

Kajian Kecemasan Neurotik pada Novel *Lengking Burung Kasuari* Karya Nunuk Y. Kusmiana

Bawon Wiji Dia Prasasti dan Sugiarti

Universitas Muhammadiyah Malang

wijidiaprasasti.03@gmail.com dan sugiarti@umm.ac.id

ABSTRAK

Sastra dan psikologi memiliki kekuatan dalam proses kreatifitas pengarang dalam merangkai peristiwa cerita. Melalui sastra kejiwaan manusia dapat diketahui serta mampu menunjukkan gejala-gejala kejiwaan manusia secara implisit. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan (1) bentuk-bentuk kecemasan neurotik dan (2) faktor-faktor penyebab kecemasan neurotik. Penelitian ini menggunakan pendekatan psikologi sastra. Pendekatan Psikologi sastra dipilih karena sastra tidak dapat dilepaskandari perilaku manusia yang membentuknya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini metode deskriptif kualitatif untuk mendeskripsikan kecemasan neurotik melalui novel *Lengking Burung Kasuari*. Data dalam penelitian ini adalah sekuen cerita, kutipan satuan cerita berwujud dialog dan monolog. Analisis data penelitian ini menggunakan teknik (a) membaca (b) mengidentifikasi data, dan (c) mengelompokan data sesuai dengan kajian. Sumber data penelitian novel *Lengking Burung Kasuari* Karya Nunuk Y. Kusmiana. Hasil penelitian dapat dikemukakan sebagai berikut. *Pertama*, bentuk-bentuk kecemasan neurotik berupa fobia spesifik dan fobia sosial yang dialami tokoh dalam menjalani masa kecilnya selama di kota Jayapura. *Kedua*, faktor-faktor penyebab kecemasan neurotik dialami tokoh utama bersumber pada pengalaman negatif masa lalu, kegagalan katastrofik, dan generalisasi dalam kehidupan yang terungkap dengan adanya konflik-konflik batin sendiri rasa cemas, khawatir, perasaan takut, bahkan kurangnya akan pengalaman hidup.

Kata Kunci: *kecemasan neurotic, fobia, ketakutan, penghindaran*

ABSTRACT

*Literature and psychology have a power in the process of the author's creativity to arrange phenomenon for the story. By human psychology, literature can be known and able to indicate human psychiatric symptoms implicitly. This research aims to (1) form of neurotic anxiety and (2) factors caused neurotic anxiety. This research uses a literary psychology approach. Literary psychology approaches chose because literature cannot separate from human behaviour, which is a form in it. The research method used in this research uses descriptive qualitative methods to describe neurotic anxiety through novels *Lengking Burung Kasuari*. The data in this study are sequence study; the story unit quotes in the form of dialogue and monologue. Technique data analysis in this research uses (a) reading, (b) identify the data, and (c) classify the data according to the study. Novels research data source *Lengking Burung Kasuari* the work of Nunuk Y. Kusmiana. The result of the research can be stated as follows. First, the neurotic anxiety in the specific phobia and social phobia experienced by a character during his childhood in Jayapura. Second, factors leading to neurotic anxiety experienced by the main character base on the costly experienced, catastrophic failures and generalization in life, which is revealed by their inner conflicts, worry, fear, even lack of life experience.*

Keywords: *neurotic anxiety, phobia, fear, avoidance*

PENDAHULUAN

Sastra sebagai salah satu ide kreatif seseorang yang dituangkan dalam bentuk bahasa tulis. Sastra juga menjadi cerminan tingkah laku seseorang sehingga didalam karya sastra mampu menggambarkan aktivitas berupa komunikasi serta keadaan tokoh dalam cerita. Di dalam karya sastra mempunyai gambaran aktivitas yang erat hubungannya dengan perilaku dan gejala kejiwaan berupa bentuk kecemasan. Alfian (2014:4) mengemukakan bahwa sastra sebagai bentuk ekspresi pikiran dalam bahasa, pikiran dalam pandangan, ide-ide, perasaan, pemikiran, dan semua kegiatan mental manusia.

Dalam perkembangannya, salah satu bentuk karya sastra yang masih banyak diminati oleh masyarakat luas adalah novel. Novel merupakan bentuk karya sastra prosa yang diharapkan mampu memberikan dampak positif bagi pembacanya. Cerita yang diangkat dalam karya sastra diambil dari kehidupan sosial yang sesuai dengan realita kehidupan sebagai bentuk karya sastra. Novel juga diartikan sebagai suatu karangan berbentuk prosa yang mengandung rangkaian cerita kehidupan seseorang dengan orang lain di sekelilingnya dengan menonjolkan watak dan sifat pelaku (Nurgiyantoro, 2010:10).

Salah satu novel yang menarik diteliti dari kecemasan neurotik adalah novel *Lengking Burung Kasuari* karya Nunuk Y. Kusmiana karena novel ini mengungkap kecemasan neurotik yang dibangun dengan memanfaatkan kehidupan anak perempuan di Jayapura pada tahun 1970-an. Selain itu, kecemasan neurotik dialami Asih ketika usinya masih kanak-kanak. Penggambaran keadaan jiwa tokoh disertai dengan pola kehidupan masyarakat Irian dalam novel *Lengking Burung Kasuari* menunjukkan kearah mana karya sastra tersebut dibangun. Kecemasan neurotik termasuk fobia yang telah menjadi standar untuk memperlihatkan bagaimana manusia mengontrol perasaan jiwa dalam lingkungan serta bagaimana menyikapi ancaman yang berlaku. Nevid (2014:193) menyatakan bahwa "Fobia adalah ketakutan akan sebuah

objek atau situasi yang tidak sepadan dengan ancaman yang dimiliki.”

Penelitian ini lebih menfokuskan pada faktor timbulnya perasaan tertekan dalam jiwa seseorang yang berperan dalam membentuk kecemasan neurotik dan fobia yang timbul akibat kecemasan neurotik, baik fobia spesifik, dan fobia sosial.

