenaga nuklir, kompor gas meledak, dan lain-lain. Kecelakaan, contohnya: kecelakaan lalu lintas, nyaris tenggelam, terjatuh dari pohon, dan lain-lain (Mendatu, 2010: 22-23).

2. Trauma Interpersonal

Peristiwa traumatiknya melibatkan perasaan penderita, karena melibatkan diri penderita atau orang-orang dekat penderita sebagai korban, pelaku, atau saksi

matanya. Berikut adalah beberapa bentuknya (1) sakit atau cedera yang membahayakan atau kronis; contohnya diri sendiri atau orang dekat terkena kanker, patah tulang, kehilangan kaki, dan lain sebagainya, (2) kekerasan dengan segala ragam bentuknya; contohnya pemukulan, teror, penyiksaan, ancaman, dan lain-lain, (3) kehilangan atau kematian orang dekat, misalnya orang tua, saudara, teman, pasangan, atau anak, (4) dikhianati oleh orang-orang yang pernah dipercayai, (5) Perang, pelanggaran hak asasi, dan kekerasan politik, (6) kriminalitas, contohnya perampokan dan pencurian (Mendatu, 2010: 23-24).

3. Trauma Kelekatan

Trauma kelekatan atau sering juga disebut trauma perkembangan merupakan jenis trauma yang paling melibatkan perasaan. Trauma ini muncul ketika sebuah peristiwa ditafsirkan oleh korban akan mengancam kebutuhannya untuk menjalin kelekatan dengan orang lain. Biasanya trauma ini terjadi pada masa anak-anak. Trauma ini disebabkan oleh perlakuan salah satu dari orang-orang dekat korban. Berikut adalah beberapa bentuk peristiwa yang bisa menimbulkan adanya trauma kelekatan, (1) kekerasan fisik dan psikologis oleh orang dekat, (2) kekerasan seksual terhadap anak oleh orang dekat, (3) penolakan terhadap kehadiran anak atau anak diperlakukan kejam, (4) diabaikan kebutuhan fisiknya, misalnya tidak diberi makan sampai kelaparan, (5) diabaikan kebutuhan emosionalnya, (6) secara paksa dipisahkan dengan orang yang sangat dekat (Mendatu, 2010: 24-25).

Trauma yang ada di dalam diri seseorang menimbulkan reaksi atau respon stress terhadap trauma itu sendiri. Reaksi atau respon stress terhadap trauma mengambil tiga bentuk utama, yaitu pertama, tetap membiarkan pengalaman

traumatik ada dalam pikiran. Contohnya terus teringat kejadian traumatiknya, terus memikirkan akibat kejadian traumatik, mimpi buruk, bereaksi berlebihan terhadap peristiwa lain, khawatir bahaya akan terjadi lagi. Kedua, mencoba sebaik mungkin menghindari tempat, orang, atau segala sesuatu yang mengingatkan akan kejadian traumatik yang telah terjadi, dan berjuang keras agar tidak kembali mengingat-ingat peristiwa itu. Ketiga, tubuh tetap dalam kondisi siaga, contohnya sulit tidur, mudah tersinggung dan marah, mudah terkejut (Mendatu, 2010: 27-28).

Setelah trauma yang terjadi, akan muncul respon-respon stress sebagai adaptasi terhadap peristiwa traumatik yang dialami. Berikut respon umum terhadap trauma yang terbagi menjadi empat respon umum. Ketika trauma terjadi, penderita akan memberikan empat respon yaitu (1) respon emosional, (2) respon kognitif, (3) perilaku, maupun (4) respon fisiologis (Mendatu, 2010: 28).

1. Respon emosional

Respon emosional yang terjadi ketika penderita mengalami trauma yaitu meliputi kesulitan mengontrol emosi, lebih mudah tersinggung dan marah, gampang digigitasi dan mudah dipanas-panasi, mood gampang berubah, panik, cemas, gugup dan tertekan, sedih, berduka, dan depresi, merasa ditolak dan diabaikan, takut dan khawatir terhadap efek kejadian trauma; peristiwa akan terjadi lagi; akan menimpa orang-orang terdekat, memberikan respon emosional yang tidak sesuai, misalnya saat anak meninggal malah tertawa terbahak-bahak (Mendatu, 2010: 28-29). Respon emosional ini mudah terlihat oleh orang lain dan berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari. Adanya respon emosional ini mempengaruhi pemikiran dan menghambat aktifitas sehingga penderita tidak dapat menjalani kehidupan pada umumnya.

2. Respon kognitif atau pikiran

Respon kognitif atau pikiran meliputi sering mengalami flashback, atau mengingat kembali kejadian traumatik. Saat mengalami trauma seolah-olah kejadiannya dialami kembali secara nyata, sehingga tidak jarang detak jantung meningkat dan berkeringat. Mengalami mimpi buruk. Kesulitan berkonsentrasi, mengambil keputusan, dan memecahkan masalah. Kesulitan mengingat dan memaksa melupakan kejadian. Mudah bingung dan menyalahkan diri sendiri atau mengambinghitamkan orang lain. Tidak jarang menyalahkan dan mengkritik semua orang. Memandang diri sendiri secara negatif. Merasa sendirian dan sepi. Kesulitan menjalin keintiman dan tiba-tiba merasa jauh dari orang lain. Sulit percaya kepada orang lain. Kehilangan perhatian kepada orang lain. Ingin menyembunyikan diri. Berpikir untuk bunuh diri. Merasa serba tak pasti. Merasa tanpa harapan, merasa kehilangan harapan akan masa depan, merasa lemah tak berdaya. Kehilangan minat terhadap aktivitas yang biasa dilakukan. Shock sehingga mengalami disorientasi waktu dan tempat, dan kadang-kadang orang (lupa orang, tempat, dan waktu). Kesulitan dalam mengenali benda-benda atau orang lain. Mengingat kembali kejadian traumatik setiap menemui hal-hal yang ada kaitannya dengan peristiwa traumatik (Mendatu, 2010: 29-30).

3. Respon perilaku

Respon perilaku meliputi kesulitan mengontrol tindakan. Lebih banyak berkonflik dengan orang lain. Menghindari kebiasaan lama. Menghindari orang, tempat, atau sesuatu yang berhubungan dengan peristiwa traumatik, dan enggan membicarakannya. Mengisolasi diri dari orang lain. Melamun. Kurang

memperhatikan diri sendiri. Kesulitan melakukan aktivitas sehari-hari. Bertindak agresif terhadap orang lain maupun diri sendiri. Sering menangis tiba-tiba. Peningkatan drastis konsumsi rokok atau minuman keras. Sulit bekerja atau belajar. Mengalami gangguan tidur, yang mencakup insomnia atau sulit tidur, sering terbangun atau terbangun tiba-tiba, gangguan pola tidur, misalnya tidur sangat larut dan bangun siang, tidur berlebihan. Mengalami gangguan makan, yang diantaranya mencakup; kehilangan selera makan, selalu merasa lapar sehingga makan sangat berlebihan, perubahan cita rasa. Cara berkomunikasi dengan orang lain berubah. Gampang terkejut. Humor berlebihan atau membisu sama sekali. Menjadi super berhati-hati atau paranoid, kesulitan beristirahat. Gangguan fungsi seksual, yang mencakup: impoten sementara, penurunan hasrat seksual, kesulitan mencapai orgasme, dan lainnya (Mendatu, 2010: 31-32).

4. Respon fisiologis atau fisik

Respon fisik meliputi sakit kepala, nyeri, sakit dada atau dada sesak. Sulit bernafas. Sakit perut, berkeringat berlebihan, gemetar, lemah dan lesu. Letih. Otot tegang atau kulit dingin. Gangguan menstruasi perempuan. Hilang keseimbangan tubuh atau merasa terguncang. Aktivitas menjadi berlebihan atau hiperaktivitas. Paralisis atau kehilangan kekuatan tubuh sehingga tidak bisa bergerak (Mendatu, 2010: 32-33).

Apabila keempat respon tidak ditangani dengan baik, maka bisa menimbulkan gangguan yang disebut *Post-Traumatik Stress Disorder* (PTSD) atau Gangguan Stress Pascatrauma. PTSD terbagi menjadi tiga bentuk atau tiga kluster simptom utama yaitu, (1) mengingat kembali kejadian traumatik, (2) penghindaran (3) tubuh

secara otomatis bereaksi dengan sendirinya terhadap ancaman bahaya yang tidak nyata (Mendatu, 2010: 46-47).

1. Mengingat kembali kejadian traumatik

Mengingat kembali kejadian traumatik mempunyai dua bentuk, yaitu mengingat kembali dalam pikiran atau flashback dan mengalami mimpi buruk. Biasanya proses mengingat kembali itu disertai respon fisik dan emosional yang kuat. Respon fisik saat mengingat bisa berupa sakit kepala, gemetar tanpa terkontrol, peningkatan denyut jantung, merasakan kedinginan, dan lainnya. Respon emosi saat kejadian bisa berupa rasa takut yang ekstrem dan mati rasa (Mendatu, 2010: 46-47).

2. Penghindaran.

Penghindaran terbagi dalam dua bentuk yaitu bentuk pertamanya menghindari tempat, aktivitas, orang, benda-benda yang memiliki asosiasi dengan kejadian traumatik. Bentuk kedua yakni menjauhkan pikiran, ingatan, atau perasaan yang berhubungan dengan trauma atau rasa terpisah dari orang lain (Mendatu, 2010: 46-47).

3. Tubuh secara otomatis bereaksi dengan sendirinya terhadap ancaman bahaya yang tidak nyata.

Tubuh bereaksi secara otomatis terhadap ancaman bahaya, yang ditandai dengan kewaspadaan yang sangat tinggi, mudah tersinggung, berkeringat dingin, mudah kaget, kesulitan tidur, kurang konsentrasi, tubuh mendingin, peningkatan denyut jantung, napas menjadi cepat, ingin kencing, dan lainnya (Mendatu, 2010: 46-47).

Mendatu (2010: 47) berpendapat bahwa agar dapat dianggap gangguan pascatrauma atau PTSD, maka ketiga simptom di depan harus memenuhi syarat berikut, (1) sekurang-sekurang 2 kluster simptom harus ada, (2) simptom khusus dari masing-masing kluster terjadi sekurang-kurangnya 1 bulan atau lebih, (3) simptom yang terjadi menyebabkan gangguan atau masalah dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam hubungan dengan orang lain, bekerja, dan segala aspek lainnya.

King (2010: 307) mengungkapkan gangguan emosional yang mengikuti sebuah trauma disebut *post-trauma stress disorder* (PSTD) atau gangguan stress pascatrauma. PSTD adalah paparan terhadap kejadian traumatik di mana saat itu orang merasakan ketakutan, ketakberdayaan, atau kengerian. Setelah itu, korban merasa mengalami-kembali kejadian tersebut melalui kenangan dan mimpi buruknya. PSTD adalah gangguan emosional yang menyebabkan distress, yang bersifat menetap, yang terjadi setelah menetap, yang terjadi setelah menghadapi ancaman keadaan yang membuat individu merasa benar-benar tidak berdaya atau ketakutan (King, 2010: 307).

PTSD adalah gangguan kecemasan yang berkembang melalui pengalaman traumatis, seperti perang, situasi yang sangat opresif, seperti Holocaust, penyiksaan yang parah, seperti perkosaan, bencana alam, seperti banjir dan tornado, dan kecelakaan yang tidak disebabkan oleh alam (Fliedman, Keane, & Resick via King, 2010: 307)

PTSD terbagi menjadi PTSD akut dan kronis. PTSD akut dapat didiagnosis dalam waktu 1 sampai 3 bulan setelah kejadian. Bila PTSD berlanjut selama lebih dari 3 bulan, maka dianggap kronis. PTSD kronis biasanya berhubungan dengan

perilaku menghindar yang lebih menonjol (Davidson, Hughes, Blazer, dan George, 1991), dan lebih sering disertai oleh diagnosis-diagnosis lain, seperti fobia sosial.

Dalam PTSD yang *onsetnya tertunda*, individu tidak menunjukkan, atau walaupun ada hanya sedikit, gejala-gejala segera setelah kejadian trauma itu terjadi. Tetapi kelak, mungkin bertahun-tahun yang akan datang, mereka mengembangkan PTSD secara penuh. Gejala PTSD disertai dengan gejala-gejala disosiatif berat seperti amnesia mengenai sebagian atau seluruh aspek dalam trauma, mati-rasa emosional, dan derealisasi atau perasaan tidak riil.

King (2010: 307) mengungkapkan bahwa gejala-gejala PTSD bervariasi namun meliputi hal-hal berikut, (1) kemunculan-kemunculan kembali gambaran tentang kejadian di mana individu menghidupkan kembali kejadian traumatis, (2) kemampuan yang menjadi terbatas untuk merasakan emosi-emosi, sering melaporkan merasa mati rasa yang berujung pada ketidakmampuan merasakan kebahagiaan, hasrat seksual atau hubungan interpersonal yang menyenangkan, (3) perangsangan berlebihan yang mengakibatkan pada respon yang berlebihan atau ketidakmampuan untuk tidur, (4) kesulitan untuk berkonsentrasi dan mengingat, (5) perasaan takut, meliputi tremor yang menunjukkan kecemasan, (6) perilaku impulsif yang muncul meliputi agresivitas atau perubahan mendadak dalam gaya hidup.

Dari sudut pandang psikologis, sebagian besar klinis sepakat bahwa para korban PTSD seharusnya menghadapi trauma aslinya agar dapat mengembangkan prosedur *coping* yang efektif dan oleh karenanya mampu mengatasi efek-efek gangguan yang membuatnya tak berdaya (Barlow dan Lehman, 1996; Foa dan Meadows, 1997; Keane dan Barlow, 2002).

Dalam terapi psikoanalisis menghidupkan kembali trauma emosional untuk melepaskan penderitaan emosional ini disebut *catharsis*. Dengan merancang pemaparan ulang trauma itu sedemikian rupa sehingga memberikan efek terapeutik dan bukan traumatik (lagi) (Durand & Barlow, 2006: 201-209).

C. Gangguan Ingatan

Ingatan adalah kemampuan individu untuk menerima atau mencamkan, menyimpan, dan memproduksi kembali informasi atau kesan-kesan (Baihaqi, 2007:79). Kemampuan ingatan manusia berkaitan dengan bagaimana fungsi kemampuan untuk menerima, menyimpan, dan mereproduksi kesan-kesan tersebut. Jenis-jenis gangguan ingatan dapat berupa ingatan yang berlebih-lebihan, ingatan yang mengurang atau menurun, atau ingatan menghilang (distorsi) (Baihaqi, 2007:79-83). Secara rinci gangguan-gangguan ingatan tersebut meliputi (1) hypermnesia, (2) amnesia, (3) paramnesia.

1. Hypermnesia

Hypermnesia yaitu ingatan yang berlebih-lebihan, sehingga seseorang dapat menggambarkan kejadian-kejadian (informasi atau kesan yang diperolehnya) secara mendetail. Kadang-kadang terjadi pada periode-periode tertentu atau peristiwa-peristiwa tertentu yang berhubungan dengan perasaan atau emosinya (Baihaqi, 2007: 84).

2. Amnesia

Amnesia yaitu keadaan manusia yang kehilangan ingatan, mungkin sebagian atau seluruhnya, untuk sementara waktu atau selama-lamanya, mungkin karena

sebab-sebab organis atau psikologis. Pada amnesia organis, sebabnya karena kerusakan dalam pencaman dan penyimpanan. Sedang pada amnesia psikologis sebabnya karena pemanggilan kembali mengalami halangan atau kesulitan. Dalam kondisi akut, orang mengalami ini dapat kehilangan identitas dirinya. Mungkin terhadap peristiwa-peristiwa yang baru saja terjadi (beberapa jam atau hari) atau yang sudah lama. Mungkin dapat bersifat *retrograde* (meliputi pengalaman sebelum dan sesudah peristiwa yang menyebabkan amnesia terjadi) atau *antegrade* (meliputi pengalaman sesudah gangguan yang menyebabkan amnesia itu terjadi) (Baihaqi, 2007: 84).

3. Paramnesia

Paramnesia yaitu ingatan yang keliru (ilusi ingatan) karena distorsi pemanggilan kembali (recall), meliputi (a) *dejavu*, (b) *jamais vu*, (c) *fausse reconnaissance*, dan (d) *konfabulasi*.

- a. *Dejavu*: seperti pernah melihat sesuatu padahal belum (merasa ingat sesuatu, padahal baru pertama kali bertemu).
- b. *Jamais vu*: seperti belum pernah melihat sesuatu, padahal sudah pernah. Penyangkalan ingatan.
- c. *Fausse reconnaissance*: pengenalan kembali yang keliru, merasa pasti bahwa pengenalannya itu benar, tetapi sesungguhnya tidak benar sama sekali.
- d. *Konfabulasi*: secara tidak sadar mengisi lubang-lubang dalam ingatannya dengan cerita yang tidak sesuai dengan kenyataan, tetapi penderita percaya sekali akan kebenarannya (Baihaqi, 2007: 84-85).

Individu yang mengalami amnesia dapat secara mendadak kehilangan kemampuan untuk mengingat kembali informasi tentang dirinya ataupun berbagai informasi yang sebelumnya telah ada dalam memori. Biasanya hal ini terjadi sesudah peristiwa yang menekan seperti misalnya menyaksikan kematian seseorang yang dicintai. Informasi yang hilang atau tidak mampu diingat oleh individu biasanya menyangkut peristiwa yang traumatik dan menekan yang terjadi dalam kehidupan individu. Selain hilangnya memori biasanya individu dengan gangguan ini tetap memiliki kemampuan untuk berbicara, membaca, ataupun melakukan seluruh kemampuan telah diperoleh selama ini. Individu pun tetap memiliki kapasitas atau kemampuan untuk mempelajari berbagai informasi baru. Episode amnesia dapat berlangsung hanya beberapa jam, namun dapat pula bertahun-tahun. Gangguan ini dapat menghilang tiba-tiba sama seperti ketika dia muncul dan individu akan sembuh sepenuhnya dengan kemungkinan kambuh relatif kecil (Fausiah dan Widury, 2005: 42-43).

D. Penelitian Relevan

Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini dikemukakan dengan tujuan untuk menghindari duplikasi dan membuktikan bahwa topik yang diteliti belum pernah dilakukan peneliti lain dalam konteks yang sama.

Kajian Psikologis tokoh-tokoh dalam novel sudah pernah dilakukan. Kajian tersebut antara lain dilakukan oleh Haryanto (2007) dengan penelitiannya yang berjudul “Gangguan kejiwaan Skizofrenia pada tokoh utama dalam novel *Skizofreniaisme* karya Dadang Rusbiantoro” dan Nirasari dengan penelitiannya yang

berjudul “Penyimpangan Kejiwaan Tokoh dalam novel *Pintu Terlarang* karya Sekar Ayu Asmara.”

Penelitian yang dilakukan oleh Haryanto mefokuskan pada wujud gangguan kejiwaan skizofrenia pada tokoh, faktor penyebab yang dialami tokoh utama dalam novel *Skizofreniaisme*. Teori yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah teori psikologi abnormal. Hasil penelitian menunjukkan tokoh utama yang bernama Sutrisna menderita gangguan kejiwaan *skizofrenia* tipe kabur (*undifferentiated*) yang berwujud halusinasi visual dan auditoris, delusi perkusi, pembicaraan kacau, menyendiri, kehilangan minat melakukan berbagai hal, kurang merawat diri, tertawa dan menangis tanpa sebab.

Faktor yang menyebabkan tokoh utama menderita *skizofrenia* adalah faktor genetik, hubungan dengan orang tua yang tidak harmonis dan hubungan antar orang tua juga tidak harmonis. Pengarang menggambarkan gangguan kejiwaan skizofrenia tokoh utama menggunakan metode dramatis yaitu dengan teknik cakapan, teknik arus kesadaran, teknik perbuatan tokoh, teknik pandangan tokoh lain, pelukisan latar tempat dan pelukisan latar sosial.

Penelitian Nirasari (2007) memfokuskan pada bentuk penyimpangan kejiwaan tokoh, faktor penyebab dan elemen struktural yang digunakan oleh pengarang untuk menggambarkan penyimpangan kejiwaan tokoh dalam novel *Pintu Terlarang*. Analisis tersebut juga memanfaatkan teori psikologi abnormal. Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa tokoh-tokoh di dalam novel *Pintu Terlarang* mengalami kejiwaan yang sangat berat.

Penyimpangann kejiwaan tersebut berupa atau berbentuk psikopat, adulteri, halusinasi, kepribadian kompulsif, depresi, phobia, suicide, autisme, dan amnesia. Faktor penyebab terjadinya penyimpangan kejiwaan yaitu faktor psikososial, balas dendam, pengalaman traumatis, pelarian diri, ketakutan psikoseksual abnormal, dan anomali kepribadian. Pada novel *Pintu Terlarang*, pengarang juga menggunakan elemen struktural untuk membantu mendeskripsikan dan menjelaskan bentuk dan faktor penyebab penyimpangan kejiwaan tokoh. Elemen struktural yang digunakan pengarang yaitu penokohan, plot, sudut pandang, dan latar.

Kedua penelitian tersebut mempunyai relevansi dengan penelitian ini, yaitu sama-sama menganalisis novel dengan menggunakan pendekatan psikologi abnormal. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan Haryanto dan Nirasari, penelitian ini akan meneliti trauma kejiwaan tokoh utama yaitu Anita yang mengalami mimpi berulang dan hidup dalam dua dunia. Perbedaan gangguan kejiwaan yang dialami tokoh Anita di masa lalu yang belum pernah dibahas inilah yang menjadikan novel *Dream* diteliti dalam penelitian ini.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Subjek Penelitian dan Fokus Penelitian

Penelitian ini termasuk penelitian kualitatif dan jenis penelitian pustaka. Subjek dalam penelitian ini adalah novel *Dream* karya Joannes Rhino. Novel *Dream* terdiri dari 252 halaman, diterbitkan oleh Dastan Books tahun 2008. Keseluruhan sumber data diambil dari novel tersebut karena penelitian ini hanya membahas tokoh utama dalam novel tersebut.

Fokus penelitian ini adalah hal yang melekat pada tokoh utama di tinjau dari psikologi sastra. Unsur psikologi dijadikan pusat permasalahan dalam novel *Dream*. Dengan demikian penelitian ini akan mengungkap hal-hal yang berkaitan dengan psikologis tokoh utama, yaitu; (1) wujud trauma kejiwaan dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino, (2) respon umum terhadap trauma yang dialami tokoh utama dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino, (3) teknik pengarang menggambarkan trauma kejiwaan pada tokoh utama novel *Dream* karya Joannes Rhino.

B. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik baca dan catat. Adapun langkah-langkah yang dilakukan dalam teknik baca dan catat sebagai berikut.

1. Pembacaan secara keseluruhan novel *Dream* dengan tujuan untuk mengetahui identifikasi secara umum.
2. Pembacaan secara cermat yang disertai dengan kegiatan menganalisis kalimat, paragraf, dialog maupun monolog yang mengandung unsur-unsur trauma kejiwaan.
3. Pencatatan nukilan-nukilan data hasil pembacaan ke dalam kartu data yang berbentuk kutipan langsung tanpa perubahan dari novel.
4. Pendeskripsian semua data yang diperoleh dari langkah-langkah di atas ke dalam bentuk tabel.

Kegiatan membaca dengan pencatatan melalui kartu data inilah yang menjadi alat pengumpul data yang digunakan untuk menyimpan data yang berkaitan dengan tujuan penelitian. Data-data itu berupa konteks kalimat, paragraf, dialog maupun monolog yang terdapat dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino.

C. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah peneliti sendiri, yaitu peneliti sebagai pelaku seluruh kegiatan penelitian. Peneliti sendiri yang berperan dalam perencanaan sampai melaporkan hasilnya. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan suatu alat bantu berupa kartu data dan komputer. Kartu data dan komputer digunakan untuk mencatat sejumlah informasi penting yang akan dianalisis baik berasal dari teks sastra maupun di luar teks sastra yang berhubungan dengan persoalan yang sedang diteliti.

D. Teknik Analisis Data

Penelitian ini teknik analisis data yang digunakan adalah kualitatif. Teknik analisis data tersebut, yaitu: 1) Perbandingan data yaitu kegiatan yang dilakukan dengan cara membandingkan data verbal yang ada dalam novel baik berupa frase, kalimat, paragraf, atau wacana, 2) Kategorisasi yakni kegiatan yang dilakukan dengan cara mengelompokkan data sesuai dengan ciri-ciri tertentu yang dimiliki, 3) Penyajian data yakni teknik dalam penyajian data dengan bentuk table yang di dalamnya baris data-data kategorisasi dan frekuensi kemunculan, dan 4) Inferensi data yakni memaknai, menyimpulkan, dan membandingkan data-data yang ditemukan dalam novel dengan data psikoanalisis yang mendukung.

