

- I. Judul Penelitian** : Analisis Tahapan Kedukaan Tokoh Sentral pada Novel *Anak Bajang Menggiring Angin* Karya Sindhunata
- II. Ruang Lingkup** : Ilmu Budaya / Sastra

III. Latar Belakang Masalah

Sastra merupakan sebuah gambaran mengenai dunia dan seisinya. Sastra dapat berupa tiruan murni tanpa tambahan dari penulis, dapat pula berupa tiruan halus dengan suntingan penulis, atau bahkan berupa tiruan sifat manusia yang tercermin dalam kehidupan sehari-hari. Dalam sastra, yang disebut sebagai sastra tidak hanya karya yang berupa prosa, puisi atau pun drama. Tetapi juga sebuah lagu, musik, pentas tari, film, cerita masyarakat, hingga sebuah cerita sejarah yang diceritakan secara turun-temurun. Sastra tak hanya bermain pada hal-hal yang sifatnya tertulis, tetapi sesuatu yang berwujud sebuah kebudayaan yang dibalikinya tersirat sebuah cerita atau segala sesuatu yang melatarbelakanginya. Karya sastra, menurut secara umum dapat diklasifikasikan menjadi tiga bagian, yakni; prosa, puisi, dan drama. Puisi merupakan bentuk karya sastra yang diuraikan dengan bahasa yang singkat, padat dan indah. Drama merupakan karya sastra yang mengungkapkan cerita melalui dialog-dialog para tokohnya. Sementara, prosa merupakan bentuk karya sastra yang diuraikan menggunakan bahasa bebas dan panjang, tidak terikat oleh aturan-aturan seperti dalam puisi (Andri Wicaksono, 2014:17-18).. Salah satu bentuk dari prosa adalah novel.

Novel merupakan sebuah karya sastra berbentuk prosa yang panjang mengandung rangkaian cerita kehidupan seseorang dengan orang di sekelilingnya dengan menonjolkan watak dan sifat setiap pelaku (KBBI III). Menurut Nurgiyantoro dalam bukunya yang berjudul *Teori Pengkajian Fiksi* menguraikan bahwa novel merupakan bentuk karya sastra yang sering disebut sebagai roman; yang di dalamnya menceritakan sebuah fiksi dalam bentuk naratif yang mengandung konflik tertentu dalam ceritanya dan tentunya novel memiliki tokoh dan perilaku yang mencerminkan kehidupan nyata. Dari penceritaan tersebut, terbias banyak sekali sudut pandang yang masing-masing memiliki

sudut pandang teori yang berbeda. Salah satu sudut pandang teori tersebut adalah sudut pandang psikologi, atau lebih tepatnya psikologi sastra.

Psikologi Sastra adalah telaah karya sastra yang diyakini mencerminkan proses dan aktivitas kejiwaan (Minderop, 2013; 52). Dalam menelaah suatu karya psikologis hal yang perlu dipahami adalah sejauh mana keterlibatan psikologi pengarang dan kemampuan pengarang menampilkan para tokoh rekaan yang terlibat dengan masalah kejiwaan. Karya sastra yang dikaitkan dengan psikologi penting untuk diteliti, sebab menurut Wellek dan Warren (1993:108) bahwa psikologi membantu dalam mengumpulkan kepekaan peneliti pada kenyataan, mempertajam kemampuan, pengamatan, dan memberi kesempatan untuk mempelajari pola-pola yang belum terjamah sebelumnya. Sebagai gejala kejiwaan, psikologi dalam sastra mengandung fenomena-fenomena yang tampak lewat perilaku tokoh-tokohnya. Misalnya saja tahapan kedukaan yang menimpa tokoh-tokoh dalam sebuah karya sastra. Hal ini membuat analisis psikologi dalam sebuah karya sastra menjadi penting untuk dilakukan. Contohnya adalah karya-karya milik Sindhunata yang di dalamnya mengandung beberapa unsur tahapan kedukaan yang merupakan salah satu bagian dari psikologi.