Berdasarkan penelitian tersebut, permasalahan yang menjadi fokus untuk dijawab dalam penelitian ini adalah : 1) bentuk-bentuk kecemasan neurotik dalam novel *Lengking Burung Kasuari* karya Nunuk Y. Kusmiana (2) faktor-faktor penyebab kecemasan neurotik dalam novel *Lengking Burung Kasuari* karya Nunuk Y. Kusmiana.

Untuk melakukan telaah terhadap masalah maka diperlukan teori psikologi sastra karena hubungan karya sastra dengan manusia merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan, keduanya berperan penting dan saling terikat dari aspek penciptaan karya sastra. Selain itu, karya sastra tidak tertutup kemungkinan berhubungan dengan ilmu psikologi manusia dengan aspek kejiwaan yang dapat dilihat dari perbuatan maupun perkataan tokoh dalam bentuk teks sastra sehingga sastra menjadi media dalam menyampaikan masalah kejiwaan manusia. Atkinson (dalam Albertine 2016:3) mengemukakan bahwa psikologi merupakan ilmu jiwa atau ilmu yang menyelidiki dan mempelajari tingkah laku manusia.

Kondisi psikis tidak lepas dari perasaan cemas yang dialami manusia pada umumnya. Kecemasan menjadi salah satu hal yang dianggap abnormal jika dialami dalam suatu peristiwa yang tidak mampu dihadapi dengan mudah oleh kebanyakan orang. Akibatnya kecemasan yang dialami bagi tiap-tiap individu pun berbeda bentuk maupun dampaknya, misalnya kecemasan neurotik.

Kecemasan neurotik sebuah bentuk ketakutan-ketakutan yang dialami seseorang jika naluri atau insting dimainkan. Berkembang terhadap emosi yang tidak dapat dikendalikan, rasa cemas, keinginan untuk melampiaskan amarah, bahkan keadaan sulit tidur atau gangguan tidur yang parah dengan mimpi-mimpi khas yang disebabkan oleh trauma (Orden dalam Anang, 2018:2). Kehadiran kecemasan neurotik pada diri masyarakat memberi bentuk-bentuk kecemasan neurotik dalam batin penderitanya. Bentuk kecemasan neurotik tersebut meliputi fobia sosial dan fobia spesifik. Fobia berbeda dengan ketakutan yang biasa, fobia adalah ketakutan hebat di luar proporsi tuntutan situasi manusia. Fobia tidak memiliki alasan yang rasional dan di luar kontrol penderitanya (Rani, 2015 :2).

Bentuk utama kecemasan neurotik adalah fobia spesifik. Fobia spesifik adalah bentuk fobia terhadap suatu objek atau keadaan tertentu seperti pada binatang, tempat tertutup, ketinggian, sekolah, dan lain-lain (Rachmaniar, 2015:94). Bentuk kecemasan fobia spesifik memiliki peluang besar memicu terganggunya suatu kegiatan dalam kehidupan sehari-hari, menjadi peluang untuk mengaktifkan rasa takut seorang yang menderita kecemasan neurotik tersebut.

Gangguan fobia spesifik ini menjadi gangguan kecemasan yang paling sering dialami manusia pada umumnya, fobia ini juga tidak memandang tingkatan usia penderitanya. Hal ini didukung dengan pendapat Conway (dalam Nevid, 2014: 195) yang mengemukakan

bahwa fobia spesifik termasuk di antara gangguan psikologis paling umum, yang memengaruhi sekitar 9 % populasi umum pada beberapa titik kehidupan mereka.

Orang yang mengalami fobia spesifik akan mengalami ketakutan yang tidak masuk akal dan berlebih. Ketakutan yang tidak rasional dan menetap pada objek tertentu menyebabkan respon kecemasan tiba-tiba sehingga menghasilkan perilaku menghindari objek tersebut (Karimatus, 2016:67). Bentuk penghindaran akibat ketakutan berlebih yang dialami menjadi ciri utama ketika seseorang dihadapkan dengan objek-objek sehingga menjadi pemicu aktifnya kecemasan fobia spesifik dalam diri. Aliftah (2012:02) mengatakan bahwa fobia spesifik merupakan bentuk penolakan rasakut terhadap objek atau situasi yang sebetulnya tidak berbahaya. Hal tersebut erat dengan adanya bentuk kedua kecemasan neurotik yaitu fobia sosial.

Fobia Sosial merupakan ketakutan menetap dan tidak rasional yang umumnya berkaitan dengan keberadaan orang lain. Fobia sosial umumnya bermula pada masa remaja dan menghambat pembentukan hubungan persahabatan dengan teman sebaya. Individu yang menderita fobia sosial biasanya mencoba menghindari situasi yang membuat tegang secepat mungkin dan tidak ingin kembali pada situasi yang sama (Luh Putu dan Nia, 2012: 35).

Di samping itu, kecemasan sosial yang dialami mampu mengganggu aktivitas dan kualitas hidup penderitanya. Hal tersebut terjadi karena fobia sosial mampu mengakibatkan ketakutan yang terus-menerus dialami atas situasi sosial, perbuatan, dan penampilan tatkala orang tersebut dihadapkan dengan orang-orang yang tidak dikenalnya (Yaslinda, 2012:752). Pendapat tersebut menegaskan bahwa penderita fobia sosial erat kaitannya dengan faktor sosial, penilaian negatif terhadap diri sendiri maupun penilaian terhadap orang lain.

Kondisi jiwa dalam bentuk kecemasan neurotik sering kali dialami manusia karena disebabkan beberapa faktor yang mempengaruhi. Faktor-faktor yang menimbulkan kecemasan neurotik meliputi pengalaman negatif pada masa lalu dan pikiran-pikiran yang tidak rasional, pikiran yang tidak rasional tersebut akibat kegagalan katastrofik, generalisasi, dan lain sebagainya. Kegagalan katastrofik terjadi akibat adanya asumsi dari individu bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi pada dirinya. Individu mengalami kecemasan serta perasaan ketidakmampuan dan ketidakanggapan dalam mengatasi permasalahannya Alder dan Rodman (dalam Dona Fitri Anisa dan Ifdil, 2016:96).

METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan psikologisastra. Pendekatan psikologi sastra dipilih karena sastra tidak dapat lepas dari perilaku manusia yang membentuknya. Metode penelitian yang digunakan yaitu deskriptif kualitatif. Metode deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan bentuk dan faktor-faktor kecemasan neurotik dengan melibatkan perilaku atau keadaan jiwa

tokoh.

Penelitian ini mengemukakan tentang kecemasan neurotik tokoh utama pada novel *Lengking Burung Kasuari*. Sumber data penelitian adalah novel *Lengking Burung Kasuari* karya Nunuk Y. Kusmiana. Data penelitian berupa cuplikan dialog dan monolog dalam novel *Lengking Burung Kasuari* yang memiliki relevansi dengan tujuan penelitian serta informasi-informasi penting yang diperoleh dari penelitian. Teknik pengumpulan data melalui studi pustaka dengan membaca objek penelitian berupa novel *Lengking Burung Kasuari* karya Nunuk Y. Kusmiana, membaca buku dan referensi lain yang relevan dengan masalah penelitian, terutama berkaitan dengan bentuk, dan faktor-faktor penyebab kecemasan neurotik. Analisis data dilakukan dengan mengidentifikasi data, mengklasifikasikan data, menganalisis data, dan penarikan kesimpulan.

PEMBAHASAN

Bentuk-bentuk Kecemasan Neurotik pada Novel *Lengking Burung Kasuari*

Pergulatan batin tokoh utama pada novel *Lengking Burung Kasuari* menunjukkan bentuk kecemasan berupa fobia spesifik dan fobia sosial yang dialami dalam kehidupan sehari-hari. Bentuk-bentuk kecemasan dapat diungkapkan melalui dialog dan monolog yang memanfaatkan kekuatan penggambaran watak tokoh secara eksplisit.

Fobia Spesifik Tokoh Asih pada novel *Lengking Burung Kasuari*

Bentuk kecemasan neurotik, diantaranya adalah fobia spesifik. Fobia spesifik sebagai bentuk gejala atau gangguan yang menimbulkan rasa takut berlebih dalam diri seseorang. Fobia spesifik yang dialami tokoh utama berupa perasaan cemas yang sangat mengganggu. Setiap manusia memiliki fobia yang berbeda. Dalam novel *Lengking Burung Kasuari*, fobia spesifik tampak pada penggambaran keadaan jiwa, misalnya tidak bisa tidur nyenyak. Hal tersebut dibuktikan ketika Asih merasa cemas dengan perkataan Sedy mengenai jembatan dan tukang potong kep. Seperti terlihat dalam kutipan sebagai berikut.

“Semalam aku *tak bisa tidur nyenyak*. Lebih karena memikirkan kata-kata Sedy. Ini soal jembatan dan ‘tukang potong kep’ itu.”
(Nunuk, 2016:27)

Memperhatikan kutipan tersebut, fobia spesifik menjadi permasalahan utama timbulnya ketakutan pada diri Asih sehingga berdampak pada ‘tak bisa tidur nyenyak’ meskipun Asih sendiri tidak tahu benar seperti apa objek yang dicemasinya, baik tukang potong kep, dan tentang jembatan yang selalu diceritakan Sedy karena sering mendengar bahaya tukang potong kep membuat insting (id) Asih bekerja secara tidak rasional. Keadaan susah tidur yang dialami Asih merupakan akibat seseorang yang mengalami fobia spesifik dimulai pada saat ia merasa khawatir sehingga berdampak tidak bisa tidur nyenyak.

Fobia spesifik dapat dialami seseorang terhadap objek tertentu. Fobia terhadap suatu objek atau keadaan tertentu seperti pada binatang, tempat tertutup, ketinggian, sekolah, dan lain-lain Rachmaniar (2015:94). Tidak hanya takut pada ketinggian, binatang, dan lain sebagainya, fobia spesifik juga dapat dialami seseorang karena lingkungan sosialnya.

“Sekali dua kali aku punya akal untuk *menghindari* Tante Tamb. Itu di siang menjelang sore saat kompleks perumahan kami sedang sepi-sepinya. Demi melihatku tengah bermain di halaman samping, Tante Tamb memanggilku. Aku hafal suaranya. Demi mendengarnya memanggilku, aku meninggalkan Tutik dan Watik yang tengah sibuk bermain dan langsung berlari ke rumah Sedy.” (Nunuk, 2017:69)

Kata *menghindari* pada kutipan data tersebut menunjukkan bahwa hal lain yang membuat Asih merasa takut, yakni berupa objek Tante Tamb. Padahal Tante Tamb adalah tetangga yang dekat dengan rumahnya. Sesuatu yang dilakukan Tante Tamb seperti memanggil Asih ketika ia bermain, yang mana hal tersebut dapat mengganggu kegiatan dan kebahagiaan masa kanak-kanak Asih. Kondisi ini membuat Asih melakukan penghindaran terhadap Tante Tamb dengan berlari ke rumah Sedy. Penghindaran merupakan cara yang dilakukan seseorang agar tidak terjadi tatap muka, komunikasi, sosialisai, dan kejadian negatif pada diri seseorang. Kegiatan penghindaran dilakukan seseorang apabila memiliki keengganan sertatap muka dengan objek yang membuat perasaan takut. Bentuk penghindaran tersebut merupakan tindakan seseorang yang mengalami fobia spesifik. Cara itu dilakukan karena tidak adanya perlindungan dari orang tua maupun seseorang yang lebih tua darinya.

Fobia spesifik merupakan sebuah bentuk fobia yang tidak dapat dijelaskan secara rasional. Penderita fobia spesifik secara umum lebih menggunakan insting atau naluri mereka, di mana keadaan tersebut tidak mampu dipertimbangkan secara logis.