Teknik tersebut dikonkretkan dengan metode kajian psikologi sastra sebagai berikut.

1. Mendeskripsikan wujud trauma kejiwaan dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino.
2. Mendeskripsikan respon umum terhadap trauma yang dialami tokoh utama dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino.
3. Mendeskripsikan teknik pengarang menggambarkan trauma kejiwaan pada tokoh utama novel *Dream* karya Joannes Rhino.

E. Validitas Data dan Reliabilitas Data

1. Validitas Referensial

Penafsiran terhadap data-data penelitian dilakukan dengan mengamati dan mempertimbangkan konteks wacana yang mempunyai makna sesuai dengan

psikologis tokoh utama dan rujukan-rujukan yang memadai untuk permasalahan yang diteliti dengan cara pengamatan langsung melalui pembacaan buku-buku, majalah, media massa.

2. Reliabilitas Interater

Pengamatan dan pembacaan berulang-ulang agar diperoleh data dengan hasil yang konstan berserta inferensi-inferensinya. Selain itu, digunakan realibilitas interater atau persetujuan antar pengamat serta menggunakan observer mengenai objek yang sama. Persetujuan dilakukan terutama untuk kasus-kasus yang meragukan dan memerlukan pertimbangan. Reabilitas ini dilakukan dengan cara berdiskusi dengan kedua dosen pembimbing yaitu Dr. Anwar Efendi, M.Si dan Dr. Nurhadi, S.Pd. M.Hum.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini disajikan hasil penelitian dan pembahasan dari novel *Dream* karya Joannes Rhino. Hasil penelitian tentang trauma kejiwaan dalam novel *Dream* ini, menggunakan psikologi abnormal yang ditampilkan dalam bentuk tabel. Pembahasan terhadap hasil penelitian disesuaikan dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian.

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian mengenai trauma kejiwaan dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino disajikan dalam tiga bagian permasalahan, meliputi: (1) wujud trauma kejiwaan dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino, (2) respon umum terhadap trauma yang dialami tokoh utama dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino, (3) teknik pengarang menggambarkan trauma kejiwaan pada tokoh utama novel *Dream* karya Joannes Rhino. Hasil penelitian yang ada selanjutnya ditampilkan dalam bentuk tabel, yang terdiri dari tiga tabel yang mencakup: (1) tabel wujud trauma kejiwaan dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino, (2) tabel respon umum terhadap trauma yang dialami tokoh utama dalam novel *Dream* karya Joannes Rhino, (3) tabel teknik pengarang menggambarkan trauma kejiwaan pada tokoh utama novel *Dream* karya Joannes Rhino. Hasil penelitian tersebut dideskripsikan dalam bab pembahasan, sedangkan keterangan data selengkapnya terdapat dalam lampiran.

1. Wujud Trauma Kejiwaan pada Tokoh Utama dalam Novel *Dream* karya Joannes Rhino

Wujud trauma kejiwaan yang terdapat dalam novel *Dream* dapat diklasifikasikan sebagai berikut, (1) PTSD meliputi (a) ingatan yang mengganggu, (b) selalu menghindar, (c) muncul gangguan fisik (reaksi tubuh), (2) gangguan ingatan meliputi (a) amnesia, (b) *jamais vu*. Tabel ini dirujuk dari data mengenai wujud trauma kejiwaan pada tokoh utama.

Tabel 1: Wujud Trauma Kejiwaan pada Anita, Tokoh Utama dalam Novel *Dream* karya Joannes Rhino

No	Wujud Trauma	Varian	Jumlah Data
1	<i>Post-Traumatic Stress Disorder</i> (PTSD) atau Gangguan Stress Pascatrauma	a. Mengingat kembali kejadian traumatik	5
		b. Penghindaran	3
		c. Muncul gangguan fisik	7
2	Gangguan Ingatan	a. Amnesia	11
		b. <i>Jamais Vu</i> (Penyangkalan Ingatan)	4

Berdasarkan tabel 1, dapat dilihat bahwa wujud trauma kejiwaan pada Anita terdiri dari dua wujud yaitu PTSD dan gangguan ingatan. PTSD terbagi menjadi tiga varian yaitu mengingat kembali kejadian traumatik, selalu menghindar, dan muncul gangguan fisik. Anita mengingat kembali kejadian traumatiknya melalui mimpi berkelanjutan yang secara tidak disadarinya sebagai masa lalunya. Sehingga Anita mempunyai dua kehidupan yaitu nyata dan mimpi, namun Anita tidak dapat membedakannya karena mengalami amnesia. Amnesia dan juga trauma yang dihadapi Anita membuatnya selalu menghindar untuk memiliki hubungan dengan orang-orang disekelilingnya. Oleh karena itu, Anita hanya memiliki beberapa teman.

Anita akan mengalami gangguan fisik berupa teriakan-teriakan di dalam kepalanya jika melihat benda yang berhubungan dengan masa lalunya.

Pada gangguan ingatan terbagi menjadi dua varian yaitu amnesia dan *jamaïs vu*. Amnesia yang dialami Anita menyebabkannya tidak mengetahui bahwa kehidupan mimpinya selama ini adalah masa lalunya. Mimpi berkelanjutan yang dialami Anita adalah salah satu varian traumatik yang terpendam di dalam dirinya. Varian traumatik yang lain yaitu Anita menyangkal ingatannya sendiri atau mengalami gangguan ingatan *jamaïs vu*. Anita menyangkal ingatannya saat dihadapkan dengan benda-benda dari masa lalunya.

2. Respon Umum terhadap Trauma yang Dialami oleh Tokoh Utama dalam Novel *Dream* Karya Joannes Rhino

Respon umum terhadap trauma yang dialami oleh tokoh utama dalam novel *Dream* dapat diklasifikasikan sebagai berikut, (1) respon emosional, (2) respon kognitif atau pikiran, (3) respon perilaku, dan (4) respon fisiologis atau fisik . Tabel ini dirujuk dari data mengenai respon umum terhadap trauma yang dialami oleh tokoh utama.

Tabel 2: Respon Umum terhadap Trauma yang Dialami oleh Anita, Tokoh Utama dalam Novel *Dream* Karya Joannes Rhino

No	Respon Trauma	Wujud	Jumlah Data
1	Respon Emosional	a. Kecemasan yang akut	15
		b. Kesedihan yang berlarut-larut	7
		c. Depresi	7
2	Respon Kognitif	a. Menyalahkan diri sendiri	4
		b. Merasa sendirian dan sepi	1
		c. Merasa tidak pasti	12
		d. Kesulitan berkonsentrasi	3
3	Respon Perilaku	a. Mengisolasi diri dari orang lain	2
		b. Mengonsumsi rokok	1
		c. Sulit percaya kepada orang lain	4
4	Respon Fisiologis atau Fisik	Sakit kepala	3

Berdasarkan tabel 2, dapat dilihat bahwa respon umum terhadap trauma yang dialami Anita yang paling dominan, yaitu respon emosional yang berwujud Kecemasan yang akut, kesedihan yang berlarut-larut, dan depresi. Dominan respon yang muncul kedua yaitu respon kognitif atau pikiran berwujud, menyalahkan diri sendiri, merasa sendirian dan sepi, merasa tidak pasti, dan kesulitan berkonsentrasi. Anita mengalami respon perilaku berwujud mengisolasi diri dari orang lain, mengonsumsi rokok, dan sulit percaya kepada orang lain. Disaat trauma Anita muncul, tokoh Anita akan mengonsumsi rokok dan akibat traumanya itu Anita semakin mengisolasi diri dari orang lain. Anita mengalami sakit kepala yang hebat jika teringat dengan traumanya, respon ini disebut respon fisiologis atau fisik.

3. Teknik Pengarang Menggambarkan Trauma Kejiwaan pada Tokoh Utama Novel *Dream* karya Joannes Rhino

Pengarang menggambarkan trauma kejiwaan pada tokoh utama dalam novel *Dream* melalui penokohan berupa metode analitik dan metode dramatis. Metode dramatis terbagi menjadi (a) teknik cakapan, (b) teknik arus kesadaran, (c) teknik perbuatan tokoh, (d) teknik pandangan orang lain, (e) teknik pikiran tokoh, (f) teknik pelukisan perasaan tokoh, dan (g) pelukisan latar tempat. Tabel ini dirujuk dari data mengenai teknik pengarang menggambarkan tokoh utama mengalami trauma kejiwaan.

Tabel 3: Teknik Pengarang Menggambarkan Trauma Kejiwaan pada Anita, Tokoh Utama Novel *Dream* karya Joannes Rhino

No	Teknik Penggambaran Trauma	Varian	Deskripsi	Jumlah data
1	Metode Analitik		Teknik penggambaran secara langsung oleh pengarang, untuk menggambarkan trauma kejiwaan yang dialami Anita	10
2	Metode Dramatis	a. Teknik cakapan	Teknik penggambaran trauma Anita dalam bentuk duolog dan dialog	16
		b. Teknik arus kesadaran	Cara penceritaan untuk mengungkap perkembangan karakter Anita	3
		c. Teknik perbuatan tokoh	Penggambaran trauma Anita dapat terlihat dari perilaku dan perbuatannya	3
		d. Teknik pandangan tokoh lain	Karakter Anita juga dapat dilihat dari pandangan tokoh lain	22
		e. Teknik pikiran tokoh	Pikiran Anita menggambarkan trauma yang dialaminya	24
		f. Teknik pelukisan perasaan tokoh	Perkembangan karakter Anita melalui teknik pelukisan perasaannya	26
		g. Pelukisan latar tempat	Latar tempat menunjukkan kehidupan Anita yang terbagi dua, kehidupan nyata dan mimpi	4

Dari tabel 3 mempresentasikan bahwa teknik penggambaran trauma pada diri Anita yang paling dominan yaitu teknik pelukisan perasaan tokoh. Teknik tersebut menggambarkan karakter Anita melalui perasaan Anita yang tergambar pada cara

penceritaan. Dominan kedua yang muncul yaitu teknik pikiran tokoh. Teknik ini menggambarkan pikiran Anita dalam menghadapi trauma yang dialaminya. Teknik pandangan dari tokoh lain juga banyak ditemui untuk menggambarkan karakter dan trauma Anita. Tokoh lain yaitu Dokter Teddy, Dokter Thomas, Nancy, Michael dan Alex yang membantu menggambarkan karakter Anita. Teknik cakapan juga membuat pembaca mengetahui karakter dan trauma yang dialami Anita. Adapun teknik arus kesadaran dan teknik perbuatan tokoh melengkapi pembaca mengetahui trauma kejiwaan Anita. Pelukisan latar tempat menunjukkan kehidupan Anita yang terbagi dua yakni kehidupan nyata dan mimpi, namun Anita tidak dapat membedakannya dikarenakan mengalami amnesia. Latar tempat berada di Jakarta dan Magelang.

Metode analitik atau langsung digambarkan oleh pengarang untuk menggambarkan trauma kejiwaan yang dialami Anita. Metode ini juga menggambarkan karakteristik Anita di dalam novel.

B. Pembahasan

1. Wujud Trauma Kejiwaan pada Tokoh Anita

a. *Post-traumatic Stress Disorder (PTSD)* atau Gangguan Stress Pascatrauma

PTSD terbagi menjadi tiga simptom utama yaitu mengingat kembali kejadian traumatik, penghindaran, dan muncul gangguan fisik. Ketiga simptom tersebut terdapat di dalam diri Anita.

1) Mengingat Kembali Kejadian Traumatik

Trauma yang dialami Anita berlanjut hingga menjadi *post-traumatic stress disorder* atau yang disingkat menjadi PTSD. Dalam PTSD terdapat tiga symptom utama, salah satunya yaitu ingatan yang mengganggu. Wujud ingatan yang mengganggu yaitu Anita mengalami mimpi berkelanjutan. Sehingga Anita mempunyai dua kehidupan yaitu kehidupan nyata dan mimpi. Namun, Anita kesulitan membedakan kehidupan nyata dan mimpinya. Hal itu dikarenakan semua orang di dua dunianya mengatakan bahwa mereka nyata. Berikut adalah kutipan mimpi berkesinambungan yang dialami oleh Anita.

“Saya juga tahu hal itu Dok. Tapi yang jadi masalahnya...mengapa mimpi saya ini terus berlanjut? Mengapa saya merasa seolah-olah ada orang lain dalam diri saya yang menjalani kehidupannya saat saya sedang tidur? Mengapa?” (Rhino, 2008: 37-38)

Di dalam kutipan tersebut, Anita merasa ada orang lain yang menjalani hidup saat dirinya tertidur. Sehingga di dalam mimpi ia menjadi orang yang berbeda dengan kenyataan. Anita menjalani dua kehidupan, yaitu mimpi dan kenyataan.

Anita menoleh ke arah Alex, masih berusaha setenang mungkin. “Lex, penyakitku ini tidak menyerang kondisi fisikku.”

“Lalu?”

“Ini menyerang ke otak. Aku mengidap penyakit kejiwaan, Lek.”

“Maksudmu... gila?” rasa terkejut Alex semakin menjadi-jadi, ditambah lagi rasa takut mulai ikut ambil bagian.

“Bukan.”

Alex menghela nafas lega saat mendengar jawaban itu.

“Aku hanya merasa seperti sedang menjalani dua kehidupan saat ini,” lanjut Anita. “Di sini dan di dunia mimpiku.” (Rhino, 2008: 176)

Anita yang tengah dekat dengan seorang pria di Magelang yaitu Alex. Anita memilih menceritakan penyakitnya kepada Alex dan berharap Alex dapat

memaklumi dan tidak meninggalkan dirinya. Namun tetap saja kedua kehidupannya berlanjut dan Anita belum bisa membedakan yang mana kehidupan nyata atau mimpinya.

Mimpi-mimpinya masih belum menunjukkan tanda-tanda akan berakhir. Lantas, ia menutup wajahnya dengan kedua tangan, lalu berteriak sekuat tenaga dalam hatinya, meneriakkan mengapa masalah-masalah dalam hidupnya tidak mudah dipecahkan. (Rhino, 2008: 193)

Karena mimpinya terus berlanjut dan Anita tak kunjung mengetahui kehidupan nyatanya maka Anita kemudian berkonsultasi ke psikiater di dua dunianya, yaitu Dokter Teddy di Magelang dan Dokter Thomas di Jakarta.

“Bagaimana jika saat ini adalah mimpi dan saya sedang terperangkap di dalamnya, mencoba mencari jalan kembali ke dunia nyata?”

Pernyataan Anita itu membuat Dokter Teddy terbisu. Lantas ia kembali mengelus-elus dahinya, memaksa otaknya untuk berpikir lebih keras lagi. Berselang cukup lama, ia berkata, “Yang sedang terjadi dalam diri Anda ini adalah semacam gangguan otak, yang dinamakan stress pascatrauma. Biasanya gejala utamanya adalah menghidupkan kembali kenangan ke dalam mimpi.” (Rhino, 2008: 216-217)

Dari kutipan tersebut dapat diketahui bahwa Anita mengalami stress pascatrauma dan gejala utamanya yaitu menghidupkan kembali kenangan di dalam mimpi. Namun, dalam kasus Anita, ia tidak dapat membedakan kehidupan nyata atau mimpinya.

2) Penghindaran

Simptom PTSD yang kedua yaitu selalu menghindar. Seseorang yang mengalami trauma bahkan sampai menjadi PTSD seringkali menghindar untuk kembali ke tempat trauma atau menolak berinteraksi dengan orang. Dalam novel

Dream, Anita digambarkan tidak banyak berinteraksi dengan orang. Hanya satu dua orang yang berinteraksi aktif dengan Anita, bahkan di dua dunianya Anita hanya memiliki satu dua teman.

“Kau selalu begitu, Ta. Selalu mencari-cari alasan untuk menunda pembicaraan ini. Ada apa denganmu, Ta? Mengapa kau selalu membatasi diri dengan orang-orang disekelilingmu, seolah-olah kau mempunyai kehidupan lain yang kau tak ingin orang lain tahu? Ada apa sebenarnya, Ta? Katakanlah padaku?” (Rhino, 2008: 114-115)

Dari kutipan di atas, tokoh Michael merasa bahwa Anita menutupi sesuatu dan membatasi interaksi dengan banyak orang. Anita belum memberitahu Michael tentang trauma yang dialaminya dan tentang kehidupannya yang berada di dua dunia. Si satu sisi Anita ingin menceritakan keadaannya namun di sisi lain Anita merasa malu dan takut Michael menjauhinya apabila Michael mengetahui penyakitnya. Pada akhirnya Anita memilih menceritakan penyakitnya kepada Michael. Michael pun membantu Anita menjalani dua kehidupannya.

3) Muncul Gangguan Fisik

Simpom atau gejala yang terakhir yaitu munculnya gangguan fisik. Gangguan fisik yang dialami Anita berwujud teriakan-teriakan yang ada di kepala Anita setiap mengingat trauma yang dialaminya.

Pening dikepalanya semakin menjadi-jadi, karena dipenuhi dengan teriakan-teriakan liar yang entah dari mana asalnya. (Rhino, 2008: 93)

Teriakan-teriakan tersebut muncul karena Anita belum dapat membedakan antara kehidupan nyata dan mimpi. Trauma yang dialami Anita menyebabkan dirinya terperangkap dalam dua dunia.

Ia menatap langit-langit ruangan kamarnya sambil bertanya-tanya dalam hati berapa lama dirinya telah terbaring di atas ranjang tempat tidurnya itu, ia malah merasa kepalanya seakan-akan penuh dengan teriakan-teriakan mengerikan yang terperangkap di dalamnya, yang ingin loncat keluar. (Rhino, 2008: 205)

Dari kutipan di atas, tokoh Anita jatuh sakit akibat terlalu banyak beban pikiran yang menghinggapi otaknya. Tubuh Anita tidak kuat menahan begitu banyak pikiran karena memikirkan kehidupannya yang sebenarnya. Tokoh Anita merasa mendengar begitu banyak teriakan-teriakan mengerikan yang terperangkap di dalam kepalanya. Teriakan-teriakan tersebut seakan ingin meloncat keluar dari kepala tokoh Anita.

b. Gangguan Ingatan

Gangguan ingatan yang dialami Anita meliputi amnesia dan *jamais vu*. Adapun gangguan amnesia dan *jamais vu* yang dialami Anita adalah sebagai berikut.

1) Amnesia

Trauma yang dialami Anita juga menyebabkan Anita mengalami amnesia. Individu yang mengalami amnesia dapat secara mendadak kehilangan kemampuan untuk mengingat kembali informasi tentang dirinya ataupun berbagai informasi yang sebelumnya telah ada dalam memori. Biasanya hal ini terjadi sesudah peristiwa yang menekan seperti misalnya menyaksikan kematian seseorang yang dicintai. Informasi yang hilang atau tidak mampu diingat oleh individu biasanya menyangkut peristiwa yang traumatik dan menekan yang terjadi dalam kehidupan individu (Fausiah dan Widury, 2005: 42-43).

Informasi yang hilang dari diri Anita mengenai kebakaran yang telah merenggut nyawa kedua anak dan ibunya. Akibat dari trauma itu Anita tidak dapat mengingat tentang keluarganya, yang ia ingat hanyalah keluarganya yang ada di alam mimpi. Berikut dua kutipan yang menunjukkan Anita mengalami amnesia.

Anita ingin sekali menceritakan tentang keluarganya. Tapi sepertinya ia tak bisa mengingat apa pun tentang hal itu. Justru keluarga yang ia ingat adalah ibunya dan anak-anaknya yang hidup di dunia mimpinya, di kehidupannya yang lain. (Rhino, 2008: 113-114)

Amnesia yang dialami Anita yaitu amnesia psikologis yang bersifat retrograde. Amnesia ini bersifat retrograde yang berarti meliputi pengalaman sebelum dan sesudah peristiwa yang menyebabkan amnesia terjadi. Kutipan di bawah ini menunjukkan amnesia yang dialami Anita sudah lebih dari enam bulan dan Anita tidak dapat mengingat peristiwa sebelum dan sesudah trauma yang dialaminya.

“Iya, maksudku sudah berapa lama kau hilang ingatan seperti ini?”

“Umm... sekitar setengah tahunan.”

“Setengah tahun?” Michael membelalakan matanya. “Jadi selama itu kau tidak mengetahui di mana keberadaan orangtuamu?”

Anita menggeleng-geleng.

“Apa mereka tidak berusaha menghubungimu?”

Anita menghela nafas, “Tidak. Sepertinya mereka telah hilang begitu saja dari kehidupan ini.” (Rhino, 2008: 159-160)

Berdasarkan kutipan di atas, Anita tidak dapat mengingat keberadaan orang tuanya dan juga kehidupannya. Hilang ingatan atau amnesia yang dialami Anita akibat trauma kebakaran yang merenggut nyawa kedua anak dan ibunya. Rasa sedih yang berlarut-larut juga duka yang berkepanjangan membuat psikologis Anita

terguncang. Anita lantas memilih ‘melupakan’ masa lalunya dan memendam kesedihannya sendiri.

2) *Jamais Vu*

Jamais vu yaitu gangguan ingatan yang membuat penderitanya seperti belum pernah melihat sesuatu, padahal sudah pernah. Penyangkalan ingatan. (Baihaqi, 2007:84). Anita mengalami penyangkalan ingatan karena belum mau menerima jika kedua anak dan ibunya sudah meninggalkan dirinya. Saat Michael menyodorkan sebuah kotak yang berisi kenangan masa lalunya, Anita mulai menyangkal ingatannya, seperti yang terlihat dalam kutipan di bawah ini.

Barang-barang ini ada dalam mimpiku, pikirnya. Apakah saat ini aku masih bermimpi? Tapi mengapa ada Michael di sini? “Dunia yang sebenarnya akan menghilang... kau tidak akan lagi mempunyai mimpi... kau sudah berada di dalamnya.” Kata-kata itu seakan muncul begitu saja dalam kepalanya. Apakah dunia mimpiku sudah mulai menyatu dengan dunia nyata? Pikirnya lagi. Di manakah aku saat ini? (Rhino, 2008: 211-212)

Jamais vu atau penyangkalan ingatan yang lain dapat dilihat dari kutipan di bawah ini. Anita menyangkal keberadaan kotak yang berada di depannya. Anita tidak memilih menyangkal kenyataan karena ia tidak siap menerima kenyataan bahwa keberadaan kedua anak dan ibunya hanyalah mimpi belaka.

Anita mengeleng-geleng. Telinganya berdengung keras, berisi teriakan-teriakan yang tak jelas apa artinya. *Semuanya salah! Teriaknya dalam hati. Kotak ini tak seharusnya ada di sini!* (Rhino, 2008: 223)

Tokoh Anita terus menyangkal keberadaan kotak yang ia temui dimimpinya yang ternyata berada di dunia yang lain. Kotak tersebut di temukan tokoh Michael saat Michael mendampingi Anita yang sedang sakit. Namun, Anita masih saja menyangkal ingatannya karena belum menerima kenyataan hidupnya.

Di dalam kotak tersebut berisi foto anak-anak Anita, Ami dan Sarah, buku harian, dan juga kalung kedua anaknya. Anita mengambil kedua kalung anaknya sebagai kenang-kenangan dan menaruhnya di dalam kotak di bawah kolong tempat tidurnya. Tokoh Anita berharap melupakan kenangan pahit tentang kehilangan keluarganya. Namun, saking kuatnya melupa tokoh Anita mengalami amnesia dan bermimpi tentang masa lalunya yang membuatnya tersiksa.

2. Respon Umum Terhadap Trauma yang dialami oleh Anita

a. Respon Emosional

Seseorang yang mengalami trauma akan menunjukkan respon-respon yang berkaitan dengan emosional, kognitif, perilaku maupun fisiologis. Respon emosional yang dialami Anita dalam novel *Dream* meliputi (1) kecemasan yang akut, (2) kesedihan yang berlarut-larut, dan (3) depresi.

1) Kecemasan yang Akut

Tokoh Anita mengalami kecemasan yang akut mengenai hal-hal kecil. Kecemasan tersebut dipicu akibat trauma yang ada di dalam diri tokoh Anita. Tokoh Anita mengalami trauma sesudah kematian kedua anak dan ibunya, trauma tersebut disebut juga trauma interpersonal. Trauma interpersonal melibatkan perasaan penderita karena melibatkan diri penderita atau orang-orang dekat penderita sebagai korban, pelaku atau saksi mata. Semenjak trauma yang dialaminya, tokoh Anita sering mencemaskan sesuatu secara berlebihan. Cemas yang berlebihan membuat Anita merasa gelisah, takut, dan khawatir dalam menjalani kehidupannya. Seperti

halnya ketika Anita terlalu mencemaskan pekerjaannya agar selesai tepat waktu. Hal itu dapat dilihat dalam kutipan di bawah ini.