Dr. Gabriel Possenti Sindhunata, S.J., atau lebih dikenal dengan nama pena Sindhunata (Rama Sindhu) lahir di Kota Batu, Jawa Timur pada 12 Mei 1952. Sindhunata merupakan seorang rohaniawan katolik. Selain menjadi rohaniwan, Sindhunata juga merupakan seorang sastrawan, wartawan, pakar filsafat, redaktur, dosen, dan budayawan. Kepiawaiannya dalam menulis sendiri dimulai sejak ia duduk di bangku sekolah menengah sebagai akibat dari kegemarannya membaca buku-buku bergenre budaya, filsafat, babad, sejarah, novel, dan puisi. Dari hobi membaca tersebut, ia kemudian membuat berbagai karya dalam bentuk fiksi, karya ilmiah, filsafat budaya, dan laporan pandangan mata.

Dalam karya fiksi, Romo Sindhu memulainya dengan menulis cerita bersambung di harian Kompas pada tahun 1978 mengenai kisah Bharatayudha, lalu kisah Ramayana pada tahun 1981. Serial Ramayana tersebut kemudian diterbitkan menjadi sebuah buku berjudul *Anak Bajang Menggiring Angin* oleh Penerbit Gramedia Pustaka Utama, dengan

beberapa perbaikan dan tambahan. Beberapa karya sastra lain yang terkenal dari Sindhunata adalah *Semar Mencari Raga*, *Putri Cina*, serta beberapa buku dalam bahasa Jawa, di antaranya, *Tak Enteni Keplokmu* dan *Aburing Kupu-Kupu Kuning*. Ia juga menerbitkan buku kumpulan sajak yang berjudul *Air Kata-Kata*.

Sebagai seorang ahli filsafat, Sindhunata giat menulis artikel-artikel yang kental dengan nuansa filsafat di majalah Basis dan harian Kompas. Bukunya yang berjudul *Waton Urip* (2005) merupakan salah satu karya filsafatnya. Sementara buku-buku seperti *Menjadi Generasi Pasca Indonesia: Kegelisahan Y.B. Mangunwijaya* (1999), *Mengenang Y.B. Mangunwijaya: Pergulatan Intelektual dalam Era Kegelisahan*, dan *Kambing Hitam, Teori Rene Girard* (2006) yang merupakan kajian atas pemikiran Prof. Rene Girard, guru besar antropologi Universitas Stanford, California, Amerika Serikat, adalah beberapa hasil karya ilmiahnya.

Anak Bajang Menggiring Angin adalah sebuah novel fantasi pewayangan berbahasa Indonesia karya Sindhunata (atau Rama Sindhu) yang diterbitkan tahun 1983 oleh Gramedia Jakarta. Novel ini merupakan novelisasi dari serial "Ramayana" yang dimuat di harian Kompas setiap Minggu pada tahun 1981. Dengan beberapa perbaikan dan tambahan oleh Sindhunata, serial tersebut diterbitkan dalam bentuk buku. Menurut catatan di akhir versi cetakan kedelapan (2007), beberapa pengamat mengatakan bahwa kekuatan buku ini terletak dalam bahasanya yang bergaya sastra, terutama dalam "corak liriknya yang puitis dan ritmis". Judulnya sendiri, *Anak Bajang Menggiring Angin* (dalam bahasa Jawa, *Bajang* berarti kecil, kerdil, atau cacat; *Anak Bajang* berarti anak yang sengaja dibuang orang tuanya) adalah sebuah metafor yang dapat diinterpretasi ke banyak arti oleh pembacanya.

Secara umum, *Anak Bajang Menggiring Angin* menceritakan tentang kisah Ramayana yang dimulai dengan tragedi seorang Begawan Wisrawa yang hendak melamarkan Dewi Sukesri untuk anaknya Prabu Danareja namun pada akhirnya tergoda hawa nafsu yang ia lupakan ketika mengupas Sastra Jendra. (Kelahiran Rahwana, Kumbakarna, dan Gunawan Wibisana). Kemudian cerita dilanjutkan dengan tragedi perebutan *Cupu Manik*

Astagina yang diakhir bagian ini, menceritakan tentang Sugriwa yang mempersunting Dewi Tara anak Batara Guru, yang awalnya adalah milik Subali. Selanjutnya adalah kisah pertemuan Rama dan Sintha yang juga dilingkupi dengan sebuah tragedi dimana Dewi Kekayi meminta Prabu Dasarata untuk mengusir Rama dan Sintha; dan menjadikan anaknya Barata sebagai raja. Prabu Dasarata terpaksa memenuhi keinginan Dewi Kekayi, ia mengusir Rama dan menjadikan Barata sebagai Raja Ayodya. Prabu Dasarata pada akhirnya mangkat karena depresi dengan sifat dengki dan ambisius Dewi Kekayi.