“Tante Tamb, bisikku pada Tutik. Aku menarik tangan Tutik dan menyuruhnya masuk ke dalam gua kami. Aku memberi isyarat dengan tanganku agar dia diam. Kami duduk diam-diam di dalam sini. *Membeku dengan ketakutan samar* yang melingkup kami.” (Nunuk, 2017:90)

Fobia spesifik dapat diperhatikan juga pada kutipan di atas. Perasaan takut Asih begitu kuat terhadap satu objek, yaitu Tante Tamb yang pada saat itu datang menemui Asih dalam keadaan orang tua Asih sedang tidak berada di rumah. Bentuk penghindaran Asih dengan cara bermain di dalam rumah bukan menjadi cara yang ampuh untuk menghindari gangguan dari Tante Tamb yang membuat Asih bahkan Tutik, adik perempuannya merasakan takut luar biasa. Hal tersebut

dibuktikan dengan perilaku keduanya yang diam membeku selama beberapa lama, sampai terdengar suara Tante Bahar di depan rumah mereka. ‘diam membeku’ dalam kutipan monolog merupakan bentuk majas hiperbola yang disampaikan dalam bentuk penggunaan bahasa untuk melukiskan suatu keadaan dengan mengganti realita suatu peristiwa atau kejadian dengan pemakaian bahasa yang lebih hebat atau indah. Perilaku diam membeku yang dirasakan Asih merupakan suatu gambaran keadaan di mana tokoh Asih merasakan takut luar biasa sehingga ia diam tak bergerak sedikit pun.

Kecemasan berupa fobia spesifik yang diderita Asih tidak hanya pada sesama manusia melainkan juga perasaan takut terhadap burung kasuari.

“Jantungku masih berdegub kencang dan duduk melongo di atas atap. Kalau telat sedikit saja, mungkin aku akan dipatuk si burung.” (Nunuk, 2017:24)

Fobia spesifik juga dapat ditelisik pada kutipan di atas. Perasaan takut Asih terhadap objek dan situasi yang realitanya tidak berbahaya membuat jantung Asih berdegub kencang. Keadaan tersebut umum terjadi terlebih pada saat seseorang mendapat gejala gangguan dalam dirinya seperti: serangan panik yang diiringi perasaan cemas, takut, bahkan keringat dingin. Ketika seseorang mengalami rasa cemas, bahagia luar biasa, dan perasaan takut maka secara spontan membuat hormon ardenalin dalam tubuh terlepas dan akibatnya membuat jantung berdegub kencang. Ketakutan luar biasa yang membuat jantung Asih berdegub kencang dialami Asih ketika dihadapkan dengan burung kasuari, pada saat Asih berada di atas atap rumah Sindy. Hal ini menunjukkan bahwa Asih mengalami fobia spesifik karena burung kasuari.

Objek lain yang ditakuti oleh penderita fobia spesifik yaitu perasaan takut akan lingkungan alam seperti: ketinggian, terbang, dan lain sebagainya. Fakta dapat dicermati dari data sebagai berikut.

“Tiba-tiba perasaan takut jatuh melandaku. Kalau ranting ini patah dan aku jatuh, pasti sakit, batinku. Kalau jatuh, bajuku pasti belepotan tanah.” (Nunuk, 2017: 21)

Mencermati kutipan tersebut dapat diungkapkan bahwa insting atau naluri Asih menciptakan perasaan takut dalam dirinya. Perasaan takut merupakan bentuk emosi dalam jiwa seseorang, ketakutan akan lingkungan alam dialami Asih seperti perasaan khawatir ketika ranting yang dinaikinya patah. Kecemasan yang dirasakan Asih merupakan suatu bentuk akibat dari apa yang dilakukannya. Tentu saja, apa yang dilakukan Asih merupakan tindakan yang tanpa dipikirkan terlebih sebelum menaiki pohon kersen. Asih mulai berfikir logis ketika kecemasan mulai dirasakan dan membuatnya berfikir akan peristiwa buruk yang akan menimpanya.

Fobia Sosial Tokoh Utama pada Novel *Lengking Burung Kasuari*

Seseorang mengalami fobia sosial dikarenakan ejekan dari lingkungannya dan teman sebaya. Hal tersebut dibuktikan dalam dialog sebagai berikut.

“Ah..ayam apa menariknya ayam,” kata Sendy, tak tertarik sedikit pun dengan ceritaku. “Aku punya kasuari. Dibawa langsung dari hutan.”

“Tapi dia jahat. Ayamku tidak jahat.””

“Ah..binatang biasa-biasa saja ayam itu,” Sendy tak mau kalah.”Dimana-mana ada kalau Cuma ayam.” Melihatnya bilang begitu, aku memilih berhenti membicarakan ayamku” (Nunuk, 2017:105)

Asih yang ingin menunjukkan ayam peliharaannya pada Sendy justru mendapat ejekan yang membuat perasaan Asih tidak nyaman dan memilih berhenti membicarakan ayam. Ejekan merupakan suatu tindakan yang tidak bermoral dari satu individu terhadap individu lain maupun antar kelompok. Keadaan tersebut merupakan suatu peristiwa seperti merendahkan, menghina, meledek, dan lain sebagainya. Peristiwa tersebut umum dialami dalam peristiwa sosial seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Seperti halnya tokoh Asih. Ejekan Sendy terhadap ayam peliharaan Asih dan tanggapan Asih yang memilih untuk diam, mampu menghambat pembentukan hubungan persahabatan Asih dengan teman sebayanya, hal tersebut secara jelas berdampak pada hubungan sosial keduanya yang mengarah pada fobia sosial.

Fobia sosial tidak selalu terjadi dalam lingkup keluarga, fobia tersebut sering terjadi pada situasi di luar lingkungan keluarga. Orang yang mengalami fobia sosial secara umum lebih cenderung menghindari interaksi dengan orang lain.