“Belakangan ini pekerjaanku selalu menumpuk. Aku hampir tak mempunyai waktu untuk keluar ruangan,” balas Anita sambil memijit-mijit kepalanya yang pusing akibat terlalu banyak melihat angka-angka. Michael mendekatkan badannya pada Anita. “Jangan terlalu serius dengan apa pun yang kau kerjakan, santailah sedikit.”
 “Bagaimana bisa santai, aku sedang dikejar *deadline*.” (Rhino, 2008: 16)

Tekanan pekerjaan yang begitu padat dan juga adanya trauma di masa lalu membuat Anita bekerja lebih keras. Akibatnya Anita dirundung kecemasan yang akut saat berhadapan dengan pekerjaannya. Michael, teman dekat sekaligus atasan Anita menyarankan agar beristirahat sejenak dari pekerjaannya. Namun, Anita menolak karena melihat pekerjaannya yang masih menumpuk dan dirinya sedang dikejar *deadline*. Bahkan ketika Michael mengajaknya untuk berlibur sejenak dari rutinitas kantor, Anita lebih mementingkan pekerjaannya agar berkas-berkas di mejanya tidak terbengkalai.

“Umm... aku mempunyai rencana untuk mengajakmu ke suatu tempat.”

Anita menunduk menatap makanannya, berusaha menghindari kontak mata dengan Michael. “Sepertinya aku tidak bisa, Mike. Masih ada banyak berkas yang harus kuselesaikan.”

“Bekerja, selalu saja bekerja,” gerutu Michael. “Apa tidak ada hal lain lagi dalam pikiranmu, Ta?” (Rhino, 2008: 182-183)

Kecemasan inilah yang membuat Anita mengalami mimpi berkelanjutan. Dirinya bermimpi hidup sebagai ibu dengan dua orang anak dan tinggal satu kota dengan ibunya. Mimpi itu terus berlanjut setiap kali Anita terlelap dalam tidurnya.

Hal tersebut mengakibatkan Anita kebingungan dan merasa takut saat akan berangkat tidur.

Setiap malam, sebelum tidur, Anita selalu merasakan ketakutan yang begitu dalam. Dan perasaan itu benar-benar menghantuinya. Apakah itu hanyalah gumpalan rasa takut sesaat sebagai pengantar tidur, atau rasa sakit di hati bila menyadari besok dirinya terbangun di tempat lain? Mungkin kedua-duanya. (Rhino, 2008: 107)

Rasa takut yang berawal dari kecemasan terus berlanjut sehingga muncul dalam bentuk mimpi yang berkepanjangan. Anita mulai bimbang dan merasa apa pun yang dilihatnya tidak nyata. Hingga Michael menyadari keanehan dalam diri Anita.

“Kau kenapa? Kau terlihat.... Aneh.”

Aneh? Tanya Anita pada dirinya sendiri. Kata itu terdengar kurang tepat baginya. Perasaan takutlah yang sedang ia rasakan. Ia takut semua hal yang dilihatnya saat itu tidak benar-benar nyata. (Rhino, 2008: 57)

Dari kutipan di atas, terlihat tokoh Anita memiliki perasaan takut akan kehidupannya. Tokoh Anita takut jika apa yang dilihatnya tidak benar-benar nyata atau hanya sebatas mimpi. Namun sikap Anita yang terlihat oleh tokoh Michael adalah sikap dan tingkah laku tokoh Anita yang aneh. Hal tersebut terjadi di saat tokoh Michael dan Anita sedang makan malam di sebuah restoran yang mewah. Tokoh Anita terus memandang sekeliling untuk memastikan apakah ada keanehan di restoran itu. Di mata Anita restoran tersebut terlihat sangat mewah dan berlebihan untuk sebuah kenyataan. Tokoh Anita kemudian memejamkan dan membuka mata berulang kali, berharap tidak ada satu pun yang berubah. Jika ada yang berubah maka tokoh Anita semakin yakin jika yang dilihatnya hanyalah mimpi, namun ternyata setelah berulang kali memejamkan mata tidak ada satu pun yang berubah.

2) Kesedihan yang Berlarut-larut

Awal dari trauma yang dialami Anita adalah ketika ia ditinggalkan oleh kedua anak dan ibunya saat tinggal di Magelang. Sebelumnya tokoh Anita sudah mengalami kesedihan ketika ditinggal oleh suaminya karena penyakit kanker. Sehingga kesedihan yang berkepanjangan serta berlarut-larut terus dirasakan oleh tokoh Anita. Akibat kesedihan yang berlarut-larut itulah Anita mengalami amnesia, dan memulai kehidupan baru sebagai wanita karier di Jakarta. Namun, kemudian Anita mengalami mimpi berkelanjutan yang sebenarnya adalah tentang kehidupan masa lalunya, namun ia tidak menyadarinya karena mengalami amnesia.

Anita mempunyai dua kehidupan yaitu nyata dan mimpi. Kehidupan di Jakarta sebagai wanita karier yang sukses dan di Magelang sebagai ibu dengan dua orang anak. Anita merasa terombang-ambing dalam ketidakpastian tentang kehidupan nyatanya, maka tokoh Anita menjalani terapi kejiwaan bersama seorang psikiater di kedua kehidupannya.

“Anda harus berhenti berlari. Anda harus mulai bisa menerima kenyataan, sepahit apapun kenyataan itu. Dan anda juga harus segera keluar dari dunia mimpi Anda itu, sebelum Anda menemukan kehidupan yang baru di sana.”
(Rhino, 2008: 69)

Dokter Teddy, psikiater Anita di Magelang mengatakan bahwa adanya mimpi tersebut karena Anita belum mampu menerima kenyataan bahwa suaminya sudah tiada dan juga Anita tidak mau untuk segera keluar dari dunia mimpinya tentang dirinya yang menjadi wanita karier di Jakarta.

“Saat ini Anda mungkin masih berpikir bahwa Anda sudah merasakan kebahagiaan, karena Anda masih memiliki orang-orang yang Anda cintai di sekeliling Anda. Tapi sebenarnya Anda masih belum bisa menerima kenyataan bahwa suami Anda tidak masuk di dalam kebahagiaan yang Anda rasakan itu. Dan dari situlah mimpi ikut ambil bagian dalam hidup Anda.” (Rhino, 2008: 67)

Seperti terlihat dari kutipan di atas, bahwa Anita belum bisa menerima kenyataan bahwa suaminya sudah meninggal. Karena ketiadaan suaminya yang berarti banyak, sehingga Anita mulai mencari kebahagiaan dari mimpinya.

3) Depresi

Dari kedua respon emosional diatas yaitu kecemasan yang akut dan kesedihan yang berlarut-larut, tak pelak membuat Anita mengalami depresi. Depresi sendiri dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) berarti suatu kondisi emosi yang bersifat patologis, yang berimbas pada kondisi hilangnya semangat dan harapan yang disertai penurunan umum dari psikofisik.

Anita telah berusaha sebisanya untuk menimbulkan perasaan nyaman saat menjalani aktivitasnya sehari-hari. Ia bahkan juga sudah berusaha menikmati semua tekanan yang ada. Tapi semua usahanya itu justru malah semakin menjauhkannya dari sebuah kehidupan yang ia ingini. (Rhino, 2008: 44-45)

Dari kutipan di atas, terlihat tokoh Anita berusaha agar merasa nyaman saat menjalani rutinitas sehari-hari setelah mengalami trauma. Namun, karena adanya tekanan dalam pekerjaan dan kehidupan yang monoton sehingga membuat Anita mengalami kecemasan yang akut yang mempengaruhi kehidupannya. Hingga akhirnya Anita memutuskan untuk berkonsultasi dengan seorang psikiater agar dapat menyembuhkan penyakitnya. Anita berkonsultasi dengan seorang psikiater yang

bernama Dokter Thomas. Dipertemuan ketiga setelah dua minggu berkonsultasi, Dokter Thomas memberikan diagnosis tentang mimpi berlanjut yang dialami Anita.

“hmm... di pertemuan lalu kau sudah menjelaskan semuanya tentang kehidupanmu di sini. Rutinitas-rutinitas yang membosankan, pekerjaan yang selalu menumpuk, kejenuhanmu dalam menjalani semua itu. Mungkin kau ingin keluar tekanan-tekanan yang ada, tapi tidak bisa karena kau selalu merasa dikejar-kejar deadline. Mungkin juga kau sedang butuh kehidupan baru. Maka mimpi adalah jalan keluar yang tepat bagimu, di mana kau tidak perlu menunda pekerjaanmu dan juga sekaligus menikmati hidup yang santai dalam tidurmu.” (Rhino, 2008: 39)

Dokter Thomas memberikan penjelasan atas mimpi berkelanjutan yang dialami Anita. Mimpi itu hadir sebagai kompensasi atas rasa cemas yang berlebihan dan juga akibat trauma di masa lalunya. Rutinitas yang membosankan dan tekanan pekerjaan membuatnya memimpikan sesuatu yang berlawanan dengan kehidupannya sehari-hari. Kehidupan yang santai dan penuh dengan rasa cinta dari kedua anaknya.

b. Respon Kognitif atau Pikiran

Respon kognitif atau pikiran yang dialami Anita meliputi menyalahkan diri sendiri, merasa sendirian dan sepi, dan merasa tidak pasti. Berikut pembahasannya lebih lanjut.

1) Menyalahkan Diri Sendiri

Anita menyalahkan dirinya sendiri karena kebakaran yang merenggut kedua anak dan ibunya. Juga tentang rasa bersalahnya karena meninggalkan kedua anak dan ibunya. Hal itu bermula saat Anita pergi ke pasar untuk membeli perlengkapan Natal. Anita meninggalkan kedua anak dan ibunya di rumah karena mengira hanya pergi

sebentar. Namun, di saat ia kembali ke rumah, terjadi kebakaran hebat di lingkungan tempatnya tinggal. Rumahnya tak luput dari terjangan api yang kian membesar. Hingga kedua anak dan ibunya meninggal dalam kebakaran itu. Sejak itulah Anita mengalami trauma dan menyalahkan diri terus menerus. Berikut adalah kutipan percakapan Anita dengan Ibunya yang bertemu di alam mimpi.

Anita mencari kata-kata yang tepat untuk memulainya. Tapi tak ia temukan. Ia menunduk dan mulai menangis, “Oh... Ma, aku bersalah,” katanya terisak-isak. “Maafkan aku.”

Nancy membelai-belai rambut Anita. “Ini semua bukan salahmu.”

“Bagaimana tidak? Aku yang menciptakan semua ini.” Ia mengatur nafasnya. “Kau ingat, waktu itu aku pernah berjanji tidak akan meninggalkanmu, juga Ami dan Sarah. Tapi...” Anita tak mampu meneruskan kata-katanya lagi karena terasa sakit baginya untuk mengatakan hal itu. (Rhino, 2008: 231)

Rasa bersalah yang amat dalam kepada kedua anak dan ibunya sehingga menyebabkan Anita mengalami amnesia dan juga mimpi berkelanjutan tentang masa lalunya. Di alam mimpi ia menciptakan kembali kehidupan masa lalunya demi agar bisa bertemu kedua anak dan ibunya.

2) Merasa Sendirian dan Sepi

Kehilangan anggota keluarga dan trauma yang ada di dalam diri Anita, membuatnya merasakan sendirian dan kesepian. Ia kesepian ditengah rutinitas hidupnya yang baru sebagai wanita karier. Oleh karena itu ia menciptakan kehidupan mimpinya agar tidak merasa kesepian.

Malam itu Anita baru kembali dari rumah ibunya, mengantarkan Ami dan Sarah yang ingin menginap di sana hari itu. Ia berdiri di depan pintu utama rumahnya, memandang ke dalam ruangan yang gelap gulita. Tiba-tiba ia

merasakan kesepian yang luar biasa dari tempatnya berdiri. Kesendirian telah menyerangnya, tak luput pula kehampaan yang seperti melekat di setiap ruangan dalam rumahnya itu. (Rhino, 2008: 191)

Dari kutipan di atas, Anita merasa kesepian jika ditinggalkan kedua anaknya. Kecintaannya yang teramat sangat kepada kedua anaknya membuatnya merasakan kehampaan jika sendirian. Oleh karena itu mimpinya berlanjut dengan waktu yang relatif lama, yaitu enam bulan. Anita mendapatkan kebahagiaan dan dapat menempis rasa sepihnya lewat mimpi yang mempertemukannya dengan kedua anaknya.

3) Merasa Tidak Pasti

Anita mempunyai dua kehidupan, yaitu di Jakarta dan di Magelang, kehidupan mimpi dan nyata. Hal ini membuatnya merasa tidak pasti antara kehidupan nyata dan mimpinya. Konsultasi rutin yang dilakukannya di dua kehidupan belum juga membuahkan hasil. Anita masih merasakan ketidakpastian tentang kenyataan hidupnya. Seperti yang terlihat dalam kutipan berikut, “Iya Dok, yang saya rasakan sekarang nyata. Tapi nanti saya juga akan merasakan hal yang sama pula dalam mimpi saya.” (Rhino, 2008: 36)

Dari kutipan di atas, dapat diketahui bahwa tokoh Anita merasakan ketidakpastian dalam menjalani kehidupannya. Dalam dialog itu tersirat bahwa Anita tidak mempercayai Dokter Thomas yang berprofesi sebagai psikiater. Anita merasa tidak pasti dan bingung dengan kehidupan nyata dan mimpinya. Anita tidak bisa membedakan kehidupan nyata dan mimpi.

Apakah aku tak pernah ada di dalam hidup mereka? pikir Anita. Apakah aku sudah sebegitu transparannya hingga tak ada satu pun dari mereka yang

melihatku saat ini? Apakah aku ini hantu? Tiba-tiba ia teringat bahwa ia mempunyai kehidupan lain di dunia mimpinya. Bila benar demikian, berarti ini semua hanyalah mimpi dan aku adalah bagian dari mereka yang sebenarnya tidak pernah ada. (Rhino, 2008: 76)

Atas saran Dokter Thomas, Anita mulai mengamati sekelilingnya untuk mendapatkan jawaban atas kehidupan nyatanya. Saat sedang mengamati sekeliling dan mencoba tersenyum kepada orang-orang, Anita merasa tidak ada satupun yang membalas senyumnya dan merasa dirinya tak terlihat oleh mata manusia. Hal ini membuatnya kembali bimbang dan mempertanyakan kehidupannya.

4) Kesulitan Berkonsentrasi

Seseorang yang mengalami trauma biasanya setelah trauma menjadi kesulitan berkonsentrasi. Seperti halnya yang dialami Anita, ia mengalami kesulitan berkonsentrasi dalam membedakan kehidupan nyata dan mimpinya.

..., tapi bagaimana jika semua ini tidak nyata dan aku belum menyadarinya? Bagaimana jika sebenarnya saat ini aku sedang tidur, dan hanya menunggu waktu untuk terbangun dari mimpi ini? Ia tak lagi bisa memercayai pikirannya sendiri. (Rhino, 2008: 96)

Berdasarkan kutipan di atas, terlihat tokoh Anita tidak dapat membedakan antara kenyataan dan mimpinya. Sampai-sampai Anita berbicara dengan dirinya sendiri dan tidak lagi bisa memercayai pikirannya sendiri. Seperti halnya ketika Anita berkonsultasi dengan dokter Thomas perihal kesulitannya berkonsentrasi. Berikut kutipannya.

“Coba berikan gambaran pada saya bagaimana keadaan duniamu di sana, dunia yang menurutmu lebih nyata itu.”

“Umm... bagaimana ya?” Anita berusaha mengingat-ingat. “Saya tidak tahu bagaimana cara menggambarannya Dok. Tapi yang pasti di sana terlihat lebih masuk akal... dan terasa lebih nyata.”

“Kau bahkan tidak tahu bagaimana caranya menjelaskan keadaan di sana. Kenapa kau bisa bilang di sana lebih nyata?” Dokter Thomas membakar batangan rokoknya. (Rhino, 2008: 133)

Dari gambaran di atas, jelas terlihat bahwa tokoh Anita kesulitan menjelaskan keseluruhan gambaran di mimpinya namun tetap bersikeras bahwa alam mimpinya lebih nyata. Ketidakmampuan Anita dalam menjelaskan gambaran di dalam mimpinya adalah akibat dari kesulitannya berkonsentrasi dalam membedakan kenyataan dan mimpinya.

c. Respon Perilaku

1) Mengisolasi Diri dari Orang Lain

Respon perilaku dalam trauma adalah respon yang paling mudah terlihat. Misalnya saja perilaku menjaga jarak dengan orang lain atau mengisolasi diri dari orang lain. Hal ini disebabkan karena korban trauma takut menjalin kedekatan dengan orang lain. Jika nantinya terjalin hubungan atau kedekatan dengan orang lain, korban takut merasakan kembali pedihnya ditinggalkan oleh orang terdekat. Perilaku tersebut juga tercermin dalam perilaku Anita yang menutup diri di dalam dua dunianya, nyata dan mimpi. Dalam kedua dunia itu Anita hanya memiliki satu hingga dua teman yang dapat berkomunikasi dengannya.

Mungkin teman yang ia miliki saat itu hanya Michael dan Dokter Thomas, setidaknya hanya mereka yang masih sudi berkomunikasi aktif dengannya. (Rhino, 2008: 43)

Di Jakarta, Michael adalah atasan sekaligus teman yang dikenal Anita. Selain sosok Michael, Anita digambarkan tidak menjalin hubungan pertemanan dengan orang lain. Kesibukan pekerjaan yang padat membuatnya juga menjadi lebih sering mengisolasi diri dari orang lain. Sedangkan di Magelang, Anita mempunyai teman sesama pengajar bernama Alex. Berikut kutipannya,

Ia pun menyadari bahwa selama ini kehidupan sosialnya sangatlah terbatas. Ia tidak memiliki teman lain sesama pengajar selain dengan Alex. Maka, setelah pria itu hilang dari dunianya, ia merasa seperti terdampar di suatu pulau seorang diri. (Rhino, 2008: 192-193)

Sama halnya dengan keadaanya di Jakarta, di Magelang Anita juga hanya memiliki teman bernama Alex. Alex adalah teman sesama pengajar di tempat kedua anak Anita bersekolah. Awalnya kedekatan Anita dan Alex hanya sebatas teman, namun lambat laun menjadi dekat dan memasuki tahap percintaan. Anita berusaha jujur kepada Alex bahwa ia memiliki dua kehidupan, akan tetapi Alex tidak bisa menerima keadaan Anita. Hingga kemudian Alex tidak lagi berkomunikasi dengan Anita, saat itulah Anita menyadari bahwa kehidupan sosial yang dimilikinya sangatlah terbatas.

2) Mengonsumsi Rokok

Respon perilaku yang lain yang dialami Anita di dalam novel *Dream* yaitu mengonsumsi rokok. Anita mengonsumsi rokok jika trauma atau ketegangan mulai terasa. Hal itu terdapat pada kutipan di bawah ini,

Dokter Thomas meneguk cepat-cepat minuman sodanya, lalu mengeluarkan sebungkus rokok dari dalam saku kemejanya. “Apa kau keberatan?” tanyanya seraya menunjukkan batangan rokok yang terjepit di jari-jemarinya.

“Boleh saya minta satu?”

“Kau merokok juga?” tanya Dokter Thomas saat menyodorkan bungkus rokoknya kepada Anita.

“Tidak sering.” Anita mengambil sebatang rokok dari dalam bungkus itu. “Hanya untuk menghilangkan ketegangan saja.” (Rhino, 2008: 37)

Anita mulai merokok untuk menghilangkan ketegangan atau stress yang melanda dirinya. Perilaku Anita ini merupakan respon umum yang biasa terjadi ketika trauma. Respon perilaku adalah respon yang paling mudah terlihat dan terdeteksi ketika seseorang mengalami trauma.

3) Sulit Percaya Kepada Orang Lain

Respon kognitif atau pikiran setelah terjadinya trauma yang selanjutnya yaitu kesulitan Anita percaya kepada orang lain. Tokoh Anita menjaga jarak kepada orang-orang terdekatnya. Memilih untuk tidak memercayai mereka karena Anita takut kembali terluka apabila memercayai untuk kemudian ditinggalkan. Hingga ia mengalami mimpi berkelanjutan dan tidak lagi dapat membedakan kedua kehidupannya. Seperti yang terlihat dalam kutipan berikut.

Ia mengamati sekelilingnya sekali lagi berusaha menemukan bilamana ada keganjilan saat itu. Sebenarnya ia merasa sudah menemukannya. Dengan melihat suasana di restoran itu saja, sudah terasa aneh baginya. Tapi ia butuh melihat sesuatu yang benar-benar ganjil untuk meyakinkan bahwa saat itu sebenarnya dirinya sedang bermimpi. (Rhino, 2008: 57-58)

Saat itu, Anita sedang makan malam bersama Michael di sebuah restoran mewah. Anita ingin membuktikan bahwa kehidupannya saat itu adalah mimpi. Ia mengamati sekeliling restoran, di pikirannya restoran itu terlalu mewah dan hanya ada di dalam mimpi. Anita memilih menyakinkan dirinya bahwa apa yang dilihatnya

adalah mimpi semata, walaupun sebenarnya yang ia jalani adalah kenyataan.

Kemudian ia kembali berkonsultasi kepada psikiaternya yaitu Dokter Teddy,

“Jadi, bisa saya simpulkan bahwa sampai saat ini Anda masih meragukan keberadaan Anda di sini.”

“Sebenarnya saya tidak mau meragukan hal itu, Dok. Tapi saya merasa tertekan dengan semua orang yang selalu mengatakan pada saya bahwa mereka nyata. Saya benar-benar bingung, Dok. Saya tidak tahu lagi siapa yang harus saya percayai.”

“Saya nyata!” tegas Dokter Teddy dengan memberi tekanan di setiap kata. “Semua yang ada di sini nyata, bukan mimpi. Kau harus percaya hal itu.” (Rhino, 2008: 216)

Berdasarkan kutipan di atas, Anita masih saja belum dapat memercayai orang-orang terdekatnya. Ia berkonsultasi dengan dokter Teddy dan mengeluh bahwa setiap orang yang ada di dua kehidupannya mengatakan padanya bahwa mereka nyata. Anita merasa tertekan dari orang-orang (tokoh-tokoh) yang mengaku nyata padanya. Hal itu membuatnya semakin sulit memercayai orang-orang disekitarnya.

d. Respon Fisiologis atau Fisik

Anita mengalami sakit kepala setiap mengingat trauma yang dialaminya. Sakit kepala tersebut merupakan respon fisiologis atau fisik terhadap trauma. Hal tersebut dapat dilihat dalam kutipan di bawah ini.

Anita begitu sibuk mengaduk-aduk seluruh isi kotak sehingga tak lagi menyadari keberadaan Michael di ruangan itu. Matanya tercengang melihat apa yang ia lihat. Perasaannya mulai menegang, memaksa jantungnya berdetak liar. Teriakan-teriakan mengerikan itu pun singgah lagi dalam kepalanya dan menyiksanya kejam dengan rasa sakit yang begitu hebat. Anita berharap apa yang dilihatnya di dalam kotak itu tidak nyata. Ia berharap semua itu hanyalah ilusi matanya saja yang masih menjadi budak setia iblis-iblis kantuknya. (Rhino, 2008: 222)

Dari kutipan di atas Anita kembali melihat kotak yang berisi kenangan masa lalunya. Kotak itu mengingatkan Anita bahwa kedua anak dan ibunya sudah meninggal dan saat itu pula Anita mengalami sakit kepala yang hebat. Respon fisik tersebut terjadi karena Anita tidak atau belum menerima kenyataan bahwa orang-orang yang disayanginya sudah meninggalkan dirinya.

3. Teknik Pengarang Menggambarkan Trauma Kejiwaan pada Tokoh Anita

Dalam novel *Dream*, Joannes Rhino selaku pengarang menggunakan metode analitik dan metode dramatik untuk menggambarkan trauma kejiwaan pada tokoh utama. Teknik yang digunakan pengarang adalah sebagai berikut.

a. Metode Analitik

Teknik penggambaran secara langsung oleh pengarang, untuk menggambarkan trauma kejiwaan yang dialami Anita. Metode ini juga dipakai oleh pengarang untuk menunjukkan karakteristik Anita, berikut kutipannya.

Anita adalah seorang wanita langsing berambut hitam yang berumur tiga puluh lima tahun. Kulitnya berwarna coklat terang, wajahnya agak pucat tapi tampak cerdas sedangkan bola mata hitamnya dilapisi lensa kontak berwarna biru. Wajahnya cukup menarik, meskipun tidak bisa dikatakan cantik. Saat itu ia duduk tegak lurus di hadapan meja rias sambil mencoba melawan hantu-hantu tidur yang masih tersisa di matanya (Rhino, 2008: 12).