Dari kisah singkat diatas, terlihat beberapa kedukaan atau patah hati yang terjadi pada beberapa tokoh sentral yang merasa dikhianati oleh tokoh sentral lainnya. Hal tersebut membuat saya sebagai peneliti, merasa tertarik dengan topik kedukaan pada tokoh sentral dalam novel *Anak Bajang Menggring Angin*. Topik kedukaan ini, sesuai dengan salah satu teori psikologi milik Elisabeth Kübler-Ross yang lebih dikenal dengan Metode Kübler-Ross atau Lima Tahapan Kedukaan (*The Five Stages of Grief*). Lima tahap kedukaan tersebut adalah DABDA; (1) *Denial* atau penyangkalan yang berupa ketidakpercayaan terhadap suatu peristiwa; (2) *Angry* atau marah yang merupakan respon lanjutan dari ketidakpercayaan yang dilampiaskan dengan kemarahan; (3) *Bargaining* atau tawar menawar dimana seorang tokoh mengandaikan sesuatu, misalnya “andai peristiwa ini tidak terjadi, pasti saya tidak akan mengalami masalah seberat ini”; (4) *Depression* atau depresi yang merupakan puncak dari tahapan kedukaan dimana seorang tokoh akan merasa tidak berdaya menghadapi masalah yang sedang menyimpannya; (5) *Acceptance* atau penerimaan dimana seorang tokoh berhasil melewati tahap depresi yang membuatnya perlahan menerima dengan permasalahan dari suatu peristiwa. Namun tahapan kedukaan ini tidak selalu dimulai dengan penolakan atau *denial* tetapi terkadang bisa terjadi secara acak, misalnya awalnya menerima (*acceptance*) kemudian marah (*angry*), dan diakhiri dengan depresi. Dalam beberapa kasus, tahapan kedukaan yang sering muncul dalam hubungan asmara adalah tahapan tawar menawar (*bargaining*), sementara tahapan kedukaan yang muncul dalam peristiwa kehilangan orang atau benda dimulai dengan tahapan penolakan (*denial*).

IV. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah: Bagaimana tahapan kedukaan yang dialami oleh beberapa tokoh sentral pada novel *Anak Bajang Menggiring Angin*?

V. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguraikan dan menganalisis tahapan kedukaan yang dialami oleh beberapa tokoh sentral pada novel *Anak Bajang Menggiring Angin*?

VI. Manfaat Penelitian

6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi terhadap perkembangan ilmu sastra sehingga dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutna mengenai kajian psikologi sastra Metode Kübler-Ross (lima tahapan kedukaan).

6.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi dan menambah wawasan dan pengetahuan kepada pembaca karya sastra mengenai Metode Kübler-Ross atau lima tahapan kedukaan. Selain itu diharapkan penelitian ini dapat menjadi rujukan dalam penelitian terhadap karya sastra di masa mendatang.

VII. Tinjauan Pustaka

7.1 Penelitian Terdahulu

Novel Anak Bajang Menggiring Angin pernah diteliti dengan judul '*Gaya Metafora Dalam Novel Anak Bajang Menggiring Angin Karya Sindhunata: Sebuah Analisis Dekonstruksi Paul De Man*' oleh Sri Utorowati dan Sukristanto (Universitas Muhammadiyah Purwokerto) yang dipublikasikan melalui laman <http://eprints.undip.ac.id/58980>. Fokus pada penelitian ini terletak pada jenis, fungsi, dan makna metafora yang terdapat pada novel Anak Bajang Menggiring Angin karya Sindhunata. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan stilistika.

Selain gaya metafora, novel ini juga pernah diteliti dengan judul 'Kontemporisme Epos Ramayanan dalam "Anak Bajang Menggring Angin" karya Sindhunata' yang diteliti oleh tim penelitian dari Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Airlangga pada tahun 1993. Fokus pemnelitian ini adalah kontemporerisme yang dikemukakan oleh Sindhunata dalam karyanya yang berjudul *Anak Bajang Menggring Angin*.