“Bu Saleh melintas di dekatku dan sejenak mengamatiku. Ia guru kelas tiga. Guru waliku sekarang. Aku sempat melihat ketika ia melihat kearahku. Instingku langsung bekerja. *Aku memelankan lariku, melipat wajahku rendah-rendah*, berharap dia tak sempat menangkap ekspresiku. Perasaan khawatir melintas lagi di dalam sini. Khawatir ia tahu status kenaikanku yang cuma *pupuk bawang*.” (Nunuk, 2017:194)

Kutipan di atas membuktikan kecemasan sosial yang dialami Asih dalam lingkup pendidikan. Hal tersebut terjadi pada tokoh utama, yakni Asih yang ketika itu masih duduk di bangku kelas tiga. Hal ini membuat Asih semakin merasa cemas karena ia takut Ibu Saleh tahu bahwa Asih naik kelas *pupuk bawang* atau dengan percobaan. Perasaan cemas melekat dalam diri manusia, ia akan bereaksi ketika seseorang dihapkan pada suatu objek yang pernah memberikan dampak negatif atau yang membuat seseorang takut. Perasaan-perasaan cemas yang

telah menjadi bagian yang melekat dalam diri seseorang harus dijalani dengan berbagai bentuk penghindaran. Misalnya, Akibat perasaan cemas tersebut Asih melipat wajahnya rendah dan memelankan larinya ketika Ibu Saleh melintas dan mengamati Asih sejenak.

Penderita fobia sosial selain mengalami ketakutan terus-menerus, juga memiliki kebiasaan menilai orang lain melalui penampilan sosialnya.

“Aku kembali berdigik ngeri. Ia tidak secantik Sedy. *Maksudku ia memiliki kecantikan dan kegunaan tersendiri yang tidak seperti Sedy.* Tapi memiliki kecantikan yang mampu membuatku takut. Sepertinya aku tak bisa mengajak gadis seanggun itu untuk memanjat pohon. Padahal aku sempat melihat sebuah pohon kersen berbuah lebat di lereng landai di seberang jalan. Demi melihat keanggunan gadis itu, ingatkanku langsung terbang kecerita Ibu tentang Mbah Sinder dan dunia priainya. Gadis itu mungkin masuk ke dalam golongan ini, gadis priyai. Dan pantang mengajak gadis seperti ini memanjat pohon, itu kesimpulanku” (Nunuk, 2017:157)

Pada kutipan di atas, ditemukan bahwa penilaian Asih terhadap orang yang baru dilihatnya merupakan realita yang biasa dilakukan manusia dalam kehidupan. Kenyataan itulah yang dibangun dalam karya sastra untuk menunjukkan fobia sosial tokoh utama. Bentuk penilaian Asih terhadap seseorang dengan cara melihat keadaan fisik dari paras wajah, cara seseorang berpakaian, dan lain sebagainya, mampu menimbulkan naluri tersendiri dalam diri Asih sehingga menciptakan kesimpulan yang didapat dari pengalaman yang pernah dialaminya. Timbul perasaan cemas diiringi perasaan ngeri karena gadis cantik yang ditemuinya tidak bisa dijadikan teman bermain untuk memanjat pohon kersen.

Selain mengalami perasaan cemas secara terus-menerus dan memberikan penilaian terhadap orang lain. Penderita fobia sosial juga memiliki penilaian terhadap kehidupan sosial orang lain dan penilaian negatif terhadap dirinya sendiri bahkan lebih dari itu. Seseorang yang mengalami fobia sosial bahkan lebih cenderung melakukan penghinaan terhadap dirinya sendiri.

“Tapi ia tidak mendekat kemari dan bilang, “Hai,” melainkan *mengangkat bahu dengan tatapan jijik.* Tak lama ia kembali masuk rumah. Demi melihat itu aku menatap diriku sendiri, beralih menatap Tutik, dan menyesali kenapa juga kami memakai pakaian jelek. Sandal Tutik terlihat kotor dan merekah di banyak bagian. Gaunku juga sangat kusam” (Nunuk, 2017:159)

Kepergian Asih beserta keluarganya untuk melihat rumah baru mempertemukan Asih dengan gadis yang sebaya dengan dirinya. Gadis itu memiliki kecantikan dan keanggunan tersendiri, akan tetapi gadis itu

melihat Asih dan adiknya dengan tatapan jijik akibatnya perasaan khawatir, cemas, dan takut dialami Asih. Kejadian tersebut dirasakan Asih dan membuatnya merasa menyesal yang mengakibatkan Asih melakukan penilaian terhadap dirinya sendiri karena memakai pakaian jelek, kusam, sandal yang terlihat kotor, dan merekah di banyak bagian. Penilaian negatif Asih terhadap dirinya secara tidak langsung merupakan bentuk penghinaan kepada diri sendiri.

Faktor-faktor Penyebab Kecemasan Neurotik dalam Novel *Lengking Burung Kasuari*

Faktor-faktor yang menimbulkan kecemasan neurotik berupa ketidak rasionalan insting seseorang mengenai kejadian yang sedang dialaminya serta apakah peristiwa tersebut memberikan dampak berupa perasaan takut yang berlebih. Faktor-faktor penyebab kecemasan memiliki kekuatan untuk menumbuhkan rasa cemas dalam diri manusia, baik berupa pengalaman negatif masa lalu, kegagalan katastrofik, dan generalisasi.

Pengalaman negatif masa lalu pada tokoh Asih

Munculnya rasa cemas pertama kali disebabkan dengan pengalaman yang tidak menyenangkan, yakni pengalaman negatif yang terulang kembali pada masa yang berbeda. Pengalaman negatif merupakan sebuah kejadian buruk masa lalu yang pernah dilalui seseorang semasa hidupnya. Pengalaman yang secara umum memberikan dampak negatif pula pada penderitanya.