Berdasarkan kutipan di atas, pengarang menggambarkan langsung sosok Anita yang mempunyai tubuh langsing, berambut hitam dan berumur 35 tahun. Bahkan pengarang menggambarkan secara detil warna kulit Anita yang berwarna coklat terang, wajahnya agak pucat namun tampak cerdas. Wajah Anita terbilang

cukup menarik meskipun tidak bisa dikatakan cantik. Secara keseluruhan pengarang menggambarkan sosok Anita sebagai wanita yang normal dan cukup menarik untuk lawan jenis.

Pengarang juga secara gamblang menggambarkan perasaan Anita yang masih berduka akibat ditinggal mati oleh suaminya. Berikut kutipannya,

Perasaannya yang mendalam pada mendiang suaminya mulai menyadarkannya bahwa kata-kata ibunya mungkin benar, di mana dirinya masih terperangkap di masa lalu. Ada sebagian kecil dari dirinya yang ingin melupakan mendiang suaminya itu dan melanjutkan hidupnya. Tapi sebagian besar sisanya sepertinya hanya ingin terus berada di sana dan tak akan pernah beranjak (Rhino, 2008: 54).

Berdasarkan kutipan di atas, Anita masih menyimpan duka yang mendalam akibat ditinggal mati oleh suaminya, Reza. Sebelumnya ia tak menyadari sepenuhnya perasaan duka tersebut, namun oleh Ibunya Anita tersadar bahwa dirinya masih terperangkap oleh masa lalu. Pengarang langsung menggambarkan perasaan Anita yang ingin melupakan mendiang suaminya dan melanjutkan hidup, namun juga ada perasaan yang lebih besar yaitu ingin mengenang suaminya. Secara langsung terdapat pertentangan batin di dalam diri Anita yang digambarkan oleh pengarang.

Pertentangan batin Anita yang lain yaitu di saat Anita melihat kembali kotak berisi bagian masa lalunya. Kotak itu ditemukan Michael yang tidak sengaja melihatnya di kolong tempat tidur, berikut kutipannya.

Anita begitu sibuk mengaduk-aduk seluruh isi kotak sehingga tak lagi menyadari keberadaan Michael di ruangan itu. Matanya tercengang melihat apa yang ia lihat. Perasaannya mulai menegang, memaksa jantungnya berdetak liar. Teriakan-teriakan mengerikan itu pun singgah lagi dalam kepalanya dan menyiksanya kejam dengan rasa sakit yang begitu hebat. Anita

berharap apa yang dilihatnya di dalam kotak itu tidak nyata. Ia berharap semua itu hanyalah ilusi matanya saja yang masih menjadi budak setia iblis-iblis kantuknya (Rhino, 2008: 222).

Perasaan Anita yang mulai menegang dan jantungnya yang berdetak kencang akibat melihat kotak yang berisi bagian dari masa lalunya. Pengarang menggambarkan secara langsung perasaan Anita dan teriakan-teriakan yang ada di dalam kepala Anita. Harapan Anita pun terlukis secara langsung yaitu semoga apa yang dilihatnya saat ini tidaklah nyata.

b. Metode Dramatik

Metode dramatik untuk menggambarkan trauma kejiwaan Anita terbagi menjadi tujuh varian yaitu (1) teknik cakapan, (2) teknik arus kesadaran, (3) teknik perbuatan tokoh, (4) teknik pandangan orang lain, (5) teknik pikiran tokoh, (6) teknik pelukisan perasaan tokoh, dan (7) pelukisan latar tempat.

1) Teknik Cakapan

Di dalam teknik cakapan tercakup ragam duolog dan dialog. Duolog adalah cakapan antara dua tokoh saja, sedangkan dialog adalah kata-kata yang diucapkan para tokoh dalam percakapan antara seorang tokoh dengan banyak tokoh (Sayuti, 2009: 6.10). Dalam novel *Dream*, teknik cakapan berupa duolog dapat dilihat dalam kutipan berikut ini

“Coba berikan gambaran pada saya bagaimana keadaan duniamu di sana, dunia yang menurutmu lebih nyata itu.”

“Umm... bagaimana ya?” Anita berusaha mengingat-ingat. “Saya tidak tahu bagaimana cara menggambarkannya Dok. Tapi yang pasti di sana terlihat lebih masuk akal... dan terasa lebih nyata.”

“Kau bahkan tidak tahu bagaimana caranya menjelaskan keadaan di sana. Kenapa kau bisa bilang di sana lebih nyata?” Dokter Thomas membakar batangan rokoknya. (Rhino, 2008: 133)

Kutipan di atas adalah percakapan antara Anita dan Dokter Thomas. Anita berusaha memberikan penyangkalan akan keberadaannya di dunia nyata kepada Dokter Thomas. Pendapat Anita tentang kehidupan mimpi yang menurutnya lebih nyata tidak tergambar dalam percakapan tersebut. Anita tidak menjelaskan secara jelas dan hanya sebagai penyangkalan.

Lain lagi dengan kutipan selanjutnya yang menunjukkan Anita mengalami amnesia. Anita tidak ingat mengenai kebakaran yang menimpa rumahnya. Adanya trauma dan rasa bersalah menyebabkan Anita tidak dapat mengingat kebakaran yang merenggut nyawa kedua anaknya dan ibunya.

“Kebakaran yang waktu itu?” Alex mengerutkan dahi. “Masa kau tidak ingat?”

Anita menggeleng-geleng sambil mengerutkan dahi. “kapan kejadiannya?”

“Umm... kalau tidak salah setahun lalu, dan kejadiannya di sekitar sini.”

Dahi Anita masih tetap berkerut-kerut. “aku tidak ingat, Lex.” (Rhino, 2008: 140)

Dari kutipan di atas, Anita tidak dapat mengingat kehidupan masa lalunya atau mengalami amnesia. Hal tersebut dipacu karena Anita mengalami trauma terhadap kebakaran yang merenggut nyawa kedua anak dan ibunya. Anita mengalami kesedihan yang berlarut-larut akibat kehilangan orang-orang terdekatnya. Sehingga Anita memilih ‘melupakan’ masa lalunya dan memendam kesedihannya sendirian.

2) Teknik Arus Kesadaran

Teknik arus kesadaran merupakan cara penceritaan untuk menangkap dan melukiskan perkembangan karakter, yakni ketika persepsi bercampur dengan kesadaran atau setengah kesadaran, dengan kenangan dan perasaan (Sayuti, 2009: 6.12). Pengarang memakai teknik ini untuk melukiskan kesadaran tokoh Anita yang berkaitan dengan perasaannya terhadap kedua anak dan ibunya. Berikut penggalan kutipannya,

Ia bangkit dan duduk termenung di tepian ranjang. Dalam kegelapan ruangan kamar, seluruh ingatannya membeku oleh dinginnya kehampaan yang begitu hebat yang ia rasakan. Bayangan ibunya dan kedua anaknya saat berpisah dalam mimpinya tadi seakan masih bermain api dalam benaknya, tak sanggup ia usir. Tiba-tiba ada teriakan-teriakan kepahitan muncul dari dalam kepalanya, membuatnya semakin terpuruk lagi. (Rhino, 2008: 237)

Kutipan di atas menunjukkan karakter Anita yang merasa bersalah kepada kedua anak dan ibunya karena Anita meninggalkan mereka di dunia mimpi. Rasa bersalah dan trauma tersebut membuat Anita mendengar teriakan-teriakan di dalam kepalanya. Tokoh Anita dengan kesadaran mengenang kedua anak dan ibunya. Kenangan tersebut terasa lekat dalam ingatan dan sangat terasa nyata hingga tokoh Anita tak sanggup mengusir pergi bayangan ibu dan kedua anaknya. Tiba-tiba terdengar teriakan kepahitan yaitu teriakan yang meneriakan bahwa kedua anak dan ibunya sudah meninggal dunia, hal tersebut membuat tokoh Anita semakin terpuruk menghadapi kenyataan.

Kutipan lainnya yang menunjukkan pengarang memakai teknik arus kesadaran yaitu di saat tokoh Anita menceritakan perngalamannya sebagai seorang pengajar kepada Dokter Teddy di sesi konsultasi. Berikut kutipannya.

Cukup lama Anita menuturkan pengalaman mengajarkannya, dan sepertinya satu hari pun tidak akan cukup untuk memaparkan semuanya. Ia terus berputar-putar pada satu bahasan yang sama, dan terus mengulang betapa pekerjaannya itu bisa membuatnya cukup stress. Apalagi di saat-saat menjelang kenaikan kelas, di mana dirinya tidak boleh bersikap subyektif dalam memberikan nilai, sementara ia ingin sekali memberikan nilai bagus pada kedua anaknya untuk mata pelajaran yang ia pegang. (Rhino, 2008: 27)

Dari kutipan di atas dapat diketahui bahwa tokoh Anita memiliki sifat yang kurang sabar dan tidak tahan terhadap tekanan pekerjaan. Adanya keinginan yang bersifat subyektif yaitu ingin memberikan nilai yang bagus kepada kedua anaknya. Namun dirinya menyadari bahwa sebagai guru, tokoh Anita haruslah objektif terhadap semua anak didiknya dengan tidak membedakan satu dan lainnya. Di sinilah terjadi pertentangan batin di dalam diri tokoh Anita.

3) Teknik Perbuatan Tokoh

Teknik ini dapat membawa pemahaman tentang karakter tokoh melalui tindakan, perilaku, dan perbuatan tokoh (Sayuti, 2009: 6.15). Teknik perbuatan tokoh dapat dilihat dalam kutipan berikut ini.

Beberapa jam berikutnya Anita terlalu sibuk bekerja di belakang meja kerjanya dengan komputer dan tumpukan-tumpukan kertas, sehingga ia tak punya waktu untuk memikirkan hal lain. (Rhino, 2008: 14)

Dalam kutipan di atas, dapat diketahui rutinitas keseharian Anita sebagai wanita karier yang bekerja di Bank. Kesibukan Anita terlihat dari banyaknya

tumpukan kertas di atas mejanya. Kesibukan tersebut membuat dirinya seakan-akan tidak mempunyai waktu untuk memikirkan hal lain selain bekerja. Akibat dari kesibukannya itu Anita mengalami pegal di garis punggungnya, namun Anita sudah terbiasa dengan rutinitas kerja yang sudah dijalannya selama delapan bulan. Berikut kutipannya.

Di hadapan komputernya, ia memejamkan matanya sejenak sebelum akhirnya membukanya lebar-lebar. Baru melihat angka-angka yang tertera di layar komputer saja, matanya sudah berkedip-kedip kelelahan. Dan pada saat tangannya menggapai berkas yang ada di tumpukan paling atas, ia bisa merasakan pegal-pegal yang luar biasa di sepanjang garis punggungnya. Tapi ia sudah terbiasa dengan hal-hal seperti itu. (Rhino, 2008: 42-43)

Dari kutipan tersebut tokoh Anita tetap melanjutkan pekerjaannya meskipun fisiknya sudah lelah dan butuh istirahat. Hal ini menunjukkan sifat tokoh Anita yang pantang menyerah dan keras kepala, bahkan terhadap tubuhnya sendiri. Tokoh Anita tidak memerdulikan fisiknya yang lelah dan terus memaksakan diri bekerja. Hal tersebut terlihat dari kondisi mata tokoh Anita yang kelelahan namun bukannya berhenti untuk mengistirahatkan kedua matanya sebentar saja, tokoh Anita malah mengambil tumpukan berkas yang ada di meja kerjanya.

4) Teknik Pandangan Orang Lain

Teknik ini memakai sudut pandang atau pendapat tokoh lain untuk menjelaskan karakter seorang tokoh. Teknik ini sering dipakai pengarang untuk melukiskan karakter seorang tokoh dalam karyanya (Sayuti, 2009: 6.16). Berikut adalah kutipan yang menjelaskan karakter Anita melalui pendapat Dokter Thomas.

“hmm... di pertemuan lalu kau sudah menjelaskan semuanya tentang kehidupanmu di sini. Rutinitas-rutinitas yang membosankan, pekerjaan yang selalu menumpuk, kejenuhanmu dalam menjalani semua itu. Mungkin kau ingin keluar tekanan-tekanan yang ada, tapi tidak bisa karena kau selalu merasa dikejar-kejar deadline. Mungkin juga kau sedang butuh kehidupan baru. Maka mimpi adalah jalan keluar yang tepat bagimu, di mana kau tidak perlu menunda pekerjaanmu dan juga sekaligus menikmati hidup yang santai dalam tidurmu.” (Rhino, 2008: 39)

Kutipan tersebut merupakan pendapat dari Dokter Thomas tentang kehidupan mimpi Anita yang masih juga berlanjut. Dokter Thomas memberikan pendapat bahwa rutinitas yang membosankan dan adanya tekanan kerja yang membuat Anita mengalami mimpi berkesinambungan. Kesibukan kerja yang padat membuat Anita tidak dapat bersantai, sehingga mimpi menjadi jawaban terbaik yang bisa dilakukannya.

Teknik pandangan orang lain juga dapat ditemui dalam kutipan di bawah ini. Kutipan tersebut merupakan perbincangan Dokter Teddy dan tokoh Anita yang membahas tentang masa lalu Anita dengan mendiang suaminya. Berikut kutipannya.

“Dia menceritakan bagaimana perkawinan anda dulu dengan mendiang suami anda, dan apa yang menyebabkan anda pindah dari Jakarta. Dia mengatakan bahwa anda masih belum bisa merelakan kepergian suami anda itu.” (Rhino, 2008: 63)

Dari kutipan tersebut terdapat pandangan orang lain yaitu tokoh Nancy, Ibu Anita, yang menceritakan bagaimana kehidupan masa lalu Anita bersama mendiang suaminya, Reza kepada Dokter Teddy. Nancy juga mengatakan dalam hal ini memberikan pandangannya terhadap Anita bahwa Anita masih belum bisa merelakan kepergian mendiang suaminya.

5) Teknik Pikiran Tokoh

Teknik pikiran tokoh atau apa yang melintas dalam pikirannya tidak dapat dipisahkan dengan teknik cakapan karena pikiran seorang tokoh seringkali tertuang dalam cakupannya. Jika tidak tertuang dalam cakapan, maka biasanya dilukiskan secara langsung oleh pengarangnya (Sayuti, 2009: 6.11). Seperti kutipan berikut yang menggambarkan pikiran tokoh melalui pelukisan langsung dari pengarang,

Sementara yang ada di pikiran Anita adalah kembali duduk di belakang meja kerjanya, dan mulai membayar puluhan menit yang telah tersita darinya.
(Rhino, 2008: 17)

Kutipan tersebut merupakan pikiran Anita yang terlukiskan langsung oleh pengarang. Anita hanya memikirkan untuk kembali bekerja setelah sebelumnya Anita berbicara bersama Michael. Pikiran Anita yang sangat mementingkan pekerjaan terlihat dari kutipan tersebut.

Pikiran tokoh Anita yang lain dapat diketahui melalui kutipan di bawah ini. Pikiran tokoh Anita yang dilukiskan langsung dari pengarang dan juga mengambil sudut pandang orang pertama. Berikut kutipannya.

Hmmph, keluhnya, percuma aku bersusah payah menyakinkan diri bahwa keadaan di sinilah yang sebenarnya, karena nanti aku pasti akan mengatakan hal yang sama pula di sana. Ia juga sedang memikirkan kecintaannya yang amat dalam pada kedua putrinya dan juga ibunya. Ia takut bila pada akhirnya nanti harus menerima kenyataan bahwa mereka tidak nyata, mereka hanya mimpi. Oh Tuhan, jangan biarkan hal itu terjadi. (Rhino, 2008: 30)

Dari kutipan di atas dapat terlihat pemikiran tokoh Anita yang sedang memikirkan kecintaannya yang sangat mendalam kepada kedua putri dan ibunya. Tokoh Anita takut apabila nantinya semuanya hanyalah mimpi dan ia takut menerima kenyataan yang sebenarnya. Tokoh Anita juga mengeluhkan keadaan hidupnya yang sebenarnya. Ia mengeluh karena belum juga dapat membedakan yang mana kehidupan nyatanya.

6) Teknik Pelukisan Perasaan Tokoh

Teknik ini menekankan pada penggambaran perasaan tokoh yang tidak termasuk pengalaman bawah sadar (Sayuti, 2009: 6.14). Kutipan di bawah menunjukkan perasaan Anita terhadap hidupnya yang serasa kacau balau.

Bagi Anita, setidaknya ada lima emosi yang sedang ia rasakan saat itu. Emosi pertama adalah rasa bersalah, karena harus meninggalkan kedua anaknya di dunia yang lain. Emosi yang kedua adalah kebencian pada dirinya sendiri, karena tidak dapat membedakan dunia mana yang nyata. Lalu emosi yang ketiga adalah perasaan malu, karena harus mengakui pada orang-orang tentang penyakit kejiwaan yang sedang melanda dirinya. Emosi keempat adalah amarah, karena dirinya diharuskan memilih suatu pilihan yang teramat sulit. Dan emosi terakhir adalah perasaan cintanya pada Michael, yang sekaligus rasa takut bilamana pada akhirnya pria itu hanyalah merupakan bagian dari mimpinya saja selama ini. (Rhino, 2008: 108)

Perasaan Anita yang tertuang dalam kutipan tersebut membuat pembaca lebih mengetahui karakter tokoh Anita. Adanya rasa bersalah kepada kedua anaknya karena ia meninggalkan kedua anaknya di dunia mimpi. Juga adanya emosi kebencian terhadap diri sendiri yang tidak bisa membedakan kenyataan atau mimpi akibat dari trauma yang dialaminya. Berbagai macam emosi itulah yang membuatnya semakin terpuruk dan membuatnya tidak segera menemukan jawaban atas traumanya.

Pelukisan perasaan tokoh Anita yang lain dapat terlihat dari kutipan di bawah ini. Kutipan ini melukiskan perasaan Anita yang merasa takut jika tidak dapat lagi kembali ke dunia mimpinya yaitu dunia di mana kedua anak dan ibunya hidup kembali. Berikut kutipannya.

Tiba-tiba, ia merasakan rasa takut yang luar biasa saat mengingat kembali hal itu. Dan kapasitas rasa takutnya itu menjadi lebih parah saat dirinya membayangkan akan terdampar selamanya di dunianya saat itu, tak bisa kembali lagi ke dunia mimpinya. Lantas, di ranjangnya itu, ia berteriak sekuat mungkin dalam hati agar rasa takut itu hilang atau agar setidaknya dirinya bisa merasa lega. (Rhino, 2008: 155)

Dari kutipan di atas tokoh Anita merasakan takut yang amat sangat jika tidak dapat kembali ke dalam dunia mimpinya. Ia takut tidak dapat bertemu kembali dengan kedua anak dan ibunya. Tokoh Anita kemudian berteriak sekuat tenaga di dalam hatinya agar perasaannya dapat sedikit lega. Berteriak di dalam hati merupakan tanda bahwa tokoh Anita tidak mudah mengekspresikan emosinya secara gamblang.

7) Pelukisan latar Tempat

Dalam novel *Dream*, pelukisan latar tempat yang menggambarkan trauma kejiwaan tokoh utama terjadi di Jakarta dan Magelang. Jakarta sebagai kota besar yang berkutut dengan modernisme dan individualisme membuat Anita merasa sendiri. Hal itu membuat Anita kurangnya interaksi dengan banyak orang dan semakin menutup diri. Pergaulannya di kantor hanya berteman dekat dengan Michael, bosnya.

Ia keluar makan malam bersama Michael di sebuah restoran mewah yang letaknya di pusat kota. Suasana di restoran itu bagaikan dunia khayalan, semuanya terlihat sangat berlebihan. Seluruh ruangan makannya ditata dengan manis, dikelilingi oleh lukisan-lukisan mahakarya yang menghiasi hampir seluruh dinding ruangan. (Rhino, 2008: 55-56)

Anita bersama Michael pergi bersama untuk makan malam di restoran mewah. Anita merasa restoran yang ia kunjungi terlihat berlebihan seperti di dalam mimpi. Hal ini membuat Anita meragukan keberadaannya di Jakarta karena Anita merasa seperti berada di dalam mimpi.

Hal itu berbanding terbalik dengan keberadaannya di Magelang yang sepi dan nyaman. Di Magelang ia merasa tenang karena tinggal bersama kedua anaknya, Ami dan Sarah, dan juga ibunya Nancy.

Dari balik jendela dapur, Anita mengamati kedua anaknya yang sedang asyik bermain di pekerangan rumah. Ami, putri sulungnya, bermain kejar-kejaran dengan Vicky, seekor anjing kecil berbulu lebat pemberian neneknya setahun yang lalu. Sementara Sarah, putri bungsunya, duduk di rerumputan bermain dengan tanaman-tanaman. Anita melihat mereka berdua dan segera menyadari betapa kotornya baju kedua anak tersebut. Namun ia tidak berpikir untuk menghentikan kegembiraan anak-anaknya itu, karena sudah sangat lama mereka tidak bermain di luar rumah dengan sebebas itu. Anita hanya tersenyum sambil meneruskan memasak untuk hidangan makan siang. (Rhino, 2008: 5-6)

Kutipan di atas menunjukkan kenyamanan Anita dalam menikmati kehidupannya di Magelang bersama anak-anaknya. Anita bahagia mendapati anak-anaknya riang bermain dan tumbuh sehat. Anita pun senang melakukan pekerjaannya sebagai ibu rumah tangga dan guru di sekolah anak-anaknya.

Kehidupan tokoh Anita yang sibuk sebagai wanita karier sehingga ia tidak leluasa menjalin hubungan pertemanan dengan orang lain. Rutinitas kerja dan kehidupannya yang monoton ditambah trauma yang dideritanya menimbulkan respon stress pada emosional, kognitif, perilaku, dan fisiknya.

Keempat respon stress tersebut memicu gangguan psikologis yang lebih kompleks yang disebut *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) atau gangguan stress pascatrauma. Gejala PTSD yang diderita tokoh Anita berupa mengingat kembali kejadian traumatik, selalu menghindar, dan munculnya gangguan fisik.

Selain PTSD, wujud trauma Anita yaitu berupa gangguan ingatan. Anita mengalami amnesia dan *jamais vu* atau penyangkalan ingatan. Dampak dari trauma yang terus ada dalam diri Anita menyebabkan Anita menderita amnesia. Tokoh Anita lupa siapa keluarganya dan kehidupan masa lalunya.

Ketika berhadapan dengan benda-benda yang berasal dari masa lalunya, Anita bersusah payah menolak logikanya. Anita menyangkal ingatannya sendiri, di saat itulah kehadiran Michael sangat berarti bagi tokoh Anita karena selalu menemaninya. Michael menemani dan membantu Anita menyembuhkan luka masa lalunya.

Tokoh Anita mengalami trauma kejiwaan karena belum dapat menerima kepergian orang-orang terdekatnya. Anita kehilangan suaminya yaitu Reza yang meninggal karena sakit kanker. Untuk mengurangi kesedihan tokoh Anita dan anak-anaknya pindah dari Jakarta ke Magelang. Pilihan Anita pindah ke Magelang karena di kota tersebut Ibunya, Nancy bermukim.

Merajut kembali kehidupannya, Anita bekerja sebagai guru di sekolah kedua anaknya, Ami dan Sarah. Namun, Anita kembali berduka karena kedua anaknya, Ami dan Sarah dan ibunya, Nancy meninggal akibat kebakaran yang melalap rumahnya. Saat itu Anita sedang pergi ke pasar untuk membeli keperluan natal. Rasa bersalah

meninggalkan kedua anaknya dan ibunya menghantui Anita. Juga kesedihan yang berlarut-larut membuat Anita depresi dalam menjalani hidup.

Bab dalam novel juga hanya terbagi menjadi dua yaitu Jakarta dan Magelang. Joannes Rhino sebagai pengarang memakai teknik penceritaan orang pertama yakni Anita. Pemikiran Anita digambarkan secara gamblang lewat pertentangan batinnya. Alur cerita dibuka dengan latar tempat di Magelang, kehidupan Anita yang hidup tenang dengan kedua anaknya. Kemudian di bab selanjutnya Anita berada di Jakarta. Anita merasa kehidupannya di Magelang sebagai mimpi. Begitu juga saat pada bab selanjutnya ketika latar tempat berada di Magelang, maka kehidupan Anita sebagai wanita karier adalah mimpi.

Ketidakpastian dalam menjalani kehidupan yang nyata membuat Anita berkonsultasi ke psikiater di kedua dunianya. Di Magelang Anita berkonsultasi dengan dokter Teddy, sedangkan di Jakarta Anita berkonsultasi dengan dokter Thomas. Ketidakpastian tentang kehidupan nyata inilah yang membuat Anita sulit percaya kepada orang (tokoh) lain. Hal tersebut disebabkan tokoh-tokoh di dua dunianya mengatakan bahwa mereka adalah nyata.

Sulitnya Anita percaya pada orang (tokoh) lain menyebabkan dirinya mengisolasi diri dari orang (tokoh) lain. Anita yang bekerja sebagai wanita karier yang sukses di Jakarta digambarkan hanya memiliki satu teman dekat yaitu Michael. Michael merupakan pimpinan di tempat Anita bekerja. Michael memiliki perasaan

khusus terhadap Anita dan ingin membantunya menemukan kebenaran dalam hidupnya.