Selain itu juga pernah diteliti dengan judul 'Citra Laksamana dalam *Anak Bajang Menggiring Angin* Karya Sindhunata dan *Ramayana* Karya P. Lal' yang diajukan sebagai skripsi oleh Anindita untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Humaniora, Program Studi Indonesia, Fakultas Ilmu Pengetahuan Budaya, Universitas Indonesia pada tahun 2012. Fokus penelitan ini adalah penokohan atau citra Laksamana dalam *Anak Bajang Menggiring Angin* Karya Sindhunata dan *Ramayana* Karya P. Lal (yang telah dialihbahasakan oleh Djokolelono). Pendekatan yang dipakai dalam penelitian ini adalah sastra bandingan.

7.2 Landasan Teori

7.2.1 Psikologi

Dalam KBBI, psikologi didefinisikan sebagai ilmu yang berkaitan dengan proses mental, baik normal maupun abnormal dan pengaruhnya pada perilaku; ilmu pengetahuan tentang gejala dan kegiatan jiwa. Sementara dalam *The Cambridge Dictionary of Psychology* (Cambridge University Press, 2009) Psikologi didefinisikan sebagai kajian tentang benak yang meliputi kesadaran, pencerapan, motivasi, perilaku, biologi sistem syaraf yang berkaitan dengan benak, metode ilmiah untuk meneliti benak, kognisi, interaksi sosial yang berkaitan dengan benak, perbedaan individual, dan aplikasi pendekatan-pendekatan tersebut terhadap masalah-masalah praktis dalam organisasi dan perniagaan dan terutama terhadap peringanan penderitaan. Menurut asal katanya, psikologi berasal dari bahasa Yunani Kuno: "ψυχή" (*Psychē* yang berarti jiwa) dan "-λογία" (*-logia* yang artinya ilmu, sehingga secara etimologis, psikologi dapat diartikan dengan ilmu yang mempelajari tentang jiwa.

Psikologi merupakan salah satu bidang ilmu pengetahuan dan ilmu terapan yang mempelajari tentang perilaku, fungsi mental, dan proses mental manusia melalui prosedur ilmiah. Seseorang yang melakukan praktik klinis ilmu dalam psikologi disebut sebagai psikolog. Para psikolog berusaha untuk memperbaiki kualitas hidup seseorang melalui intervensi tertentu baik pada pada fungsi mental, perilaku individu maupun kelompok, yang didasari atas proses fisiologis dan neurobiologis.

Psikologi adalah ilmu yang sangat luas dan ambisius, wilayah ilmu ini mencakup pada biologi dan ilmu saraf serta perbatasannya dengan ilmu sosial seperti sosiologi dan antropologi. Beberapa kajian ilmu psikologi diantaranya adalah:

- Psikologi perkembangan
Adalah bidang studi psikologi yang mempelajari perkembangan manusia dan faktor-faktor yang membentuk perilaku seseorang sejak lahir sampai lanjut usia. Psikologi perkembangan berkaitan erat dengan psikologi

sosial, karena sebagian besar perkembangan terjadi dalam konteks adanya interaksi sosial. Dan juga berkaitan erat dengan psikologi kepribadian, karena perkembangan individu dapat membentuk kepribadian khas dari individu tersebut

- Psikologi kepribadian

Adalah bidang studi psikologi yang mempelajari tingkah laku manusia dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya, psikologi kepribadian berkaitan erat dengan psikologi perkembangan dan psikologi sosial, karena kepribadian adalah hasil dari perkembangan individu sejak masih kecil dan bagaimana cara individu itu sendiri dalam berinteraksi sosial dengan lingkungannya.

- Psikologi kognitif

Adalah bidang studi psikologi yang mempelajari kemampuan kognisi, seperti: Persepsi, proses belajar, kemampuan memori, atensi, kemampuan bahasa dan emosi.

- Psikologi sosial

Bidang ini mempunyai 3 ruang lingkup, yaitu :

- a) Studi tentang pengaruh sosial terhadap proses individu, misalnya : studi tentang persepsi, motivasi proses belajar, atribusi (sifat)
- b) Studi tentang proses-proses individual bersama, seperti bahasa, sikap sosial, perilaku meniru dan lain-lain
- c) Studi tentang interaksi kelompok, misalnya kepemimpinan, komunikasi hubungan kekuasaan, kerjasama dalam kelompok, dan persaingan.

Dari beberpa kajian psikologi diatas, ada salah satu sub kajian psikologi yang objeknya berupa karya sastra, atau lebih dikenal dengan psikologi sastra.