“Perasaan tertindas itu *kembali* menghampiriku. Bahwa tak seharusnyaaku diperlakukan seperti ini. Aku baru delapan tahun dan harus menjaga bocah dua tahun. Memang apa yang bisa kulakukan kalau terjadi apa-apa dengan Butet” (Nunuk, 2012:201)

Kata kembali pada kutipan menunjukkan bahwa kejadian serupa pernah dialami Asih sebelumnya namun kejadian tersebut membuat batinnya kembali merasakan ketakutan luar biasa. Ketakutan terlihat jelas pada diri Asih ketika Asih harus menjaga anak berusia dua tahun sedangkan dirinya masih berusia delapan tahun. Akibatnya Asih berucap kalimat “perasaan tertindas itu kembali menghampiriku” kata kembali’ dalam kalimat tersebut menandakan Asih pernah mengalami pengalam negatif serupa pada masa lalu. Kata “tertindas” pada kalimat mengungkapkan perasaan Asih yang begitu merasa teraniaya dengan adanya pengalaman masa lalu yang harus terulang kembali. Bentuk pengalaman yang dialami kembali yang tidak dingini yaitu pengalam buruk. Sebagai anak perempuan yang kehidupannya dipenuhi dengan dunia bermain, Asih tentu begitu sangat terpukul menghadapi kejadian yang membuat batinnya begitu sakit. Pengalaman buruk tersebut yang menimbulkan kecemasan neurotik pada batin penderitanya.

Kegagalan Katastropik pada tokoh Asih dalam novel *Lengking Burung Kasuari*

Faktor kecemasan dalam diri manusia berupa kegagalan ketastropik, yaitu pandangan seorang terhadap objek penyebab kecemasan itu sendiri. Dalam hal ini kecemasan neurotic diakibatkan karena suatu objek, yakni tukang potong kep.

“Rupanya Tante Bahar sudah mengambil keputusan sendiri. Dia menanyaiku. Aku tak sanggup menceritakan yang kualami, awalnya. *Takut atas ancaman Tante Tamb*” (Nunuk, 2017:208)

Mencermati kalimat ‘takut atas ancaman Tante Tamb’ pada kutipan, diungkapkan bahwa adanya pandangan negatif Asih karena takut atas ancaman dari Tante Tamb. Adanya suatu ancaman yang diterima Asih membuat Asih tidak bisa mengambil keputusan terhadap apa yang dialaminya. Ketidak sanggupannya tokoh Asih menceritakan masalah yang dilaluinya pada Tante Bahar menjadikan Asih sebagai individu yang tertutup. Hal tersebut akan memperburuk keadaan batinnya karena ia harus menanggung masalahnya sendiri tanpa adanya keterlibatan orang yang lebih tua darinya. “takut ancaman” membuktikan Asih mulai merasa cemas akan ancaman dari Tante Tamb, sehingga ia harus berdiam diri karena pandangannya sendiri terhadap onjek yang ditakutinya.

Kegagalan seseorang dalam menyelesaikan suatu masalah menjadi faktor timbulnya rasa cemas dalam diri manusia. Asih mengalami kegagalan dalam menyelesaikan suatu masalah ketika harus berhadapan dengan Tante Tamb. fakta tersebut dapat dibuktikan pada data sebagai berikut.

“Aku merasa sakit hati. Tapi *tak mampu mengadukannya kepada siapapun*. Ibu tak ada. Mas Harto sudah pergi. Bapak belum lagi pulang dari kantor. Aku berjalan gontai dan memutuskan untuk menyusul Sedy” (Nunuk, 2017:46)

Kegagalan Asih juga tampak pada kutipan tersebut. Kegagalan atau ketidakmampuan seseorang menyelesaikan suatu permasalahannya, kemungkinan besar menjadikan penderitanya semakin berputus asa. Kegagalan dalam menyelesaikan suatu masalah dialami Asih ketika ia tidak mampu mengadukan perlakuan Tante Tamb kepada kedua orang tuanya, sehingga Asih mengambil keputusan untuk menyusul Sedy. “berjalan gontai” menandakan Asih berjalan lemah tidak bertenaga, hal tersebut menjadi faktor utama karena ketidaksanggupan Asih menyelesaikan suatu masalah, dan kurangnya pengawasan atau perlindungan keluarga kepada Asih.

Tidak adanya pertimbangan rasional dan pengarahan diri melalui berpikir dan melakukan pertimbangan dalam menyelesaikan permasalahan menjadi pemicu utama faktor penyebab kecemasan

terjadi. Adapun bentuk penghindaran yang dialami seorang anak misalnya: diam, menghindar, dan menuruti perintah yang membuat dirinya takut.

“Aku pun pergi ke dapur dan menunjukkan karung tempat Ibu menyimpan bawang merah. Tante Tamb membuka karung tersebut, mengambil sengenggam penuh bawang merah, dan berlalu dari dapur dengan kecepatan yang hanya bisa dilakukan oleh maling jemuran. Saat sampai di pintu depan ia berhenti sebentar, menengok dulu ke kiri dan kanan sebelum masuk ke rumahnya sendiri” (Nunuk, 2017:49)

Bentuk ketidak mampuan Asih tampak secara implisit pada kutipan di atas. Di mana Asih menunjukkan karung tempat ibunya menyimpan bawang merah pada Tante Tamb. Hal tersebut menjadi faktor timbulnya kecemasan neurotik akibat tidak adanya pemikiran logis dari tokoh Asih. Asih yang masih kanak-kanak tidak mampu secara tepat membedakan baik buruk di sekelilingnya. Membuat ia dapat dengan mudah melakukan apa yang diperintah oleh orang lain tanpa memikirkan dampak yang akan diterimanya. Dari sini, tampak bahwa manusia harus memikirkan secara matang terhadap suatu keputusan atau pilihan yang akan dipilihnya. Lingkungan keluarga dan pendidikan dapat digunakan sebagai perlindungan dan pemantapan hal-hal baik dalam menentukan pilihan positif dalam hidup.

Faktor pemicu timbulnya rasa cemas disebabkan dengan gagalnya seseorang dalam menyelesaikan suatu masalah.