C. Keterbatasan

Pada penelitian ini tidak menggali lebih dalam tentang pengarang karena selain biografi pengarang yang terbatas, penelitian ini hanya membahas tentang psikologi tokoh utama novel *Dream* karya Joannes Rhino. Di dalam novel tidak diceritakan secara rinci bagaimana kehidupan tokoh utama, Anita saat kecil sehingga trauma yang dialami Anita tidak sepenuhnya dapat diulas secara lebih dalam.

Hingga akhir novel *Dream* juga tidak dijelaskan bagaimana Anita berada kembali di Jakarta dan bekerja sebagai wanita karier yang sukses. Cerita hanya berkutat antara kehidupan mimpi dan nyata Anita yang berlatar tempat Jakarta dan Magelang.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan terhadap novel *Dream* karya Joannes Rhino sebagaimana disajikan dalam bab IV di atas, dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut. Pertama, wujud trauma kejiwaan pada tokoh Anita terbagi menjadi dua yaitu post-traumatic stress disorder (PTSD) atau gangguan stress pascatrauma dan gangguan ingatan. PTSD terbagi menjadi tiga varian yaitu mengingat kembali kejadian traumatik, penghindaran, dan muncul gangguan fisik. Gangguan ingatan yang diderita tokoh Anita yakni berupa amnesia dan jamais vu (penyangkalan ingatan).

Kedua, respon stress umum yang dialami tokoh Anita terbagi menjadi empat respon yaitu respon emosional, respon kognitif, respon perilaku, dan respon fisiologis atau fisik. Respon emosional meliputi kecemasan yang akut, kesedihan yang berlarut-larut, dan depresi. Respon kognitif meliputi menyalahkan diri sendiri, merasa sendirian dan sepi, dan merasa tidak pasti. Respon perilaku terdiri dari mengisolasi diri dari orang lain, mengonsumsi rokok, kesulitan berkonsentrasi, dan sulit percaya kepada orang lain. Respon fisiologis atau fisik berupa sakit kepala.

Ketiga, teknik yang digunakan pengarang dalam menggambarkan trauma kejiwaan pada tokoh Anita yaitu memakai metode analitik dan metode dramatis. Metode dramatis mencakup enam varian yaitu teknik cakapan, teknik arus kesadaran,

teknik pembuatan tokoh, teknik pandangan tokoh lain, teknik pikiran tokoh, teknik pelukisan perasaan tokoh, dan pelukisan latar tempat.

B. Saran

Pemanfaatan psikologi abnormal dalam sebuah karya sastra mampu mengungkapkan wujud perwatakan tokoh dalam novel *Dream* yang memiliki keterkaitan dengan trauma kejiwaan yang terjadi. Pengetahuan ini sekiranya dapat dijadikan tambahan pengetahuan dan wawasan pembaca untuk dapat mengevaluasi diri dan mengembangkan bentuk perilaku yang positif.

Novel *Dream* masih menyimpan berbagai kemungkinan untuk diteliti. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan perspektif yang berbeda seperti resepsi sastra atau dari segi kreativitas Joannes Rhino sebagai pengarang. Hasil penelitian ini diharapkan juga dapat memberikan satu masukan dalam melakukan kegiatan penelitian mengenai trauma kejiwaan tokoh pada novel-novel lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Baihaqi, dkk. 2007. *Psikiatri: Konsep dasar dan Gangguan-Gangguan*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Durand, Mark dan Barlow, David. 2006. *Intisari Psikologi Abnormal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Freud, Sigmund. 2002. *Psikoanalisis Sigmund Freud*. Yogyakarta: Ikon Teralitera.
- Fausiah, F dan Widury, J. 2005. *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia.
- Kartono, Kartini. 1989. *Psikologi Abnormal dan Abnormalitas Seksual*. Bandung: Mandar Maju.
- King, Laura A. 2010. *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Luxemburg, dkk. 1986. *Pengantar Ilmu Sastra*. Jakarta: Gramedia.
- Mendatu, Achmanto. 2010. *Pemulihan Trauma: Strategi Penyembuhan Trauma untuk Diri Sendiri, Anak, dan Orang Lain di Sekitar Anda*. Yogyakarta: Jalasutra.
- Minderop, Albertine. 2010. *Psikologi Sastra: Karya Sastra, Metode, Teori, dan Contoh Kasus*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- . 2005. *Metode Karakteristik Telaah Fiksi*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Nurgiantoro, Burhan. 1998. *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Ratna, Nyoman Kutha. 2004. *Teori, Metode, dan Teknik Penelitian Sastra*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rhino, Joannes. 2008. *Dream*. Jakarta: Dastan Books.
- Sayuti, Suminto A. 2000. *Berkenalan dengan Prosa Fiksi*. Yogyakarta: Gama Media.

_____ 2009. *Materi Pokok Cerita Rekaan*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Supratika, A. 1995. *Mengenal Perilaku Abnormal*. Yogyakarta: Kanisius.

Suryabrata, Sumadi. 2005. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Wiyatmi. 2006. *Pengantar Kajian Sastra*. Yogyakarta: Pustaka.

_____ 2010. *Psikologi Sastra*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

Haryanto, Dudi. 2007. Gangguan Kejiwaan Skizofrenia pada Tokoh Utama dalam novel Skizofreniaisme karya Dadang Rusbiantoro. *Skripsi S1*. Yogyakarta: UNY.

Nirasari, Astrid. 2007. Penyimpangan Kejiwaan Tokoh dalam novel Pintu Terlarang karya Sekar Ayu Asmara. *Skripsi S1*. Yogyakarta: UNY.

<http://id.linkedin.com/in/sethlestath>. Diunduh 14 Juni 2012 “Joannes Rhino”

<http://id.shvoong.com/medicine-and-health/epidemiology-public-health/2031323-pengertian-trauma/#ixzz1z0HRJklq>. Diunduh 14 Juni 2012 “Pengertian trauma”

LAMPIRAN

Lampiran 1: Sinopsis Novel *Dream* Karya Joannes Rhino

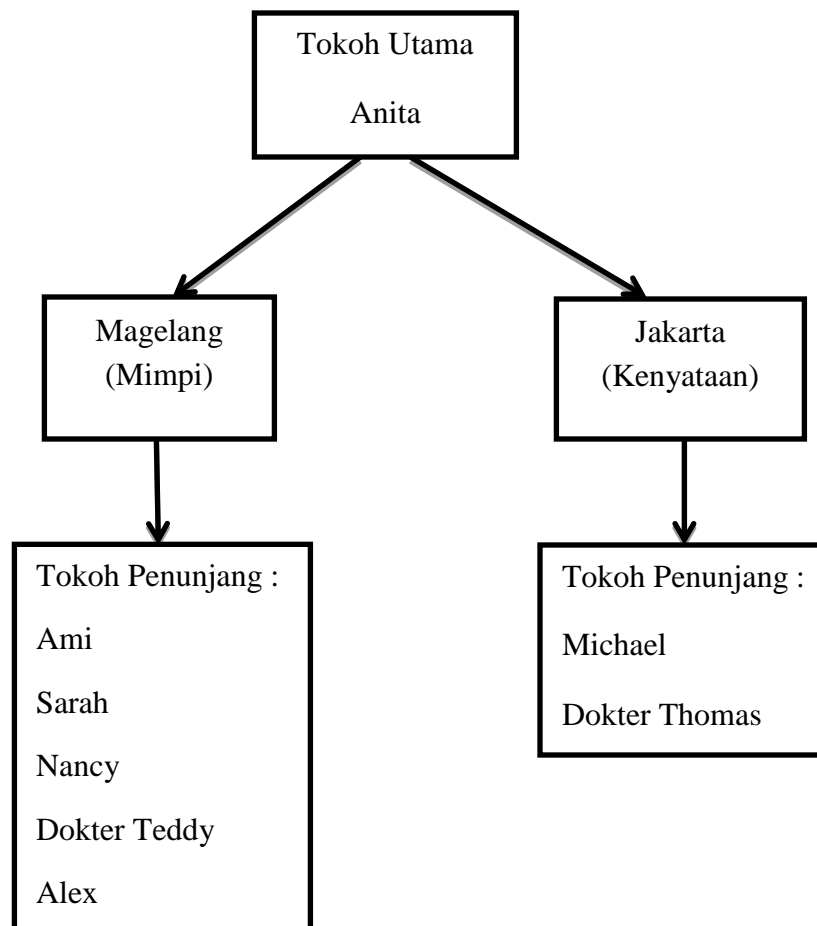
Anita, wanita berumur 35 tahun hidup di dua dunia secara bersamaan yaitu dunia nyata dan dunia mimpi. Di salah satu dunianya ia adalah seorang ibu dari dua anak perempuan yang tinggal di kota Magelang. Di dunianya yang lain ia adalah seorang wanita karier yang sukses di Jakarta dan sedang menjalin hubungan dengan atasannya Michael. Anita merasa setiap ia berada di salah satu dunianya semua peristiwa terasa nyata, begitu juga saat ia berada di dunianya yang lain. Anita merasa bingung dan berkonsultasi dengan psikiater di dua dunianya. Di Magelang, atas saran ibunya ia berkonsultasi dengan Dokter Teddy. Sementara di Jakarta ia berkonsultasi dengan Dokter Thomas.

Saat konsultasi kedua psikiater tersebut berusaha untuk menyakinkan Anita bahwa kehidupan saat itu adalah nyata. Dan saat Anita memutuskan memilih salah satu kehidupan di dua dunianya maka salah satu dunianya akan hilang. Anita semakin bingung dan takut berpisah dengan orang-orang yang ia sayangi. Keanehan demi keanehan mulai muncul. Dimulai dari kedua kehidupannya yang tidak saling berkaitan. Menurut Dokter Teddy ia mengalami mimpi di Jakarta karena ia belum bisa melupakan almarhum suaminya, Reza dan kebersamaan mereka saat di Jakarta. Sedangkan menurut Dokter Thomas ia mengalami mimpi di Magelang karena ia jenuh dengan rutinitas Jakarta yang padat.

Di Magelang ia berteman dengan Alex, guru musik dan pemadam kebakaran. Lewat Alex, Anita tahu kalau di kompleks perumahanya pernah ada kebakaran yang merenggut banyak nyawa. Bahkan beritanya sampai masuk koran nasional, namun

yang aneh anita sama sekali tidak ingat. Anita memberitahu Michael tentang penyakitnya dan Michael berusaha menyakinkan Anita bahwa kehidupannya di jakartalah yang nyata. Anita semakin bimbang. Pertanyaan Michael tentang keluarganya membuat Anita sadar bahwa ia tidak ingat sama sekali tentang keberadaan keluarganya.

Memikirkan hal itu Anita jatuh sakit. Saat Michael merawat Anita, ia tak sengaja menemukan kotak yang hampir semuanya berwarna hitam akibat terkena kebakaran. Di dalamnya terdapat buku harian dan dua buah kalung yang sudah berkarat dengan masing-masing inisial A dan S. Michael mengatakan penemuannya ke Anita. Sadarlah Anita bahwa kehidupannya di Magelang tidak nyata. Dulu ia pernah tinggal di Magelang dengan kedua anaknya Ami dan Sarah. Mereka pindah dari Jakarta ke Magelang karena ingin melupakan kehilangan Reza yang meninggal karena sakit. Suatu ketika Anita pergi ke supermarket sendirian, dan kedua anaknya tinggal di rumah bersama ibunya. Saat itulah terjadi kebakaran menewaskan mereka. Anita syok dan kembali ke Jakarta. Terungkap sudah semua misteri Anita. Bersama Michael ia melanjutkan hidupnya.

Lampiran 2: Bagan Tokoh Novel *Dream* karya Joannes Rhino

Lampiran 3: Wujud Trauma Kejiwaan pada Tokoh Utama dalam Novel *Dream* karya Joannes Rhino

No	Wujud Trauma	Varian	Konteks Cerita	No data	Kutipan	Hal
1	<i>Post-Traumatic Stress Disorder</i> (PTSD) atau Gangguan Stress Paskatrauma	a. Mengingat kembali kejadian traumatik	Anita mengalami mimpi berkelanjutan, yang tidak disadarinya sebagai masa lalunya.	1.	Saya juga tahu hal itu Dok. Tapi yang jadi masalahnya...mengapa mimpi saya ini terus berlanjut? Mengapa saya merasa seolah-olah ada orang lain dalam diri saya yang menjalani kehidupannya saat saya sedang tidur? Mengapa?"	37-38
				2.	"Kita tidak bisa membuat mimpi menjadi seperti apa yang kita inginkan. Seperti yang saya bilang tadi, mimpi adalah gambaran perasaan seseorang. Jadi apa pun yang Anda rasakan di sini, dan Anda tidak bisa mengubah hal itu. Justru perasaan Anda saat inilah yang sudah harus diubah. Sekarang seharusnya sudah menjadi lebih mudah bagi Anda karena kehadiran Alex di kehidupan Anda saat ini."	170
				3.	Anita menoleh ke arah Alex, masih berusaha setenang mungkin. "Lex, penyakitku ini tidak menyerang kondisi fisikku." "Lalu?" "Ini menyerang ke otak. Aku mengidap penyakit kejiwaan, Lek." "Maksudmu... gila?" rasa terkejut Alex semakin menjadi-jadi, ditambah lagi rasa takut mulai ikut ambil bagian. "Bukan." Alex menghela nafas lega saat mendengar jawaban itu. "Aku hanya merasa seperti sedang menjalani dua kehidupan saat ini," lanjut Anita. "Di sini dan di dunia mimpiku."	176

				4.	Mimpi-mimpinya masih belum menunjukkan tanda-tanda akan berakhir. Lantas, ia menutup wajahnya dengan kedua tangan, lalu berteriak sekuat tenaga dalam hatinya, meneriakan mengapa masalah-masalah dalam hidupnya tidak mudah dipecahkan.	193
				5.	“Bagaimana jika saat ini adalah mimpi dan saya sedang terperangkap di dalamnya, mencoba mencari jalan kembali ke dunia nyata?” Pernyataan Anita itu membuat Dokter Teddy terbisu. Lantas ia kembali mengelus-elus dahinya, memaksa otaknya untuk berpikir lebih keras lagi. Berselang cukup lama, ia berkata, “Yang sedang terjadi dalam diri Anda ini adalah semacam gangguan otak, yang dinamakan stress pascatrauma. Biasanya gejala utamanya adalah menghidupkan kembali kenangan ke dalam mimpi.”	216 - 217
		b. Penghindaran	Anita kurang hubungan dengan orang-orang disekitarnya, dia hanya memiliki beberapa teman.	6.	Mungkin teman yang ia miliki saat itu hanya Michael dan Dokter Thomas, setidaknya hanya mereka yang masih sudi berkomunikasi aktif dengannya.	43
				7.	“Kau selalu begitu, Ta. Selalu mencari-cari alasan untuk menunda pembicaraan ini. Ada apa denganmu, Ta? Mengapa kau selalu membatasi diri dengan orang-orang disekelilingmu, seolah-olah kau mempunyai kehidupan lain yang kau tak ingin orang lain tahu? Ada apa sebenarnya, Ta? Katakanlah padaku?”	114 - 115
				8.	Ia pun menyadari bahwa selama ini kehidupan sosialnya sangatlah terbatas. Ia tidak memiliki	192 -

					teman lain sesama pengajar selain dengan Alex. Maka, setelah pria itu hilang dari dunianya, ia merasa seperti terdampar di suatu pulau seorang diri.	193
		c. Muncul gangguan fisik	Setiap Anita melihat benda yang berhubungan dengan masa lalu maka muncul teriakan-teriakan di dalam kepalanya	9.	Pening dikepalanya semakin menjadi-jadi, karena dipenuhi dengan teriakan-teriakan liar yang entah dari mana asalnya.	93
				10.	Ia masih membutuhkan waktu untuk berpikir; memikirkan bagaimana caranya memberikan penjelasan pada Alex nanti. Ia sempat berpikir untuk mengurungkan niatnya itu dan segera pulang saja. Namun suara-suara dalam kepalanya mulai bermunculan satu per satu. “Kau harus memberitahunya sekarang, Ta. Alasan! Selalu saja ada alasan! Tumbuhkan perasaan cinta Anda pada Alex.” Ia menunduk memejamkan mata dan menutupi wajahnya dengan kedua tangan. Suara-suara itu membuat kepalanya pening. Lalu, sambil menghela nafas ia mencoba menyakinkan diri, Tidak ada bedanya sekarang atau besok. Pada akhirnya Alex pasti akan tahu.	174
				11.	Ia menatap langit-langit ruangan kamarnya sambil bertanya-tanya dalam hati berapa lama dirinya telah terbaring di atas ranjang tempat tidurnya itu, ia malah merasa kepalanya seakan-akan penuh dengan teriakan-teriakan mengerikan yang terperangkap di dalamnya, yang ingin loncat keluar.	205
				12.	Ia bangkit dari tempat tidurnya dan duduk di tepian ranjang, seperti biasa. Tiba-tiba ada teriakan-teriakan yang mengerikan muncul dari dalam kepalanya. Ia sudah terbiasa dengan	220

					keadaan itu. Maka ia ingin meletakkan kepalanya ke atas bantal untuk menghilangkan rasa pening yang ditimbulkan oleh suara-suara itu. Tapi yang ia lakukan hanya memejamkan mata, berusaha mengingat kembali mimpinya semalam.	
				13.	Anita begitu sibuk mengaduk-aduk seluruh isi kotak sehingga tak lagi menyadari keberadaan Michael di ruangan itu. Matanya tercengang melihat apa yang ia lihat. Perasaannya mulai menegang, memaksa jantungnya berdetak liar. Teriakan-teriakan mengerikan itu pun singgah lagi dalam kepalanya dan menyiksanya kejam dengan rasa sakit yang begitu hebat. Anita berharap apa yang dilihatnya di dalam kotak itu tidak nyata. Ia berharap semua itu hanyalah ilusi matanya saja yang masih menjadi budak setia iblis-iblis kantuknya.	222
				14.	Anita masih belum sanggup untuk memberikan reaksi. Dalam kepalanya masih penuh dengan teriakan-teriakan yang tak menentu apa maunya.	228
				15.	Ia bangkit dan duduk termenung di tepian ranjang. Dalam kegelapan ruangan kamar, seluruh ingatannya membeku oleh dinginnya kehampaan yang begitu hebat yang ia rasakan. Bayangan ibunya dan kedua anaknya saat berpisah dalam mimpinya tadi seakan masih bermain api dalam benaknya, tak sanggup ia usir. Tiba-tiba ada teriakan-teriakan kepahitan muncul dari dalam kepalanya, membuatnya semakin terpuruk lagi.	237

2	Gangguan Ingatan	a. Amnesia	Anita kehilangan ingatan meliputi pengalaman sebelum dan sesudah peristiwa kebakaran terjadi.	16.	Anita memutar balik otaknya beberapa tahun ke belakang. Namun sekeras apa pun otaknya bekerja, yang bisa ia ingat hanyalah pertemuannya dengan Reza hingga pemakamannya. Otaknya seakan tak mampu berpikir lebih jauh dari itu.	68
				17.	Anita ingin sekali menceritakan tentang keluarganya. Tapi sepertinya ia tak bisa mengingat apa pun tentang hal itu. Justru keluarga yang ia ingat adalah ibunya dan anak-anaknya yang hidup di dunia mimpinya, di kehidupannya yang lain.	113 - 114
				18.	Ia ingin menjelaskan pada pria itu bahwa dirinya telah lupa akan masa lalunya sendiri. Ia ingin menjelaskan bahwa sosok keluarga yang melintas dalam kepalanya sampai saat itu adalah keluarga yang ia miliki di kehidupannya yang lain, di dunia mimpi.	128
				19.	“Kebakaran yang waktu itu?” Alex mengerutkan dahi. “Masa kau tidak ingat?” Anita menggeleng-geleng sambil mengerutkan dahi. “kapan kejadiannya?” “Umm... kalau tidak salah setahun lalu, dan kejadiannya di sekitar sini.” Dahi Anita masih tetap berkerut-kerut. “aku tidak ingat, Lex.”	140
				20.	Anita mengelus-elus dahinya. “Kau yakin itu kejadiannya di sekitar sini?” “Yakin sekali,” tegas Alex, “karena aku juga ikut membantu saat membereskan puing-puing sisa kebakaran. Makanya... tadinya kupikir cepat juga pembangunan di wilayah tempat tinggalmu ini, Ta. Tak keliatan sedikit pun ada	141 - 142

					<p>sisa-sisa kebakaran.”</p> <p>“aku heran mengapa aku tidak bisa mengingat hal itu.”</p>	
				21.	<p>“Satu-satunya cara untuk menghentikan mimpi-mimpi Anda itu adalah dengan mengingat kembali masa-masa pertemuan Anda dengan mendiang suami Anda.” Dokter Teddy membolak-balik berkas-berkas di tangannya. “Sepertinya saya sudah pernah mengatakan hal ini, bukan?”</p> <p>“Iya Dok, tapi tetap saja saya tidak bisa mengingatnya.”</p>	147 - 148
				22.	<p>“Lalu kenapa kau masih saja bermimpi ada di sana... di Jakarta?”</p> <p>“Aku juga sama bingungnya seperti Mama.”</p> <p>“Apa yang dikatakan Dokter Teddy tentang hal ini?”</p> <p>“Dia bilang aku harus mengingat-ingat kembali masa-masa pertemuanku dengan Mas Reza waktu di Jakarta dulu.”</p> <p>“Buat apa? Bukannya seharusnya dilupakan saja agar kau bisa memulai hidup yang baru lagi?”</p>	149
				23.	<p>“tapi... memangnya kau sudah lupa bagaimana pertemuanmu dengan Reza dulu?”</p> <p>Anita mengangguk-angguk. “Makanya kutanyakan pada Mama. Kupikir Mama bisa membantuku.”</p> <p>“Wah sayang sekali, aku sudah lupa, Ta. Tapi seharusnya ini adalah hal yang baik buatmu.”</p> <p>“Maksud Mama?”</p> <p>“Kau yang mengalaminya sendiri saja sudah lupa, artinya kau sedang tahap melupakan masa</p>	151

					lalumu itu.”	
				24.	<p>“Ta, banyak kebakaran yang pernah terjadi di sini. Kebakaran yang mana maksudnya?”</p> <p>“Kebakaran yang terjadi di daerah rumahku.”</p> <p>Nancy mengerutkan dahi, sepertinya sedang berpikir keras. “Yah... mungkin pernah, tapi aku sudah lupa.”</p> <p>“Tapi katanya kebakaran itu sangat besar, Ma. Belasan rumah habis terbakar dan banyak yang meninggal. Beritanya saja tersebar di mana-mana. Masa Mama bisa lupa?”</p> <p>“Aku ini sudah tua, Ta,” jawab Nancy dengan nada santai. “Ingatanku tidak setajam dulu lagi.” Ia memberi jeda sejenak. “Mengapa kau tanyakan hal ini? Kalau kata Alex kebakaran itu terjadi setahun lalu... seharusnya kau juga tahu, Ta.”</p> <p>“Aku juga bingung kenapa aku bisa lupa.”</p>	152
				25.	<p>“Iya, maksudku sudah berapa lama kau hilang ingatan seperti ini?”</p> <p>“Umm... sekitar setengah tahunan.”</p> <p>“Setengah tahun?” Michael membelalakan matanya. “Jadi selama itu kau tidak mengetahui di mana keberadaan orangtuamu?”</p> <p>Anita menggeleng-geleng.</p> <p>“Apa mereka tidak berusaha menghubungimu?”</p> <p>Anita menghela nafas, “Tidak. Sepertinya mereka telah hilang begitu saja dari kehidupan ini.”</p>	159 - 160
				26.	<p>“Aku memang tidak ahli untuk masalah seperti ini. Tapi kurasa mimpi-mimpimu itu ada berkaitan erat dengan hilang ingatanmu ini. Mungkin pada saat kau menyadari bahwa dunia</p>	161

					di sana hanyalah mimpi, ingatanmu akan kembali pulih lagi.”	
		b. <i>Jamais Vu</i> (Penyangkalan Ingatan)	Anita menyangkal ingatannya saat dihadapkan dengan benda-benda dari masa lalunya.	27.	Ia sempat menghela nafas panjang sebelum berkata dengan nada serius, “Kau lihat sendiri, kan, dampak dari mimpi-mimpi itu terhadapmu?” Anita berusaha menyakinkan Michael dengan berkata, “Tapi bukan karena hal itu aku jatuh sakit. Mungkin karena aku terlalu lelah bekerja. Kau pasti mengerti, pekerjaan di kantor benar-benar menguras tenagaku.”	211 - 212
				28.	“Tidak, aku tidak merasa tertekan sama sekali.” Anita terpaksa berbohong. Sebenarnya ia memang sedang tertekan dengan keadaannya saat itu, melihat dirinya yang harus hidup di dua dunia yang berbeda, di mana kedua-duanya membutuhkan perhatiannya yang khusus. Apalagi ditambah dengan keadaan Sarah yang sedang sakit di sana. Di kehidupannya yang lain. Namun tetap saja ia menolak membuka pintu untuk memperlihatkan pada Michael betapa berantakan keadaan mentalnya saat itu.	212
				29.	<i>Barang-barang ini ada dalam mimpiku, pikirnya. Apakah saat ini aku masih bermimpi? Tapi mengapa ada Michael di sini? “Dunia yang sebenarnya akan menghilang... kau tidak akan lagi mempunyai mimpi... kau sudah berada di dalamnya.”</i> Kata-kata itu seakan muncul begitu saja dalam kepalanya. <i>Apakah dunia mimpiku sudah mulai menyatu dengan dunia nyata? Pikirnya lagi. Di manakah aku saat ini?</i>	223

				30.	Anita mengeleng-geleng. Telinganya berdengung keras, berisi teriakan-teriakan yang tak jelas apa artinya. <i>Semuanya salah! Teriaknya dalam hati. Kotak ini tak seharusnya ada di sini!</i>	223
--	--	--	--	-----	--	-----

Lampiran 4: Respon Umum terhadap Trauma yang dialami Tokoh Utama dalam Novel *Dream* Karya Joannes Rhino

No	Respon Trauma	Wujud	Konteks Cerita	No data	Kutipan	Hal
1	Respon Emosional	a. Kecemasan yang akut	Anita mengalihkan pikirannya untuk terus bekerja, ia mencemaskan segala suatu yang berhubungan dengan pekerjaan. Tekanan pekerjaan membuat Anita terus merasa khawatir jika ia tidak menyelesaikannya tepat waktu. Juga adanya ketakutan dalam diri Anita yang tidak bisa membedakan kehidupan nyata dan mimpinya.	1.	“Belakangan ini pekerjaanku selalu menumpuk. Aku hampir tak mempunyai waktu untuk keluar ruangan,” balas Anita sambil memijit-mijit kepalanya yang pusing akibat terlalu banyak melihat angka-angka. Michael mendekatkan badannya pada Anita. “Jangan terlalu serius dengan apa pun yang kau kerjakan, santailah sedikit.” “Bagaimana bisa santai, aku sedang dikejar deadline.”	16
				2.	Sementara yang ada di pikiran Anita adalah kembali duduk di belakang meja kerjanya, dan mulai membayar puluhan menit yang telah tersita darinya.	17
				3.	<i>Hmmph, keluhnya, percuma aku bersusah payah menyakinkan diri bahwa keadaan di sinilah yang sebenarnya, karena nanti aku pasti akan mengatakan hal yang sama pula di sana. Ia juga sedang memikirkan kecintaannya yang amat dalam pada kedua putrinya dan juga ibunya. Ia takut bila pada akhirnya nanti harus menerima kenyataan bahwa mereka tidak nyata, mereka hanya mimpi. Oh Tuhan, jangan biarkan hal itu terjadi.</i>	30
				4.	Bersusah payah Anita berusaha mencari jawabannya, tapi sebenarnya ia terlalu takut untuk melihat kenyataan, di mana hal itu masih samar-samar baginya.	32

				5.	Pagi tadi sebelum sesi pertemuannya di mulai, Anita menelepon Dokter Thomas untuk mengubah waktu dan tempat pertemuan. Dan akhirnya mereka sepakat untuk bertemu pada jam makan siang di sebuah restoran cepat saji yang terletak di tengah-tengah antara tempat kerja Anita dan juga tempat praktek dokter tersebut. Bagi Anita, keputusan itu ia buat mengingat masih banyak pekerjaan kantornya yang harus diselesaikan.	35
				6.	“Kau kenapa? Kau terlihat.... Aneh.” Aneh? Tanya Anita pada dirinya sendiri. Kata itu terdengar kurang tepat baginya. Perasaan takutlah yang sedang ia rasakan. Ia takut semua hal yang dilihatnya saat itu tidak benar-benar nyata.	57
				7.	Memiliki kehidupan adalah hal terbaik bagi setiap manusia. Kadang ia merasa takut bilamana dirinya tidak akan pernah menemukan hal itu. Ia takut terus menjalani kehidupan yang ia jalani selama ini sampai akhir hidupnya.	76
				8.	Ia takut untuk membiarkan dirinya tertidur. Ia takut bila matanya terbuka besok, dirinya tidak akan bisa bertemu dengan kedua putrinya lagi karena telah terperangkap di dunianya yang lain. Ia takut akan meninggalkan ibunya sendirian, sementara dirinya sedang menjalani kehidupannya yang lain di dunia mimpinya.	107
				9.	Setiap malam, sebelum tidur, Anita selalu merasakan ketakutan yang begitu dalam.	107

					Dan perasaan itu benar-benar menghantuinya. Apakah itu hanyalah gumpalan rasa takut sesaat sebagai pengantar tidur, atau rasa sakit di hati bila menyadari besok dirinya terbangun di tempat lain? Mungkin kedua-duanya.	
				10.	Tiba-tiba, ia merasakan rasa takut yang luar biasa saat mengingat kembali hal itu. Dan kapasitas rasa takutnya itu menjadi lebih parah saat dirinya membayangkan akan terdampar selamanya di dunianya saat itu, tak bisa kembali lagi ke dunia mimpinya. Lantas, di ranjangnya itu, ia berteriak sekuat mungkin dalam hati agar rasa takut itu hilang atau agar setidaknya dirinya bisa merasa lega.	155
				11.	Ia telah memaksakan dirinya untuk mengalahkan rasa takutnya itu. Tapi justru ia malah merasakan ada seutas tali yang menjerat lehernya begitu erat. Ia telah dikalahkan oleh rasa takutnya sendiri.	155
				12.	Saat itu ia telah berada di titik kesempurnaan dalam hidupnya. Namun di tengah-tengah kesempurnaan itu, masih ada sedikit rasa takut yang terus memburunya. Rasa takut di mana dirinya masih belum mengetahui mengapa dunia mimpinya masih terus berlanjut. Yang ia takuti bilamana sebenarnya dirinya masih belum siap melepaskan kepergian mendiang suaminya, sementara ia terus memaksakan diri untuk membuka lembaran cinta yang baru lagi.	162

				13.	“Nah, mimpi-mimpi Anda itu bermula dari rasa takut. Anda takut tidak akan pernah bisa menemukan pengganti mending suami Anda, makanya Anda memunculkan sosok pria di dunia mimpi Anda... yang saya yakini pria itu adalah mending suami Anda.” Dokter Teddy membuka kacamatanya dan meletakkannya di atas tumpukan kertas-kertas di atas meja sambil terus bicara. “Dan itu menuntun kita ke perumpamaan yang kedua, yaitu rasa aman. Ketika seseorang merasa takut, orang itu akan melakukan apa saja agar rasa takut itu hilang. Dan dalam hal ini, Anda menyingkirkan rasa takut Anda dengan berlari ke tempat yang lebih aman.”	168
				14.	“Umm... aku mempunyai rencana untuk mengajakmu ke suatu tempat.” Anita menunduk menatap makanannya, berusaha menghindari kontak mata dengan Michael. “Sepertinya aku tidak bisa, Mike. Masih ada banyak berkas yang harus kuselesaikan.” “Bekerja, selalu saja bekerja,” gerutu Michael. “Apa tidak ada hal lain lagi dalam pikiranmu, Ta?”	182-183
				15.	“kau tidak boleh masuk hari ini. Kau harus memfokuskan dirimu dulu untuk kesembuhanmu.” Tidak masuk lagi? Kata-kata itu dipikirkan Anita dalam-dalam. Dalam sekejap saja ia segera mengingat tumpukan berkas-berkas di atas meja kantornya dua hari lalu, dan	211

					ditambah lagi berkas-berkas yang mungkin datang kemarin, lalu ditambah juga dengan yang akan datang nanti. Tidak mungkin aku bolos lagi hari ini. Aku harus masuk, tegasnya.	
		b. Kesedihan yang berlarut-larut	Kesedihan yang terus menerus membuat Anita tidak dapat menerima kenyataan. Anita juga masih berduka karena belum bisa melupa mending suami, kedua anak, dan ibunya.	16.	“Dia menceritakan bagaimana perkawinan anda dulu dengan mending suami anda, dan apa yang menyebabkan anda pindah dari jakarta. Dia mengatakan bahwa anda masih belum bisa merelakan kepergian suami anda itu.”	63
				17.	Benar Dok, saya masih belum bisa melupakan pengalaman pahit itu. Dan sepertinya tidak akan pernah bisa.”	63
				18.	Anita menunduk. “kenangan itu terlalu pahit untuk dilupakan, dok.”	65
				19.	“Saat ini Anda mungkin masih berpikir bahwa Anda sudah merasakan kebahagiaan, karena Anda masih memiliki orang-orang yang Anda cintai di sekeliling Anda. Tapi sebenarnya Anda masih belum bisa menerima kenyataan bahwa suami Anda tidak masuk di dalam kebahagiaan yang Anda rasakan itu. Dan dari situlah mimpi ikut ambil bagian dalam hidup Anda.”	67
				20.	“Anda harus berhenti berlari. Anda harus mulai bisa menerima kenyataan, sepahit apapun kenyataan itu. Dan anda juga harus segera keluar dari dunia mimpi Anda itu, sebelum Anda menemukan kehidupan yang baru di sana.”	69
				21.	Tentu saja Anita tidak memberikan kemudahan bagi Ibunya untuk	137

					menyelesaikan misinya begitu saja, karena ia masih belum mau beranjak dari kenangan mendiang suaminya yang dulu.	
				22.	“Jadi, ini bukan masalah bodoh atau tidaknya dirimu karena tidak menyadari kenyataan ini,” lanjut dokter itu. “Ini adalah masalah keadaan mentalmu yang masih terguncang, yang masih belum bisa menerima kepergian mereka.”	242
		c. Depresi		23.	“hmm... di pertemuan lalu kau sudah menjelaskan semuanya tentang kehidupanmu di sini. Rutinitas-rutinitas yang membosankan, pekerjaan yang selalu menumpuk, kejenuhanmu dalam menjalani semua itu. Mungkin kau ingin keluar tekanan-tekanan yang ada, tapi tidak bisa karena kau selalu merasa dikejar-kejar deadline. Mungkin juga kau sedang butuh kehidupan baru. Maka mimpi adalah jalan keluar yang tepat bagimu, di mana kau tidak perlu menunda pekerjaanmu dan juga sekaligus menikmati hidup yang santai dalam tidurmu.”	39
				24.	Perbincangan makan siang, yang juga sekaligus sesi konsultasinya dengan Dokter Thomas, telah berakhir. Bagi Anita, itu berarti ia harus kembali membiarkan dirinya jatuh dalam pelukan tumpukan-tumpukan kertas yang masih menggunung di hadapan komputer yang selalu setia menemaninya hingga sore nanti.	41
				25.	Di hadapan komputernya, ia memejamkan matanya sejenak sebelum akhirnya	42-43

					membukanya lebar-lebar. Baru melihat angka-angka yang tertera di layar komputer saja, matanya sudah berkedip-kedip kelelahan. Dan pada saat tangannya menggapai berkas yang ada di tumpukan paling atas, ia bisa merasakan pegal-pegal yang luar biasa di sepanjang garis punggungnya.	
				26.	Anita telah berusaha sebisanya untuk menimbulkan perasaan nyaman saat menjalani aktivitasnya sehari-hari. Ia bahkan juga sudah berusaha menikmati semua tekanan yang ada. Tapi semua usahanya itu justru malah semakin menjauhkannya dari sebuah kehidupan yang ia ingini.	44-45
				27.	“Kau sepertinya sudah jenuh dengan semua rutinitas yang sedang kau jalani ini. Makanya kau berusaha menghibur dirimu sendiri dengan menciptakan mimpi-mimpi yang indah.” Kata-kata Michael memang ada benarnya. Bagi Anita, kehidupan di Jakarta seakan berjalan dalam gerak lambat; sangat pelan dan membosankan.	197-198
				28.	Ia merasa dirinya seakan-akan sedang meminum racun yang akan memisahkannya dengan orang-orang yang dicintainya. Ia rela memberikan segalanya agar keadaan kembali berpihak padanya lagi.	199-200
				29.	“Saat ini keadaan di sekeliling Anda sedang tidak berjalan dengan baik, makanya Anda berlari dari kenyataan itu ke dunia mimpi	216

					Anda dan mencoba membuat kehidupan yang baru dengan cara menciptakan perasaan cinta pada sosok pria yang Anda temui di sana.”	
2	Respon Kognitif	a. Menyalahkan diri sendiri	Anita menyalahkan dirinya sendiri karena kebakaran yang merenggut kedua anak dan ibunya. Juga tentang rasa bersalahnya karena meninggalkan kedua anak dan ibunya.	30.	Bagi Anita, setidaknya ada lima emosi yang sedang ia rasakan saat itu. Emosi pertama adalah rasa bersalah, karena harus meninggalkan kedua anaknya di dunia yang lain. Emosi yang kedua adalah kebencian pada dirinya sendiri, karena tidak dapat membedakan dunia mana yang nyata. Lalu emosi yang ketiga adalah perasaan malu, karena harus mengakui pada orang-orang tentang penyakit kejiwaan yang sedang melanda dirinya. Emosi keempat adalah amarah, karena dirinya diharuskan memilih suatu pilihan yang teramat sulit. Dan emosi terakhir adalah perasaan cintanya pada Michael, yang sekaligus rasa takut bilamana pada akhirnya pria itu hanyalah merupakan bagian dari mimpinya saja selama ini.	108
				31.	Anita menunduk. “Karena aku harus kembali lagi ke sana.” “Ke dunia mimpimu?” “Iya, aku harus kembali ke sana.” “Oh... Ta, mengapa kau terus bersikeras kembali ke sana? Mengapa kau sia-siakan hidupmu hanya untuk sesuatu yang tidak nyata?” Anita merasa tersinggung mendengar perkataan pria itu. “Tidak nyata bagimu, tapi sangat terasa nyata bagiku,” jawabnya	198

					ketus. “Aku tahu, tapi mengapa?” “Karena aku tidak bisa meninggalkan anak-anakku di sana. Mereka membutuhkanku.”	
				32.	Anita mencari kata-kata yang tepat untuk memulainya. Tapi tak ia temukan. Ia menunduk dan mulai menangis, “Oh... Ma, aku bersalah,” katanya terisak-isak. “Maafkan aku.” Nancy membelai-belai rambut Anita. “Ini semua bukan salahmu.” “Bagaimana tidak? Aku yang menciptakan semua ini.” Ia mengatur nafasnya. “Kau ingat, waktu itu aku pernah berjanji tidak akan meninggalkanmu, juga Ami dan Sarah. Tapi...” Anita tak mampu meneruskan kata-katanya lagi karena terasa sakit baginya untuk mengatakan hal itu.	231
				33.	“Tapi aku tak mau meninggalkanmu, Ma. Aku tak mau meninggalkan Ami dan Sarah.” Ia memeluk Nancy erat-erat. “Aku tak mau kehilangan kalian sekali lagi.” “Kau harus, Ta. Kau harus kembali ke duniamu untuk melanjutkan hidupmu.”	232

	b. Merasa sendirian dan sepi	Anita merasa kesepian semenjak ditinggal oleh kedua anak dan ibunya	34.	Malam itu Anita baru kembali dari rumah ibunya, mengantarkan Ami dan Sarah yang ingin menginap di sana hari itu. Ia berdiri di depan pintu utama rumahnya, memandang ke dalam ruangan yang gelap gulita. Tiba-tiba ia merasakan kesepian yang luar biasa dari tempatnya berdiri. Kesendirian telah menyerangnya, tak luput pula kehampaan yang seperti melekat di setiap ruangan dalam rumahnya itu.	191
	c. Merasa tidak pasti	Akibat kehidupan nyata dan mimpinya yang dijalani Anita, ia merasakan ketidakpastian dalam membedakan kehidupan nyata atau mimpinya.	35.	“Sangat mustahil bagi siapa pun untuk hidup di dua dunia yang berbeda.” Cepat-cepat Dokter Teddy mengambil alih pembicaraan. “Dalam kasus ini, Anda merasa hidup di dunia nyata dan juga di dunia mimpi. Dan yang menjadi masalahnya adalah Anda tidak bisa membedakan antara mana nyata dan mana yang tidak.” Anita hanya mengangguk-angguk.	27-28
			36.	Iya Dok, yang saya rasakan sekarang nyata. Tapi nanti saya juga akan merasakan hal yang sama pula dalam mimpi saya.	36
			37.	Tapi mimpi saya ini terasa sangat nyata sekali, Dok.	38
			38.	Tapi rasanya saya juga tidak bisa menemukan adanya keanehan dalam mimpi-mimpi saya Dok.	40
			39.	Ia mengamati sekelilingnya sekali lagi berusaha menemukan bilamana ada keganjilan saat itu. Sebenarnya ia merasa sudah menemukannya. Dengan melihat suasana di restoran itu saja, sudah terasa	57-58

					aneh baginya. Tapi ia butuh melihat sesuatu yang benar-benar ganjil untuk meyakinkan bahwa saat itu sebenarnya dirinya sedang bermimpi.	
				40.	<i>Apakah aku tak pernah ada di dalam hidup mereka?</i> pikir Anita. <i>Apakah aku sudah sebegitu transparannya hingga tak ada satu pun dari mereka yang melihatku saat ini? Apakah aku ini hantu?</i> Tiba-tiba ia teringat bahwa ia mempunyai kehidupan lain di dunia mimpinya. <i>Bila benar demikian, berarti ini semua hanyalah mimpi dan aku adalah bagian dari mereka yang sebenarnya tidak pernah ada.</i>	76
				41.	Bagi Anita, setidaknya ada lima emosi yang sedang ia rasakan saat itu. Emosi pertama adalah rasa bersalah, karena harus meninggalkan kedua anaknya di dunia yang lain. Emosi yang kedua adalah kebencian pada dirinya sendiri, karena tidak dapat membedakan dunia mana yang nyata. Lalu emosi yang ketiga adalah perasaan malu, karena harus mengakui pada orang-orang tentang penyakit kejiwaan yang sedang melanda dirinya. Emosi keempat adalah amarah, karena dirinya diharuskan memilih suatu pilihan yang teramat sulit. Dan emosi terakhir adalah perasaan cintanya pada Michael, yang sekaligus rasa takut bilamana pada akhirnya pria itu hanyalah merupakan bagian dari mimpinya saja selama ini.	108

				42.	“saya juga bingung, Dok. Justru saya malah menemukan keganjilan-keganjilan itu di sini.”	131
				43.	Dengan dunia mimpinya, ia telah berusaha mencari keganjilan-keganjilan yang ada di sana. Tapi keganjilan-keganjilan tersebut justru malah ia temukan di sini, di kehidupan yang ia jalani saat itu.	135
				44.	Michael tampak terkejut. “Jadi sampai sekarang kau masih meragukan keberadaanmu di sini?” “Aku sedang mengatasi hal itu Mike.” “Kalau begitu... artinya kau juga tidak begitu yakin dengan keberadaanku sekarang?” “Aku yakin saat ini nyata. Aku yakin di sinilah kehidupanku yang sebenarnya. Tapi itu juga kurasakan di sana, di dalam mimpiku.”	160
				45.	“Tapi kau sudah melupakan Reza, kan? Maksudku... kau sudah bisa melupakan perasaanmu padanya, kan? Karena kita akan bisa meneruskan hubungan ini kalau kau masih belum mau membiarkan masa lalumu itu hilang.” Nada bicara Alex mulai meninggi saat mengatakan hal itu. Anita menghela nafas. “Aku tidak tahu, Lex. Aku tidak yakin lagi dengan perasaanku saat ini, karena apa yang kurasakan dalam mimpiku itu benar-benar nyata. Perasaanku pada pria itu terasa sangat nyata, Lex.”	178

				46.	<p>“Jadi, bisa saya simpulkan bahwa sampai saat ini Anda masih meragukan keberadaan Anda di sini.”</p> <p>“Sebenarnya saya tidak mau meragukan hal itu, Dok. Tapi saya merasa tertekan dengan semua orang yang selalu mengatakan pada saya bahwa mereka nyata. Saya benar-benar bingung, Dok. Saya tidak tahu lagi siapa yang harus saya percayai.”</p> <p>“Saya nyata!” tegas Dokter Teddy dengan memberi tekanan di setiap kata. “Semua yang ada di sini nyata, bukan mimpi. Kau harus percaya hal itu.”</p>	216
		d. Kesulitan Berkonsentrasi	Anita kesulitan berkonsentrasi dalam membedakan kenyataan dan mimpinya	47.	<p>..., tapi bagaimana jika semua ini tidak nyata dan aku belum menyadarinya? Bagaimana jika sebenarnya saat ini aku sedang tidur, dan hanya menunggu waktu untuk terbangun dari mimpi ini? Ia tak lagi bisa memercayai pikirannya sendiri.</p>	96
				48.	<p>“Justru di restoran itulah letak anehnya, Dok. Suasana di sana terlihat sangat berlebihan.”</p> <p>“terlalu mewah maksudmu?” potong Dokter Thomas.</p> <p>“Iya terlalu mewah. Dan menurut saya itu sangat berlebihan untuk ukuran kemewahan sebuah restoran.” Anita memberikan jeda sejenak. “Dan saya pikir, tidak menutup kemungkinan kalau semua kemewahan yang saya lihat waktu itu hanyalah bagian dari fantasi saya saja saat sedang tidur.”</p>	132
				49.	<p>“Coba berikan gambaran pada saya bagaimana keadaan duniamu di sana, dunia</p>	133

					<p>yang menurutmu lebih nyata itu.”</p> <p>“Umm... bagaimana ya?” Anita berusaha mengingat-ingat. “Saya tidak tahu bagaimana cara menggambarkan Dok. Tapi yang pasti di sana terlihat lebih masuk akal... dan terasa lebih nyata.”</p> <p>“Kau bahkan tidak tahu bagaimana caranya menjelaskan keadaan di sana. Kenapa kau bisa bilang di sana lebih nyata?” Dokter Thomas membakar batangan rokoknya.</p>	
3	Respon Perilaku	a. Mengisolasi diri dari orang lain	Akibat trauma yang dialaminya, Anita mengisolasi dirinya dari orang lain	50.	Mungkin teman yang ia miliki saat itu hanya Michael dan Dokter Thomas, setidaknya hanya mereka yang masih sudi berkomunikasi aktif dengannya.	43
				51.	Ia pun menyadari bahwa selama ini kehidupan sosialnya sangatlah terbatas. Ia tidak memiliki teman lain sesama pengajar selain dengan Alex. Maka, setelah pria itu hilang dari dunianya, ia merasa seperti terdampar di suatu pulau seorang diri.	192-193
		b. Mengonsumsi rokok	Anita mengonsumsi rokok saat tertekan oleh traumanya	52.	Dokter Thomas meneguk cepat-cepat minuman sodanya, lalu mengeluarkan sebungkus rokok dari dalam saku kemejanya. “Apa kau keberatan?” tanyanya seraya menunjukkan batangan rokok yang terjepit di jari-jemarinya. “Boleh saya minta satu?” “Kau merokok juga?” tanya Dokter Thomas saat menyodorkan bungkus rokoknya kepada Anita. “Tidak sering.” Anita mengambil sebatang rokok dari dalam bungkus itu. “Hanya untuk menghilangkan ketegangan saja.”	37

		c. Sulit percaya kepada orang lain	Trauma yang dialami Anita mengakibatkannya sulit percaya kepada orang lain	53.	Ia telah lelah hidup tanpa mengetahui di mana sebenarnya dirinya sedang berada. Ia telah lelah untuk terus hidup dalam kebimbangan antara mana yang nyata dan mana yang bukan. Tapi semua itu terjadi di luar kendalinya, tanpa bisa ia hentikan. Mungkin salah satu cara untuk mengakhirinya adalah dengan mulai mempercayai orang-orang di sekitarnya. Tapi bagaimana bisa? Bahkan dirinya pun tak tahu pihak mana yang harus dipercayai. Mereka semua telah memanipulasi otaknya.	60
					“Kau selalu begitu, Ta. Selalu mencari-cari alasan untuk menunda pembicaraan ini. Ada apa denganmu, Ta? Mengapa kau selalu membatasi diri dengan orang-orang disekelilingmu, seolah-olah kau mempunyai kehidupan lain yang kau tak ingin orang lain tahu? Ada apa sebenarnya, Ta? Katakanlah padaku?”	114-115
					“Munculnya seorang pria dalam mimpimu itu membuat saya yakin kalau kau masih menggunakan perasaan saat melihat keadaan di sana. Kau ingin merakan kesempurnaan dalam dunia mimpimu itu, tidak hanya dengan anak-anak dan ibumu saja, tapi juga kehadiran seorang pria. Sangat sempurna, bukan? Tidak ada lagi yang kurang.” “Tapi Dok, mereka semua terlihat nyata sekali sekali,” tegas Anita berusaha menyakinkan psikiaternya itu. “Bukan hanya melalui mata saya saja, tapi juga	187