“Aku menjerit marah. Menceracau tentang ‘tukang potong kep’ yang sedang mencari-cari kepala anak berambut lurus untuk dipersembahkan di kolong jembatan. Tapi ibu tidak mendengarku. Setelah menggosok dan menyiram dan menggosok lagi dia menghanduki rambutku, juga tubuhku, dengan handuk kering, dan tersenyum puas setelahnya” (Nunuk, 2017:219)

Perasaan marah luar biasa dirasakan Asih, faktor ini tidak dapat dipungkiri sebagai bagian yang penting dari timbulnya rasa cemas dalam diri individu. Kegagalan, semua peristiwa memiliki pengaruh terhadap jiwa manusia. Sebagian besar masyarakat meyakini bahwa kegagalan memberikan pengaruh negatif pada mental manusia, menanamkan perasaan takut pada batiniah seseorang. Seperti halnya perasaan takut gagal dalam melakukan suatu hal. Kegagalan tokoh Asih dalam menyelesaikan suatu permasalahan, yaitu tukang potong *kep* tidak dapat terlaksana dengan baik. Hal tersebut membuat Asih menjerit dan ibunya dianggap sebagai penggagal rencana Asih dalam menghadapi rasa takutnya tersebut.

Individu mengalami kecemasan karena ketidakmampuan individu dalam mengatasi permasalahan. Hal tersebut terjadi karena

kurangnya pengalaman suatu individu.

“Hatiku hancur. Tak ada yang lebih kejam yang terjadi padaku, demi melihat teman-teman sibuk bermain, sementara aku tak mampu melakukan itu. Tak terasa air mataku mengalir turun. Sekali lagi aku memandang jalanan dan mendapati tak seorang pun melintas disana” (Nunuk, 2017:45)

Memperhatikan kutipan di atas. Di alami Asih ketika ia hanya merasakan sakit hati melihat temannya bermain, sedangkan ia tidak bisa berbuat apa-apa. Kegagalan Asih dalam menghadapi suatu masalah mengakibatkan Asih mengalami kesedihan mendalam. Kesedihan tampaknya menyatu dengan Asih sehingga dalam kehidupan sehari-harinya merupakan suatu yang menyedihkan. Perasaan sedih yang dirasakan dapat berkembang dalam dirinya. Asih harus mengikuti semua perintah Tante Tamb karena dia tidak memiliki seseorang yang mampu menjaga. Kegagalan tersebut menjadi faktor timbulnya kecemasan neurotik yang dialami Asih.

Anggapan suatu individu dalam keadaan negatif yang akan terjadi, menjadi faktor timbulnya kecemasan neurotik dalam diri individu.

“Tbu sedang masak nasi goreng. Tunggu sebentar, kata Bapak.aku menggeling dan ngeloyor pergi. Siapa juga yang mau makan nasi goreng kalau sebentar lagi nyawaku melayang” (Nunuk, 2017:219)

Kecemasan yang dialami Asih semakin jelas dampaknya. Adanya suatu anggapan Asih mengenai dirinya yang akan meninggal menjadi pemicu utama timbulnya kecemasan neurotik dalam diri Asih. Ketakutan yang dirasakan Asih, ia tampakkan ketika menolak tawaran Bapaknya untuk memakan nasi goreng buatan Ibu Asih. Anggapan yang muncul dalam diri Asih merupakan akibat dari pemikirannya sendiri yang mengakibatkan ia berfikir bahwa tidak lama lagi dia akan mati. Hal ini membuktikan bahwa kecemasan yang dialaminya selama ini membuat dia sangat begitu tertekan hingga ia memiliki rasa takut akan kematian yang menghampirinya karena tukang potog kep yang selalu diceritakan Sedy.

Kegagalan katastrofik sebagai faktor timbulnya rasa cemas diakibatkan karena kegagalan individu yang tidak mampu mengatasi permasalahannya. fakta tersebut dapat dilihat dalam bukti sebagai berikut.

“Tante Tamb menyodorkan tabung kaca kompornya dan menyuruhku mengisinya penuh-penuh dengan minyak tanah. Aku menerima tabung kaca itu dan membuka mulut, ingin bilang bahwa ia harus memberikan uang dulu baru aku akan mengisi tabung ini. Demi mendapati tatapan garang Tante Tamb, aku mengurungkan niat dan berdiri kaku di tempat

semula” (Nunuk, 2017:92)

Mengamati kutipan di atas diungkapkan bahwa, kegagalan Asih untuk menolak permintaan Tante Tamb yang meminta minyak tanah tanpa membayar tidak bisa dibantah oleh Asih. Hal tersebut karena ketakutan Asih kepada Tante Tamb karena tatapan garang yang diberikan Tante Tamb kepada tokoh Asih. “tatapan garang” bermakna bahwa seseorang sedang mengamcam atau akan marah besar. Akibat respon fisik yang diberikan Tante Tamb kepada Asih membuat Asih merasakan takut. Ketakutan tersebut menjadi faktor timbulnya kecemasan neurotik pada Asih.

Generalisasi tokoh Asih pada novel *Lengking Burung Kasuari*

Generalisasi suatu tindakan penyimpulan secara umum melalui peristiwa, hal, dan lain sebagainya. Ketidakkampuan tokoh Asih dalam generalisasi ini diakibatkan kurangnya Asih mengetahui suatu hal dan pengalaman-pengalaman mengenai tukang potong kep. Hal tersebut dibuktikan dalam fakta sebagai berikut.

“Kemudian aku melihat benda itu, yang *membuat darahku membeku*, benda yang dibawanya. Laki-laki itu membawa parang. Ia mengayun-ayunkan parangnya di tangan kanan dan terus melangkah ke arah sini. Aku menelitinya kemudian teringat akan kata-kata Sedy, ‘tukang potong kep’ tengah mencari kepala anak-anak berambut lurus” (Nunuk, 2017:2)

Faktor kecemasan berupa generalisasi dapat dicermati pada data sembilan. Asih sebagai tokoh yang memiliki sedikit pengalaman hidup, sehingga dari kurangnya pengalaman tersebut menimbulkan generalisasi, generalisasi yang dialami Asih menyebabkan Asih mengalami kecemasan berlebih. Perilaku generalisasi tidak muncul begitu saja, tetapi merupakan hasil dari suatu kejadian melalui proses pengalaman dan kebiasaan, generalisasi terjadi pada Asih karena ia selalu terbiasa mendengar tukang potong kep yang sering diceritakan Sedy kepada dirinya. Generalisasi yang dimiliki Asih membuatnya memikirkan suatu berlebih dan menimbulkan ketakutan dalam dirinya. Akibat pemikirannya sendiri terhadap sesuatu yang belum tentu menakutkan.