					<p>melalui sentuhan-sentuhan mereka, dan bahkan aroma tubuh mereka. Itu semua terasa sangat nyata, Dok.”</p> <p>Dengan tenang Dokter Thomas berkata, “Iya, tapi itu semua terasa nyata karena kau yang membiarkan dirimu larut dalam perasaanmu sendiri. Sepertinya saya sudah sering sekali mengatakan hal ini.”</p>	
					<p>“Jadi, bisa saya simpulkan bahwa sampai saat ini Anda masih meragukan keberadaan Anda di sini.”</p> <p>“Sebenarnya saya tidak mau meragukan hal itu, Dok. Tapi saya merasa tertekan dengan semua orang yang selalu mengatakan pada saya bahwa mereka nyata. Saya benar-benar bingung, Dok. Saya tidak tahu lagi siapa yang harus saya percayai.”</p> <p>“Saya nyata!” tegas Dokter Teddy dengan memberi tekanan di setiap kata. “Semua yang ada di sini nyata, bukan mimpi. Kau harus percaya hal itu.”</p>	16
4	Respon Fisiologis atau fisik	Sakit kepala	Anita mengalami sakit kepala jika melihat benda yang mengingatkannya pada trauma yang dialaminya.	54.	Pening dikepalanya semakin menjadi-jadi, karena dipenuhi dengan teriakan-teriakan liar yang entah dari mana asalnya.	93
				55.	Ia bangkit dari tempat tidurnya dan duduk di tepian ranjang, seperti biasa. Tiba-tiba ada teriakan-teriakan yang mengerikan muncul dari dalam kepalanya. Ia sudah terbiasa dengan keadaan itu. Maka ia ingin meletakkan kepalanya ke atas bantal untuk menghilangkan rasa pening yang ditimbulkan oleh suara-suara itu. Tapi yang ia lakukan hanya memejamkan mata,	220

					berusaha mengingat kembali mimpinya semalam.	
				56.	Anita begitu sibuk mengaduk-aduk seluruh isi kotak sehingga tak lagi menyadari keberadaan Michael di ruangan itu. Matanya tercengang melihat apa yang ia lihat. Perasaannya mulai menegang, memaksa jantungnya berdetak liar. Teriakan-teriakan mengerikan itu pun singgah lagi dalam kepalanya dan menyiksanya kejam dengan rasa sakit yang begitu hebat. Anita berharap apa yang dilihatnya di dalam kotak itu tidak nyata. Ia berharap semua itu hanyalah ilusi matanya saja yang masih menjadi budak setia iblis-iblis kantuknya.	222

Lampiran 5: Teknik Pengarang Menggambarkan Trauma Kejiwaan pada Tokoh Utama Novel *Dream* karya Joannes Rhino

No	Teknik Penggambaran Trauma	Varian	Konteks Cerita	No data	Kutipan	Hal
1	Metode Analitik		Teknik penggambaran secara langsung oleh pengarang, untuk menggambarkan trauma kejiwaan yang dialami Anita	1.	Anita adalah seorang wanita langsing berambut hitam yang berumur tiga puluh lima tahun. Kulitnya berwarna coklat terang, wajahnya agak pucat tapi tampak cerdas sedangkan bola mata hitamnya dilapisi lensa kontak berwarna biru. Wajahnya cukup menarik, meskipun tidak bisa dikatakan cantik. Saat itu ia duduk tegak lurus di hadapan meja rias sambil mencoba melawan hantu-hantu tidur yang masih tersisa di matanya.	12
				2.	Sudah tiga tahun Anita mengajar di SD Santo Markus, tempat di mana kedua putrinya disekolahkan. Di sana ia memegang dua mata pelajaran pokok, yaitu Bahasa Indonesia dan Ilmu Pengetahuan Sosial.	18
				3.	Siang itu Anita mempunyai janji pertemuan dengan Dokter Thomas. Dokter Thomas adalah seorang psikiater muda yang masih dapat dikategorikan baru dalam bidangnya, yaitu psikologi. Anita telah menjadi pasiennya selama dua minggu, dan hari itu adalah pertemuannya yang ketiga.	35
				4.	Selesai membuat janji kencan dengan Michael, cepat-cepat Anita kembali ke ruangnya. Di hadapan komputernya, ia memejamkan matanya sejenak sebelum akhirnya membukanya lebar-lebar. Baru melihat angka-angka yang tertera di layar komputer saja, matanya sudah berkedip-kedip kelelahan. Dan pada saat tangannya menggapai berkas yang ada di tumpukan paling atas, ia bisa	42-43

					merasakan pegal-pegal yang luar biasa di sepanjang garis punggungnya.	
				5.	Anita telah berusaha sebisanya untuk menimbulkan perasaan nyaman saat menjalani aktivitasnya sehari-hari. Ia bahkan juga sudah berusaha menikmati semua tekanan yang ada. Tapi semua usahanya itu justru malah semakin menjauhkannya dari sebuah kehidupan yang ia ingini.	44-45
				6.	Anita tahu benar apa yang sedang ia tangisi malam itu. Ia menangisi kerinduan dan kecintaannya yang mendalam pada mendiang suminya.	53
				7.	Perasaannya yang mendalam pada mendiang suaminya mulai menyadarkannya bahwa kata-kata ibunya mungkin benar, di mana dirinya masih terperangkap di masa lalu. Ada sebagian kecil dari dirinya yang ingin melupakan mendiang suaminya itu dan melanjutkan hidupnya. Tapi sebagian besar sisanya sepertinya hanya ingin terus berada di sana dan tak akan pernah beranjak.	54
				8.	Bagi Anita, setidaknya ada lima emosi yang sedang ia rasakan saat itu. Emosi pertama adalah rasa bersalah, karena harus meninggalkan kedua anaknya di dunia yang lain. Emosi yang kedua adalah kebencian pada dirinya sendiri, karena tidak dapat membedakan dunia mana yang nyata. Lalu emosi yang ketiga adalah perasaan malu, karena harus mengakui pada orang-orang tentang penyakit kejiwaan yang sedang melanda dirinya. Emosi keempat adalah amarah, karena dirinya diharuskan memilih suatu pilihan yang teramat sulit. Dan emosi terakhir adalah perasaan cintanya pada Michael, yang sekaligus rasa takut bilamana pada akhirnya pria itu hanyalah merupakan bagian dari	108

					mimpinya saja selama ini.	
				9.	Anita ingin sekali menceritakan tentang keluarganya. Tapi sepertinya ia tak bisa mengingat apa pun tentang hal itu. Justru keluarga yang ia ingat adalah ibunya dan anak-anaknya yang hidup di dunia mimpinya, di kehidupannya yang lain.	113-114
				10.	Anita begitu sibuk mengaduk-aduk seluruh isi kotak sehingga tak lagi menyadari keberadaan Michael di ruangan itu. Matanya tercengang melihat apa yang ia lihat. Perasaannya mulai menegang, memaksa jantungnya berdetak liar. Teriakan-teriakan mengerikan itu pun singgah lagi dalam kepalanya dan menyiksanya kejam dengan rasa sakit yang begitu hebat. Anita berharap apa yang dilihatnya di dalam kotak itu tidak nyata. Ia berharap semua itu hanyalah ilusi matanya saja yang masih menjadi budak setia iblis-iblis kantuknya.	222
2	Metode Dramatis	a. Teknik cakapan	Teknik penggambaran trauma Anita dalam bentuk duolog dan dialog	11.	“Coba berikan gambaran pada saya bagaimana keadaan duniamu di sana, dunia yang menurutmu lebih nyata itu.” “Umm... bagaimana ya?” Anita berusaha mengingat-ingat. “Saya tidak tahu bagaimana cara menggambarkannya Dok. Tapi yang pasti di sana terlihat lebih masuk akal... dan terasa lebih nyata.” “Kau bahkan tidak tahu bagaimana caranya menjelaskan keadaan di sana. Kenapa kau bisa bilang di sana lebih nyata?” Dokter Thomas membakar batangan rokoknya.	133
				12.	“Kebakaran yang waktu itu?” Alex mengerutkan dahi. “Masa kau tidak ingat?” Anita menggeleng-geleng sambil mengerutkan dahi. “kapan terjadiannya?”	140

					<p>“Umm... kalau tidak salah setahun lalu, dan kejadiannya di sekitar sini.”</p> <p>Dahi Anita masih tetap berkerut-kerut. “aku tidak ingat, Lex.”</p>	
				13.	<p>Anita mengelus-elus dahinya. “Kau yakin itu kejadiannya di sekitar sini?”</p> <p>“Yakin sekali,” tegas Alex, “karena aku juga ikut membantu saat membereskan puing-puing sisa kebakaran. Makanya... tadinya kupikir cepat juga pembangunan di wilayah tempat tinggalmu ini, Ta. Tak keliatan sedikit pun ada sisa-sisa kebakaran.”</p> <p>“aku heran mengapa aku tidak bisa mengingat hal itu.”</p>	141-142
				14.	<p>“Lalu kenapa kau masih saja bermimpi ada di sana... di Jakarta?”</p> <p>“Aku juga sama bingungnya seperti Mama.”</p> <p>“Apa yang dikatakan Dokter Teddy tentang hal ini?”</p> <p>“Dia bilang aku harus mengingat-ingat kembali masa-masa pertemuanku dengan Mas Reza waktu di Jakarta dulu.”</p> <p>“Buat apa? Bukannya seharusnya dilupakan saja agar kau bisa memulai hidup yang baru lagi?”</p>	149
				15.	<p>“tapi... memangnya kau sudah lupa bagaimana pertemuanmu dengan Reza dulu?”</p> <p>Anita mengangguk-angguk. “Makanya kutanyakan pada Mama. Kupikir Mama bisa membantuku.”</p> <p>“Wah sayang sekali, aku sudah lupa, Ta. Tapi seharusnya ini adalah hal yang baik buatmu.”</p> <p>“Maksud Mama?”</p> <p>“Kau yang mengalaminya sendiri saja sudah lupa, artinya kau sedang tahap melupakan masa lalumu itu.”</p>	151

				<p>16. “Ta, banyak kebakaran yang pernah terjadi di sini. Kebakaran yang mana maksudnya?” “Kebakaran yang terjadi di daerah rumahku.” Nancy mengerutkan dahi, sepertinya sedang berpikir keras. “Yah... mungkin pernah, tapi aku sudah lupa.” “Tapi katanya kebakaran itu sangat besar, Ma. Belasan rumah habis terbakar dan banyak yang meninggal. Beritanya saja tersebar di mana-mana. Masa Mama bisa lupa?” “Aku ini sudah tua, Ta,” jawab Nancy dengan nada santai. “Ingatanku tidak setajam dulu lagi.” Ia memberi jeda sejenak. “Mengapa kau tanyakan hal ini? Kalau kata Alex kebakaran itu terjadi setahun lalu... seharusnya kau juga tahu, Ta.” “Aku juga bingung kenapa aku bisa lupa.”</p>	152
				<p>17. “Iya, maksudku sudah berapa lama kau hilang ingatan seperti ini?” “Umm... sekitar setengah tahunan.” “Setengah tahun?” Michael membelalakan matanya. “Jadi selama itu kau tidak mengetahui di mana keberadaan orangtuamu?” Anita mengeleng-geleng. “Apa mereka tidak berusaha menghubungimu?” Anita menghela nafas, “Tidak. Sepertinya mereka telah hilang begitu saja dari kehidupan ini.”</p>	159-160
				<p>18. Michael tampak terkejut. “Jadi sampai sekarang kau masih meragukan keberadaanmu di sini?” “Aku sedang mengatasi hal itu Mike.” “Kalau begitu... artinya kau juga tidak begitu yakin dengan keberadaanku sekarang?” “Aku yakin saat ini nyata. Aku yakin di sinilah kehidupanku yang sebenarnya. Tapi itu juga</p>	160

					kurasakan di sana, di dalam mimpiku.”	
				19.	Anita menoleh ke arah Alex, masih berusaha setenang mungkin. “Lex, penyakitku ini tidak menyerang kondisi fisikku.” “Lalu?” “Ini menyerang ke otak. Aku mengidap penyakit kejiwaan, Lek.” “Maksudmu... gila?” rasa terkejut Alex semakin menjadi-jadi, ditambah lagi rasa takut mulai ikut ambil bagian. “Bukan.” Alex menghela nafas lega saat mendengar jawaban itu. “Aku hanya merasa seperti sedang menjalani dua kehidupan saat ini,” lanjut Anita. “Di sini dan di dunia mimpiku.”	176
				20.	“Umm... aku mempunyai rencana untuk mengajakmu ke suatu tempat.” Anita menunduk menatap makanannya, berusaha menghindari kontak mata dengan Michael. “Sepertinya aku tidak bisa, Mike. Masih ada banyak berkas yang harus kuselesaikan.” “Bekerja, selalu saja bekerja,” gerutu Michael. “Apa tidak ada hal lain lagi dalam pikiranmu, Ta?”	182- 183
				21.	Anita menunduk. “Karena aku harus kembali lagi ke sana.” “Ke dunia mimpimu?” “Iya, aku harus kembali ke sana.” “Oh... Ta, mengapa kau terus bersikeras kembali ke sana? Mengapa kau sia-siakan hidupmu hanya untuk sesuatu yang tidak nyata?” Anita merasa tersinggung mendengar perkataan pria itu. “Tidak nyata bagimu, tapi sangat terasa	198

					nyata bagiku,” jawabnya ketus. “Aku tahu, tapi mengapa?” “Karena aku tidak bisa meninggalkan anak-anakku di sana. Mereka membutuhkanku.”	
				22.	“Jadi, bisa saya simpulkan bahwa sampai saat ini Anda masih meragukan keberadaan Anda di sini.” “Sebenarnya saya tidak mau meragukan hal itu, Dok. Tapi saya merasa tertekan dengan semua orang yang selalu mengatakan pada saya bahwa mereka nyata. Saya benar-benar bingung, Dok. Saya tidak tahu lagi siapa yang harus saya percayai.” “Saya nyata!” tegas Dokter Teddy dengan memberi tekanan di setiap kata. “Semua yang ada di sini nyata, bukan mimpi. Kau harus percaya hal itu.”	216
				23.	“Bagaimana jika saat ini adalah mimpi dan saya sedang terperangkap di dalamnya, mencoba mencari jalan kembali ke dunia nyata?” Pernyataan Anita itu membuat Dokter Teddy terbisu. Lantas ia kembali mengelus-elus dahinya, memaksa otaknya untuk berpikir lebih keras lagi. Berselang cukup lama, ia berkata, “Yang sedang terjadi dalam diri Anda ini adalah semacam gangguan otak, yang dinamakan stress pascatrauma. Biasanya gejala utamanya adalah menghidupkan kembali kenangan ke dalam mimpi.”	216-217
				24.	Anita mencari kata-kata yang tepat untuk memulainya. Tapi tak ia temukan. Ia menunduk dan mulai menangis, “Oh... Ma, aku bersalah,” katanya terisak-isak. “Maafkan aku.” Nancy membelai-belai rambut Anita. “Ini semua bukan salahmu.”	231

					<p>“Bagaimana tidak? Aku yang menciptakan semua ini.” Ia mengatur nafasnya. “Kau ingat, waktu itu aku pernah berjanji tidak akan meninggalkanmu, juga Ami dan Sarah. Tapi...” Anita tak mampu meneruskan kata-katanya lagi karena terasa sakit baginya untuk mengatakan hal itu.</p>		
				25.	<p>“Sudahlah, memang sudah seharusnya terjadi. Kau tidak bisa terus berlari dari kenyataan bahwa kami bagian dari mimpimu.”</p> <p>“Hidup ini tidak adil, Ma.” Kata Anita menunduk sambil mengeleng-gelengkan kepalanya. “Hidupku ini terasa sangat tidak adil. Semua orang yang kucintai harus pergi mendahuluiku. Bahkan mimpi-mimpiku ini pun sebentar lagi juga akan hilang.”</p>	231-232	
				26.	<p>“Tapi aku tak mau meninggalkanmu, Ma. Aku tak mau meninggalkan Ami dan Sarah.” Ia memeluk Nancy erat-erat. “Aku tak mau kehilangan kalian sekali lagi.”</p> <p>“Kau harus, Ta. Kau harus kembali ke duniamu untuk melanjutkan hidupmu.”</p>	232	
		b. Teknik kesadaran	arus	Cara penceritaan untuk mengungkap perkembangan karakter Anita	27.	<p>Anita mulai bercerita. Ia mengawali ceritanya dengan menjelaskan profesinya sebagai seorang guru. Ia menjelaskan bagaimana pusingnya mengajar puluhan murid yang berlainan karakter satu sama lain.</p>	26-27
					28.	<p>Cukup lama Anita menuturkan pengalaman mengajarkannya, dan sepertinya satu hari pun tidak akan cukup untuk memaparkan semuanya. Ia terus berputar-putar pada satu bahasan yang sama, dan terus mengulang betapa pekerjaannya itu bisa membuatnya cukup stress. Apalagi di saat-saat menjelang kenaikan kelas, di mana dirinya tidak boleh bersikap subyektif dalam memberikan nilai,</p>	27

					sementara ia ingin sekali memberikan nilai bagus pada kedua anaknya untuk mata pelajaran yang ia pegang.	
				29.	Ia bangkit dan duduk termenung di tepian ranjang. Dalam kegelapan ruangan kamar, seluruh ingatannya membeku oleh dinginnya kehampaan yang begitu hebat yang ia rasakan. Bayangan ibunya dan kedua anaknya saat berpisah dalam mimpinya tadi seakan masih bermain api dalam benaknya, tak sanggup ia usir. Tiba-tiba ada teriakan-teriakan kepahitan muncul dari dalam kepalanya, membuatnya semakin terpuruk lagi.	237
		c. Teknik pembuatan tokoh	Penggambaran trauma Anita dapat terlihat dari perilaku dan perbuatannya	30.	Beberapa jam berikutnya Anita terlalu sibuk bekerja di belakang meja kerjanya dengan komputer dan tumpukan-tumpukan kertas, sehingga ia tak punya waktu untuk memikirkan hal lain.	14
				31.	Di hadapan komputernya, ia memejamkan matanya sejenak sebelum akhirnya membukanya lebar-lebar. Baru melihat angka-angka yang tertera di layar komputer saja, matanya sudah berkedip-kedip kelelahan. Dan pada saat tangannya menggapai berkas yang ada di tumpukan paling atas, ia bisa merasakan pegal-pegal yang luar biasa di sepanjang garis punggungnya.	42-43
				32.	Ia sempat menghela nafas panjang sebelum berkata dengan nada serius, “Kau lihat sendiri, kan, dampak dari mimpi-mimpi itu terhadapmu?” Anita berusaha menyakinkan Michael dengan berkata, “Tapi bukan karena hal itu aku jatuh sakit. Mungkin karena aku terlalu lelah bekerja. Kau pasti mengerti, pekerjaan di kantor benar-benar	211-212

					menguras tenaga.”	
		d. Teknik pandangan tokoh lain	Karakter Anita juga dapat dilihat dari pandangan tokoh lain	33.	“Sangat mustahil bagi siapa pun untuk hidup di dua dunia yang berbeda.” Cepat-cepat Dokter Teddy mengambil alih pembicaraan. “Dalam kasus ini, Anda merasa hidup di dunia nyata dan juga di dunia mimpi. Dan yang menjadi masalahnya adalah Anda tidak bisa membedakan antara mana nyata dan mana yang tidak.” Anita hanya mengangguk-angguk.	27-28
				34.	“Oke, katakanlah dia benar. Katakanlah kau adalah seorang wanita yang tinggal di suatu daerah terpencil jauh dari peradapan, yang secara kebetulan mengingini hal-hal baru untuk keluar dari rutinitas-rutinitas hidupnya yang membosankan. Dan secara kebetulan juga jawabannya hanya bisa di dapatkan di sini, di Jakarta...”	35-36
				35.	“hmm... di pertemuan lalu kau sudah menjelaskan semuanya tentang kehidupanmu di sini. Rutinitas-rutinitas yang membosankan, pekerjaan yang selalu menumpuk, kejenuhanmu dalam menjalani semua itu. Mungkin kau ingin keluar tekanan-tekanan yang ada, tapi tidak bisa karena kau selalu merasa dikejar-kejar deadline. Mungkin juga kau sedang butuh kehidupan baru. Maka mimpi adalah jalan keluar yang tepat bagimu, di mana kau tidak perlu menunda pekerjaanmu dan juga sekaligus menikmati hidup yang santai dalam tidurmu.”	39
				36.	“Dia menceritakan bagaimana perkawinan anda dulu dengan mendiang suami anda, dan apa yang menyebabkan anda pindah dari jakarta. Dia mengatakan bahwa anda masih belum bisa merelakan kepergian suami anda itu.”	63

				37.	“Saat ini Anda mungkin masih berpikir bahwa Anda sudah merasakan kebahagiaan, karena Anda masih memiliki orang-orang yang Anda cintai di sekeliling Anda. Tapi sebenarnya Anda masih belum bisa menerima kenyataan bahwa suami Anda tidak masuk di dalam kebahagiaan yang Anda rasakan itu. Dan dari situlah mimpi ikut ambil bagian dalam hidup Anda.”	67
				38.	“Anda harus berhenti berlari. Anda harus mulai bisa menerima kenyataan, sepahit apapun kenyataan itu. Dan anda juga harus segera keluar dari dunia mimpi Anda itu, sebelum Anda menemukan kehidupan yang baru di sana.”	69
				39.	“itu hal yang bagus. Saya rasa itu adalah hal yang sangat bagus bagimu. Perasaan cinta yang sedang kau rasakan ini dapat menyeimbangkan kejenuhanmu dari semua tekanan pekerjaan yang ada.”	91
				40.	“Kau tidak bisa menemukannya karena kau sendiri yang tidak mau melihatnya. Setiap orang mempunyai sisi lemah. Dan kalau kita menatap terlalu lama ke bagian itu, kita akan terperangkap di sana. Dalam hal ini, kau menolak untuk melihat keganjilan-keganjilan yang ada di dunia mimpimu itu karena kau telah membiarkan dirimu terlena olehnya. Tanpa kau sadari, kau telah merasakan kecintaan yang mendalam pada dunia mimpimu itu. Kau telah mencintai anak-anakmu dan juga ibumu di sana, dan kau menolak untuk menerima kenyataan bahwa mereka hanyalah bagian dari mimpimu.”	93
				41.	“Kau selalu begitu, Ta. Selalu mencari-cari alasan untuk menunda pembicaraan ini. Ada apa	114-115

					denganmu, Ta? Mengapa kau selalu membatasi diri dengan orang-orang disekelilingmu, seolah-olah kau mempunyai kehidupan lain yang kau tak ingin orang lain tahu? Ada apa sebenarnya, Ta? Katakanlah padaku?”	
				42.	Alasan-alasanmu itu tidak masuk akal. Kau sengaja membuat alasan-alasan seperti itu untuk menyakinkanmu bahwa di sinilah dunia mimpimu.”	133
				43.	“Satu-satunya cara untuk menghentikan mimpi-mimpi Anda itu adalah dengan mengingat kembali masa-masa pertemuan Anda dengan mendiang suami Anda.” Dokter Teddy membolak-balik berkas-berkas di tangannya. “Sepertinya saya sudah pernah mengatakan hal ini, bukan?” “Iya Dok, tapi tetap saja saya tidak bisa mengingatnya.”	147-148
				44.	“Pada saat Anda sudah mengingat semuanya, Anda akan menyadari bahwa mimpi-mimpi itu muncul karena Anda masih dalam suasana duka... belum bisa merelakan kepergian mendiang suami Anda.”	148
				45.	“Aku memang tidak ahli untuk masalah seperti ini. Tapi kurasa mimpi-mimpimu itu ada berkaitan erat dengan hilang ingatanmu ini. Mungkin pada saat kau menyadari bahwa dunia di sana hanyalah mimpi, ingatanmu akan kembali pulih lagi.”	161
				46.	“Nah, mimpi-mimpi Anda itu bermula dari rasa takut. Anda takut tidak akan pernah bisa menemukan pengganti mendiang suami Anda, makanya Anda memunculkan sosok pria di dunia mimpi Anda... yang saya yakini pria itu adalah mendiang suami Anda.” Dokter Teddy membuka kacamatanya dan meletakkannya di atas tumpukkan kertas-kertas di atas meja sambil terus	168

					bicara. “Dan itu menuntun kita ke perumpamaan yang kedua, yaitu rasa aman. Ketika seseorang merasa takut, orang itu akan melakukan apa saja agar rasa takut itu hilang. Dan dalam hal ini, Anda menyingkirkan rasa takut Anda dengan berlari ke tempat yang lebih aman.”	
				47.	“Tapi bila saya harus menjelaskannya secara singkat... sebenarnya Anda masih mengingini kehidupan Anda yang dulu, kehidupan di Jakarta bersama suami dan anak-anak Anda. Kehidupan yang menurut Anda sangatlah sempurna.” Anita memikirkan baik-baik penjelasan dokter itu, dan semuanya terasa sangat masuk akal.	169
				48.	“Kita tidak bisa membuat mimpi menjadi seperti apa yang kita inginkan. Seperti yang saya bilang tadi, mimpi adalah gambaran perasaan seseorang. Jadi apa pun yang Anda rasakan di sini, dan Anda tidak bisa mengubah hal itu. Justru perasaan Anda saat inilah yang sudah harus diubah. Sekarang seharusnya sudah menjadi lebih mudah bagi Anda karena kehadiran Alex di kehidupan Anda saat ini.”	170
				49.	“Kau selalu menceritakan tentang bagaimana perasaanmu padanya, tentang kehidupanmu di Jakarta dulu, tentang kebahagiaan yang kau rasakan dulu,” lanjut Alex memaparkan kekesalannya. “Semuanya tentang suamimu. Dan selama ini aku hanya sebagai pelengkap saja yang tidak akan pernah cukup bagimu.”	178
				50.	“Bagaimana tidak?” potong Alex sambil menyingkirkan tangan Anita ke arah lain. “Kau bahkan sampai harus menciptakan kehidupan lain bersama suamimu itu di dalam mimpi! Itu sudah sangat jelas kalau kau tidak pernah menganggap	179

					keberadaanku saat ini!”	
				51.	<p>“Munculnya seorang pria dalam mimpimu itu membuat saya yakin kalau kau masih menggunakan perasaan saat melihat keadaan di sana. Kau ingin merakan kesempurnaan dalam dunia mimpimu itu, tidak hanya dengan anak-anak dan ibumu saja, tapi juga kehadiran seorang pria. Sangat sempurna, bukan? Tidak ada lagi yang kurang.”</p> <p>“Tapi Dok, mereka semua terlihat nyata sekali sekali,” tegas Anita berusaha menyakinkan psikiaternya itu. “Bukan hanya melalui mata saya saja, tapi juga melalui sentuhan-sentuhan mereka, dan bahkan aroma tubuh mereka. Itu semua terasa sangat nyata, Dok.”</p> <p>Dengan tenang Dokter Thomas berkata, “Iya, tapi itu semua terasa nyata karena kau yang membiarkan dirimu larut dalam perasaanmu sendiri. Sepertinya saya sudah sering sekali mengatakan hal ini.”</p>	187
				52.	<p>“Kau sepertinya sudah jenuh dengan semua rutinitas yang sedang kau jalani ini. Makanya kau berusaha menghibur dirimu sendiri dengan menciptakan mimpi-mimpi yang indah.”</p> <p>Kata-kata Michael memang ada benarnya. Bagi Anita, kehidupan di Jakarta seakan berjalan dalam gerak lambat; sangat pelan dan membosankan.</p>	197-198
				53.	<p>“Saat ini keadaan di sekeliling Anda sedang tidak berjalan dengan baik, makanya Anda berlari dari kenyataan itu ke dunia mimpi Anda dan mencoba membuat kehidupan yang baru dengan cara menciptakan perasaan cinta pada sosok pria yang Anda temui di sana.”</p>	216

				54.	“Jadi, ini bukan masalah bodoh atau tidaknya dirimu karena tidak menyadari kenyataan ini,” lanjut dokter itu. “Ini adalah masalah keadaan mentalmu yang masih terguncang, yang masih belum bisa menerima kepergian mereka.”	242
		e. Teknik pikiran tokoh	Pikiran Anita menggambarkan trauma yang dialaminya	55.	Anita tidak merencanakan untuk istirahat makan siang karena pekerjaannya masih menumpuk.	15
				56.	Sementara yang ada di pikiran Anita adalah kembali duduk di belakang meja kerjanya, dan mulai membayar puluhan menit yang telah tersita darinya.	17
				57.	Hmmph, keluhnya, percuma aku bersusah payah menyakinkan diri bahwa keadaan di sinilah yang sebenarnya, karena nanti aku pasti akan mengatakan hal yang sama pula di sana. Ia juga sedang memikirkan kecintaannya yang amat dalam pada kedua putrinya dan juga ibunya. Ia takut bila pada akhirnya nanti harus menerima kenyataan bahwa mereka tidak nyata, mereka hanya mimpi. Oh Tuhan, jangan biarkan hal itu terjadi.	30
				58.	Bersusah payah Anita berusaha mencari jawabannya, tapi sebenarnya ia terlalu takut untuk melihat kenyataan, di mana hal itu masih samar-samar baginya.	32
				59.	Saya juga tahu hal itu Dok. Tapi yang jadi masalahnya...mengapa mimpi saya ini terus berlanjut? Mengapa saya merasa seolah-olah ada orang lain dalam diri saya yang menjalani kehidupannya saat saya sedang tidur? Mengapa?”	37-38
				60.	Tapi mimpi saya ini terasa sangat nyata sekali, Dok.	38
				61.	Mungkin teman yang ia miliki saat itu hanya Michael dan Dokter Thomas, setidaknya hanya	43

					mereka yang masih sudi berkomunikasi aktif dengannya.	
				62.	Ia mengamati sekelilingnya sekali lagi berusaha menemukan bilamana ada keganjilan saat itu. Sebenarnya ia merasa sudah menemukannya. Dengan melihat suasana di restoran itu saja, sudah terasa aneh baginya. Tapi ia butuh melihat sesuatu yang benar-benar ganjil untuk meyakinkan bahwa saat itu sebenarnya dirinya sedang bermimpi.	57-58
				63.	Ia telah lelah hidup tanpa mengetahui di mana sebenarnya dirinya sedang berada. Ia telah lelah untuk terus hidup dalam kebimbangan antara mana yang nyata dan mana yang bukan. Tapi semua itu terjadi di luar kendalinya, tanpa bisa ia hentikan. Mungkin salah satu cara untuk mengakhirinya adalah dengan mulai mempercayai orang-orang di sekitarnya. Tapi bagaimana bisa? Bahkan dirinya pun tak tahu pihak mana yang harus dipercayai. Mereka semua telah memanipulasi otaknya.	60
				64.	<i>Apakah aku tak pernah ada di dalam hidup mereka? pikir Anita. Apakah aku sudah sebegitu transparannya hingga tak ada satu pun dari mereka yang melihatku saat ini? Apakah aku ini hantu? Tiba-tiba ia teringat bahwa ia mempunyai kehidupan lain di dunia mimpinya. Bila benar demikian, berarti ini semua hanyalah mimpi dan aku adalah bagian dari mereka yang sebenarnya tidak pernah ada.</i>	76
				65.	Memiliki kehidupan adalah hal terbaik bagi setiap manusia. Kadang ia merasa takut bilamana dirinya tidak akan pernah menemukan hal itu. Ia takut terus menjalani kehidupan yang ia jalani selama ini sampai akhir hidupnya.	76

				66.	..., tapi bagaimana jika semua ini tidak nyata dan aku belum menyadarinya? Bagaimana jika sebenarnya saat ini aku sedang tidur, dan hanya menunggu waktu untuk terbangun dari mimpi ini? Ia tak lagi bisa memercayai pikirannya sendiri.	96
				67.	Ia takut untuk membiarkan dirinya tertidur. Ia takut bila matanya terbuka besok, dirinya tidak akan bisa bertemu dengan kedua putrinya lagi karena telah terperangkap di dunianya yang lain. Ia takut akan meninggalkan ibunya sendirian, sementara dirinya sedang menjalani kehidupannya yang lain di dunia mimpinya.	107
				68.	Setiap malam, sebelum tidur, Anita selalu merasakan ketakutan yang begitu dalam. Dan perasaan itu benar-benar menghantuinya. Apakah itu hanyalah gumpalan rasa takut sesaat sebagai pengantar tidur, atau rasa sakit di hati bila menyadari besok dirinya terbangun di tempat lain? Mungkin kedua-duanya.	107
				69.	Anita ingin sekali menceritakan tentang keluarganya. Tapi sepertinya ia tak bisa mengingat apa pun tentang hal itu. Justru keluarga yang ia ingat adalah ibunya dan anak-anaknya yang hidup di dunia mimpinya, di kehidupannya yang lain.	113-114
				70.	Ia ingin menjelaskan pada pria itu bahwa dirinya telah lupa akan masa lalunya sendiri. Ia ingin menjelaskan bahwa sosok keluarga yang melintas dalam kepalanya sampai saat itu adalah keluarga yang ia miliki di kehidupannya yang lain, di dunia mimpi.	128
				71.	“saya juga bingung, Dok. Justru saya malah menemukan keganjilan-keganjilan itu di sini.”	131

				72.	“Justru di restoran itulah letak anehnya, Dok. Suasana di sana terlihat sangat berlebihan.”“terlalu mewah maksudmu?” potong Dokter Thomas. “Iya terlalu mewah. Dan menurut saya itu sangat berlebihan untuk ukuran kemewahan sebuah restoran.” Anita memberikan jeda sejenak. “Dan saya pikir, tidak menutup kemungkinan kalau semua kemewahan yang saya lihat waktu itu hanyalah bagian dari fantasi saya saja saat sedang tidur.”	132
				73.	Dengan dunia mimpinya, ia telah berusaha mencari keganjilan-keganjilan yang ada di sana. Tapi keganjilan-keganjilan tersebut justru malah ia temukan di sini, di kehidupan yang ia jalani saat itu.	135
				74.	Sangatlah indah suasana di pagi itu. Namun bagi Anita, keindahan itu tidak sebanding dengan apa yang dirasakannya dalam mimpinya semalam. Saat itu yang diinginkannya hanyalah kembali tidur dan tidak akan pernah terbangun lagi. Ia ingin tinggal dan menetap di sana, di dunia mimpinya. Tapi, ia sendiri pun tahu bahwa hal itu sangatlah mustahil.	156
				75.	Ia masih membutuhkan waktu untuk berpikir; memikirkan bagaimana caranya memberikan penjelasan pada Alex nanti. Ia sempat berpikir untuk mengurungkan niatnya itu dan segera pulang saja. Namun suara-suara dalam kepalanya mulai bermunculan satu per satu. “Kau harus memberitahunya sekarang, Ta. Alasan! Selalu saja ada alasan! Tumbuhkan perasaan cinta Anda pada Alex.” Ia menunduk memejamkan mata dan menutupi wajahnya dengan kedua tangan. Suara-suara itu membuat kepalanya pening. Lalu, sambil	174

					menghela nafas ia mencoba menyakinkan diri, Tidak ada bedanya sekarang atau besok. Pada akhirnya Alex pasti akan tahu.	
				76.	“kau tidak boleh masuk hari ini. Kau harus memfokuskan dirimu dulu untuk kesembuhanmu.” Tidak masuk lagi? Kata-kata itu dipikirkan Anita dalam-dalam. Dalam sekejap saja ia segera mengingat tumpukan berkas-berkas di atas meja kantornya dua hari lalu, dan ditambah lagi berkas-berkas yang mungkin datang kemarin, lalu ditambah juga dengan yang akan datang nanti. Tidak mungkin aku bolos lagi hari ini. Aku harus masuk, tegasnya.	211
				77.	<i>Barang-barang ini ada dalam mimpiku, pikirnya. Apakah saat ini aku masih bermimpi? Tapi mengapa ada Michael di sini? “Dunia yang sebenarnya akan menghilang... kau tidak akan lagi mempunyai mimpi... kau sudah berada di dalamnya.”</i> Kata-kata itu seakan muncul begitu saja dalam kepalanya. <i>Apakah dunia mimpiku sudah mulai menyatu dengan dunia nyata? Pikirnya lagi. Di manakah aku saat ini?</i>	223
				78.	Anita mengeleng-geleng. Telinganya berdengung keras, berisi teriakan-teriakan yang tak jelas apa artinya. <i>Semuanya salah! Teriaknya dalam hati. Kotak ini tak seharusnya ada di sini!</i>	223
		f. Teknik pelukisan perasaan tokoh	Perkembangan karakter Anita melalui teknik pelukisan perasaannya	79.	“Belakangan ini pekerjaanku selalu menumpuk. Aku hampir tak mempunyai waktu untuk keluar ruangan,” balas Anita sambil memijit-mijit kepalanya yang pusing akibat terlalu banyak melihat angka-angka. Michael mendekatkan badannya pada Anita. “Jangan terlalu serius dengan apa pun yang kau	16

					kerjakan, santailah sedikit.” “Bagaimana bisa santai, aku sedang dikejar deadline.”	
				80.	Iya Dok, yang saya rasakan sekarang nyata. Tapi nanti saya juga akan merasakan hal yang sama pula dalam mimpi saya.	36
				81.	Tapi rasanya saya juga tidak bisa menemukan adanya keanehan dalam mimpi-mimpi saya Dok.	40
				82.	Perbincangan makan siang, yang juga sekaligus sesi konsultasinya dengan Dokter Thomas, telah berakhir. Bagi Anita, itu berarti ia harus kembali membiarkan dirinya jatuh dalam pelukan tumpukan-tumpukan kertas yang masih menggunung di hadapan komputer yang selalu setia menemaninya hingga sore nanti.	41
				83.	Anita telah berusaha sebisanya untuk menimbulkan perasaan nyaman saat menjalani aktivitasnya sehari-hari. Ia bahkan juga sudah berusaha menikmati semua tekanan yang ada. Tapi semua usahanya itu justru malah semakin menjauhkannya dari sebuah kehidupan yang ia ingini.	44-45
				84.	“Kau kenapa? Kau terlihat.... Aneh.” Aneh? Tanya Anita pada dirinya sendiri. Kata itu terdengar kurang tepat baginya. Perasaan takutlah yang sedang ia rasakan. Ia takut semua hal yang dilihatnya saat itu tidak benar-benar nyata.	57
				85.	Benar Dok, saya masih belum bisa melupakan pengalaman pahit itu. Dan sepertinya tidak akan pernah bisa.”	63
				86.	Anita menunduk. “kenangan itu terlalu pahit untuk dilupakan, dok.”	65
				87.	Anita memutar balik otaknya beberapa tahun ke belakang. Namun sekeras apa pun otaknya bekerja,	68

					yang bisa ia ingat hanyalah pertemuannya dengan Reza hingga pemakamannya. Otaknya seakan tak mampu berpikir lebih jauh dari itu.	
				88.	Bagi Anita, setidaknya ada lima emosi yang sedang ia rasakan saat itu. Emosi pertama adalah rasa bersalah, karena harus meninggalkan kedua anaknya di dunia yang lain. Emosi yang kedua adalah kebencian pada dirinya sendiri, karena tidak dapat membedakan dunia mana yang nyata. Lalu emosi yang ketiga adalah perasaan malu, karena harus mengakui pada orang-orang tentang penyakit kejiwaan yang sedang melanda dirinya. Emosi keempat adalah amarah, karena dirinya diharuskan memilih suatu pilihan yang teramat sulit. Dan emosi terakhir adalah perasaan cintanya pada Michael, yang sekaligus rasa takut bilamana pada akhirnya pria itu hanyalah merupakan bagian dari mimpinya saja selama ini.	108
				89.	Tentu saja Anita tidak memberikan kemudahan bagi Ibunya untuk menyelesaikan misinya begitu saja, karena ia masih belum mau beranjak dari kenangan mendiang suaminya yang dulu.	137
				90.	Tiba-tiba, ia merasakan rasa takut yang luar biasa saat mengingat kembali hal itu. Dan kapasitas rasa takutnya itu menjadi lebih parah saat dirinya membayangkan akan terdampar selamanya di dunianya saat itu, tak bisa kembali lagi ke dunia mimpinya. Lantas, di ranjangnya itu, ia berteriak sekuat mungkin dalam hati agar rasa takut itu hilang atau agar setidaknya dirinya bisa merasa lega.	155
				91.	Ia telah memaksakan dirinya untuk mengalahkan rasa takutnya itu. Tapi justru ia malah merasakan	155

					ada seutas tali yang menjerat lehernya begitu erat. Ia telah dikalahkan oleh rasa takutnya sendiri.	
				92.	Saat itu ia telah berada di titik kesempurnaan dalam hidupnya. Namun di tengah-tengah kesempurnaan itu, masih ada sedikit rasa takut yang terus memburunya. Rasa takut di mana dirinya masih belum mengetahui mengapa dunia mimpinya masih terus berlanjut. Yang ia takuti bilamana sebenarnya dirinya masih belum siap melepaskan kepergian mendiang suaminya, sementara ia terus memaksakan diri untuk membuka lembaran cinta yang baru lagi.	162
				93.	“Tapi kau sudah melupakan Reza, kan? Maksudku... kau sudah bisa melupakan perasaanmu padanya, kan? Karena kita akan bisa meneruskan hubungan ini kalau kau masih belum mau membiarkan masa lalumu itu hilang.” Nada bicara Alex mulai meninggi saat mengatakan hal itu. Anita menghela nafas. “Aku tidak tahu, Lex. Aku tidak yakin lagi dengan perasaanku saat ini, karena apa yang kurasakan dalam mimpiku itu benar-benar nyata. Perasaanku pada pria itu terasa sangat nyata, Lex.”	178
				94.	Malam itu Anita baru kembali dari rumah ibunya, mengantarkan Ami dan Sarah yang ingin menginap di sana hari itu. Ia berdiri di depan pintu utama rumahnya, memandang ke dalam ruangan yang gelap gulita. Tiba-tiba ia merasakan kesepian yang luar biasa dari tempatnya berdiri. Kesendirian telah menyerangnya, tak luput pula kehampaan yang seperti melekat di setiap ruangan dalam rumahnya	191

				itu.	
				95. Ia pun menyadari bahwa selama ini kehidupan sosialnya sangatlah terbatas. Ia tidak memiliki teman lain sesama pengajar selain dengan Alex. Maka, setelah pria itu hilang dari dunianya, ia merasa seperti terdampar di suatu pulau seorang diri.	192-193
				96. Mimpi-mimpinya masih belum menunjukkan tanda-tanda akan berakhir. Lantas, ia menutup wajahnya dengan kedua tangan, lalu berteriak sekuat tenaga dalam hatinya, meneriakkan mengapa masalah-masalah dalam hidupnya tidak mudah dipecahkan.	193
				97. Anita menahan jeritan dalam hatinya yang seakan ingin melonjak keluar. Ia ingin berteriak sekeras mungkin, mengeluarkan semua kekesalan yang membawanya ke dalam keadaan yang memprihatinkan seperti itu.	199
				98. Ia merasa dirinya seakan-akan sedang meminum racun yang akan memisahkannya dengan orang-orang yang dicintainya. Ia rela memberikan segalanya agar keadaan kembali berpihak padanya lagi.	199-200
				99. Ia menatap langit-langit ruangan kamarnya sambil bertanya-tanya dalam hati berapa lama dirinya telah terbaring di atas ranjang tempat tidurnya itu, ia malah merasa kepalanya seakan-akan penuh dengan teriakan-teriakan mengerikan yang terperangkap di dalamnya, yang ingin loncat keluar.	205
				100. “Tidak, aku tidak merasa tertekan sama sekali.” Anita terpaksa berbohong. Sebenarnya ia memang sedang tertekan dengan keadaannya saat itu, melihat dirinya yang harus hidup di dua dunia yang	212

					berbeda, di mana kedua-duanya membutuhkan perhatiannya yang khusus. Apalagi ditambah dengan keadaan Sarah yang sedang sakit di sana. Di kehidupannya yang lain. Namun tetap saja ia menolak membuka pintu untuk memperlihatkan pada Michael betapa berantakan keadaan mentalnya saat itu.	
				101.	Ia bangkit dari tempat tidurnya dan duduk di tepian ranjang, seperti biasa. Tiba-tiba ada teriakan-teriakan yang mengerikan muncul dari dalam kepalanya. Ia sudah terbiasa dengan keadaan itu. Maka ia ingin meletakkan kepalanya ke atas bantal untuk menghilangkan rasa pening yang ditimbulkan oleh suara-suara itu. Tapi yang ia lakukan hanya memejamkan mata, berusaha mengingat kembali mimpinya semalam.	220
				102.	Anita begitu sibuk mengaduk-aduk seluruh isi kotak sehingga tak lagi menyadari keberadaan Michael di ruangan itu. Matanya tercengang melihat apa yang ia lihat. Perasaannya mulai menegang, memaksa jantungnya berdetak liar. Teriakan-teriakan mengerikan itu pun singgah lagi dalam kepalanya dan menyiksanya kejam dengan rasa sakit yang begitu hebat. Anita berharap apa yang dilihatnya di dalam kotak itu tidak nyata. Ia berharap semua itu hanyalah ilusi matanya saja yang masih menjadi budak setia iblis-iblis kantuknya.	222
				103.	Anita masih belum sanggup untuk memberikan reaksi. Dalam kepalanya masih penuh dengan teriakan-teriakan yang tak menentu apa maunya.	228
				104.	“Tapi aku tak mau meninggalkanmu, Ma. Aku tak mau meninggalkan Ami dan Sarah.” Ia memeluk	232

					Nancy erat-erat. “Aku tak mau kehilangan kalian sekali lagi.” “Kau harus, Ta. Kau harus kembali ke duniamu untuk melanjutkan hidupmu.”	
2	Latar tipikal	a. Pelukisan latar tempat	Latar tempat menunjukkan kehidupan Anita yang terbagi dua, kehidupan nyata dan mimpi	105.	Dari balik jendela dapur, Anita mengamati kedua anaknya yang sedang asyik bermain di pekerangan rumah. Ami, putri sulungnya, bermain kejar-kejaran dengan Vicky, seekor anjing kecil berbulu lebat pemberian neneknya setahun yang lalu. Sementara Sarah, putri bungsunya, duduk di rerumputan bermain dengan tanaman-tanaman. Anita melihat mereka berdua dan segera menyadari betapa kotornya baju kedua anak tersebut. Namun ia tidak berpikir untuk menghentikan kegembiraan anak-anaknya itu, karena sudah sangat lama mereka tidak bermain di luar rumah dengan sebebas itu. Anita hanya tersenyum sambil meneruskan memasak untuk hidangan makan siang.	5-6
				106.	Pukul 8.40 Anita sudah berada di lobi bank hendak memasuki gedung berlantai lima yang telah menjadi tempat tinggal keduanya selama delapan bulan terakhir.	13
				107.	Pagi tadi sebelum sesi pertemuannya di mulai, Anita menelepon Dokter Thomas untuk mengubah waktu dan tempat pertemuan. Dan akhirnya mereka sepakat untuk bertemu pada jam makan siang di sebuah restoran cepat saji yang terletak di tengah-tengah antara tempat kerja Anita dan juga tempat praktek dokter tersebut. Bagi Anita, keputusan itu ia buat mengingat masih banyak pekerjaan kantornya yang harus diselesaikan.	35
				108.	Ia keluar makan malam bersama Michael di sebuah	55-

					restoran mewah yang letaknya di pusat kota. Suasana di restoran itu bagaikan dunia khayalan, semuanya terlihat sangat berlebihan. Seluruh ruangan makannya ditata dengan manis, dikelilingi oleh lukisan-lukisan mahakarya yang menghiasi hampir seluruh dinding ruangan.	56
		b. Pelukisan latar sosial	Keadaan sosial Anita yang minim sosialisasi membuatnya semakin menutup diri	109.	Bank tempat kerja Anita bernama First Merchants Bank. Jabatannya di sana adalah Kepala Bagian Pemindahan Uang. Ia bertugas memeriksa kembali transaksi pemindahan uang yang terjadi pada hari sebelumnya, dan mengesahkan semua berkas-berkas yang diperlukan selama proses pemindahan uang tersebut. Seluruh transaksi diberi kode, yang diubah secara teratur untuk mencegah sabotase yang tidak diinginkan.	13-14
				110.	..., “Jadi setiap kali Anda tertidur, Anda merasa mimpi Anda sangat nyata?” Anita mengangguk sambil mencoba membaca kesan yang tergambar dari ekspresi wajah pria itu. “Dan dalam mimpi-mimpi itu,” lanjut Dokter Teddy seraya menyandarkan sebagian besar tubuhnya ke kursi, “Anda adalah seorang wanita karier yang...” “Yang sukses, Dok,” sambar Nancy tiba-tiba. “Belum ada setahun bekerja, sudah bisa membeli rumah,” sindirnya.	23-24
				111.	Anita mulai bercerita. Ia mengawali ceritanya dengan menjelaskan profesinya sebagai seorang guru. Ia menjelaskan bagaimana pusingnya mengajar puluhan murid yang berlainan karakter satu sama lain.	26-27