Generalisasi yang tidak tepat dialami secara berlebihan oleh individu. Generalisasi tersebut terjadi karena sedikit pengalaman. Fakta itu dapat dicermati melalui data berikut.

“Om karake mengambil tangan Sedy yang terjulur, menariknya ke dekat tembok, dan menghantamkannya keras-keras ke tembok. Sedy menangis lebih keras lagi. Aku terpaksa melihatnya. *Dengan pengalaman hidupku yang baru seumur jagung, belum pernah aku melihat seperti ini*. Setahuku Ibu Cuma mencubit kalau aku melakukan sesuatu yang tak berkenan di hatinya. Bapak sendiri tak pernah memukulku. Kalau aku tidak bisa menjawab soal-soal berhitung biasanya bapak Cuma

marah-marah. Tapi tidak memukul” (Nunuk, 2017:74)

Mencermati kalimat bercetak miring pada data sepuluh di atas. Pengalaman hidup Asih yang masih seumur jagung dapat berpengaruh pada kurangnya suatu pemahaman dalam mengartikan suatu peristiwa yang terjadi, masalah tersebut menjadi faktor tersendiri dalam timbulnya kecemasan dalam diri Asih. Anggapan yang terjadi dalam insting Asih bahwa bahwa Om Karake akan menyalami Sedy seperti yang dilakukan orang Jawa namun ternyata salah. Om Karake justru menarik tangan Sedy dan menghantamkannya ke tembok. Kurangnya suatu pengalaman dapat membuat seseorang kurang mengetahui hidup dan bagaimana lingkungan bekerja di dalamnya, membuat seseorang salah mengartikan apa yang terjadi di lingkungan sekitarnya.

SIMPULAN

Pengarang dalam proses karyanya mampu memanfaatkan kejiwaan tokoh untuk membuat alur peristiwa yang dibuatnya. Bahasa menjadi sarana untuk menumbuhkan kekuatan karya sastra sehingga memiliki fungsi penting. Selain itu, gejala-gejala kejiwaan individu dalam kehidupan sosial maupun budaya menjadi salah satu faktor pengarang dalam menghidupkan penggambaran batiniah dari masa ke masa, dalam artian bahwa keadaan jiwa seseorang dan proses kreatifitas pengarang dapat diperhatikan secara implisit.

Bentuk kecemasan neurotik yang disajikan dalam novel *Lengking Burung Kasuari* berupa fobia spesifik dan fobia sosial karena didalamnya terungkap secara jelas bagaimana persoalan individu terhadap suatu objek tertentu dirangkai dan dibentuk dalam cerita dengan konflik batin yang terjadi akibat lingkungan dan anggapan sendiri. Penggunaan bahasa yang mudah yang digunakan pengarang menjadikan karya sastra tersebut mudah dipahami pembaca. Faktor-faktor penyebab adanya kecemasan neurotik karena rangkaian peristiwa seperti generalisasi, pengalaman negatif masa lalu, dan katastrofik tokoh Asih dalam kehidupan. Cara penyampaian konflik pengarang sangat dinikmati karena penggambaran konflik batin sesuai dengan realita yang secara umum terjadi dalam kehidupan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisa, Dona Fitri dan Ifdil. 2016. Konsep Kecemasan (*Anxiety*) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*. 5 (2), 96.
- Anang Viki Pratama Hadju. 2018. Kecenderungan Kecemasan Neurotik Willy Wonka dalam Novel *Charlie and The Chocolate Factory* Karya Roald Dahl. *Madah*. 9 (1), 2.
- Ervina, D. P. (2016). *Kecemasan Neurotik Pada Tokoh Dalam Kumpulan Cerpen Murjangkung Karya A.S. Laksana*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Purwokerto.
- Kusmiana, Nunuk Y. 2017. *Lengking Burung Kasuari*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Karimatus Saidah. 2016. Perkembangan Fisik dan Sosio-Emosi pada Siswa dengan Gejala Fobia Spesifik : Studi Kasus pada Siswa dengan Gejala Fobia Nasi. *XVIII* (2), 67.
- Luh Putu Suta Haryanthi dan Nia Tresniasari. 2012. Efektivitas Metode Terapi Ego State dalam Mengatasi Kecemasan Berbicara di Depan Publik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *INSAN*. 14 (01), 35.
- Minderop, Albertine. 2016. *Psikologi Sastra: Karya Sastra, Metode, Teori, dan Contoh Kasus*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Nurgianto Burhan. 2010. *Statistik Terapan untuk Penelitian Ilmu-ilmu Sosial*. Yogyakarta: Gadjah Mada Universtiy Press.
- Nevid, J. S, Rathus, S.A. dan Green, B. (2014). *Psikologi Abnormal di Dunia yang TerusBerubah*. Jakarta: PenerbitErlangga.
- Yuslinda Yaunin. 2012. Fobia Sosial. 39 (10), 752.
- Rokhmansyah, Alfian. 2014. *Studi dan Pengkajian Sastra; Perkenalan Awal Terhadap Ilmu Sastra*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Rani Azmarina. 2013. Desensitisasi Sistematis dengan Dzikir Tasbih untuk Menurunkan Simtom Kecemasan pada Gangguan Fobia Spesifik. *Humanitas*. 12 (2): 3.
- Rachmaniar. 2015. Komunitas Terapeutik Orang Tua dengan Anak Fobia Spesifik. *Jurnal Kajian Komunikasi*. 3 (2), 94.
- Rulita Hendriyani dan Aliftah Ahadiyah. 2012. Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Pediophobia. *Jurnal Psikologi Ilmiah*. 4 (2), 2.