7.2.2 Psikologi Sastra

Psikologi Sastra adalah sebuah interdisiplin antara psikologi dan sastra (Endraswara, 2008:16). Dengan mempelajari sastra sama saja dengan mempelajari manusia dari sisi dalam. Meskipun aspek ‘dalam’ ini terlehit subjektif, karena satu bagian dan dengan bagian yang lain akan terlihat berbeda. Psikologi sastra yang dipelajari lebih lanjut akan membuat kita paham akan dimana letak keindahan dari sebuah karya sastra, yakni melalui pemahaman terhadap kondisi kejiwaan tokoh-tokoh yang ada dalam karya sastra tersebut.

Menurut Endraswara, ada beberapa langkah unntuk dapat memahami teori psikologi sastra. Pertama memahai teori psikologi yang ada secara umum, kemudian menerapkan teori tersebut kedalam sebuah karya sastra. Kedua terlebih dahulu menentukan sebuah karya sastra yang akan dijadiakn sebagai objek penelitian, kemudian menentukan teori psikologi yang dianggap relevan untuk digunakan. Terakhir, secara bersamaan akan menemukan teori dan objek penelitian (Minderop, 2016:59)

Pada dasarnya, psikologi sastra adalah penerapan ilmu psikologi umum yang diterapkan pada masalah kejiwaan pada tokoh-tokoh yang ada didalam karya sastra. Adapun teori psikolgi yang dipakai dan diterapkan dalam penelitian ini adalah psikologi Model Kubler Ross yang digunakan untuk meneliti tahapan kedukaan beberapa tokoh sentral dalam novel *Anak Bajang Menggiring Angin* karya Sindhunata..

7.2.3 Kedukaan

Grief atau kedukaan adalah kondisi psikologis-emosional yang dirasakan seseorang setelah kehilangan sesuatu yang berharga, baik yang abstrak maupun nyata, misalnya putus cinta, kehilangan pekerjaan, kehilangan pemasukan, dan sebagainya (Suseno dalam Widya Tri Astuti, 2016: 26-27). Kedukaan atau dukacita adalah proses dimana seseorang mengalami respon psikologis, sosial

dan fisik terhadap kehilangan yang dipersepsikan. Respon ini dapat berupa keputusan, kesepian, ketidakberdayaan, kesedihan, rasa bersalah dan marah. Proses kedukaan memiliki sifat yang mendalam, internal, menyedihkan dan berkepanjangan. Kedukaan dapat ditunjukkan melalui pikiran, perasaan maupun perilaku yang bertujuan untuk mencapai fungsi yang lebih efektif dengan mengintegrasikan kehilangan ke dalam pengalaman hidup. Pada saat seseorang yang berduka ingin mencapai fungsi yang lebih efektif, maka dibutuhkan waktu yang cukup lama dan upaya yang cukup keras untuk mewujudkannya.

Ada dua tipe dari grief yaitu berduka diantisipasi dan berduka disfungsional. Berduka diantisipasi adalah suatu status yang merupakan pengalaman individu dalam merespon kehilangan yang aktual ataupun yang dirasakan seseorang, hubungan/kedekatan, objek atau ketidakmampuan fungsional sebelum terjadinya kehilangan. Tipe ini masih dalam batas normal. Berduka disfungsional adalah suatu status yang merupakan pengalaman individu yang responnya dibesar-besarkan saat individu kehilangan secara aktual maupun potensial, hubungan, objek, dan ketidakmampuan fungsional. Tipe ini kadang-kadang menjurus ke tipikal, abnormal, atau kesalahan/kekacauan.

Jenis-Jenis Kedukaan

Grief (kesedihan/berduka) terdiri dari empat jenis, yaitu sebagai berikut.

- Berduka normal, terdiri atas perasaan, perilaku, dan reaksi yang normal terhadap kehilangan. Misalnya, kesedihan, kemarahan, menangis, kesepian, dan menarik diri dari aktivitas untuk sementara.
- Berduka antisipatif, yaitu proses melepaskan diri yang muncul sebelum kehilangan atau kematian yang sesungguhnya terjadi. Misalnya, ketika menerima diagnosis terminal, seseorang akan memulai proses perpisahan dan menyesuaikan berbagai urusan di dunia sebelum ajalnya tiba.

- Berduka yang rumit, dialami oleh seseorang yang sulit untuk maju ke tahap berikutnya, yaitu tahap kedukaan normal. Masa berkabung seolah-olah tidak kunjung berakhir dan dapat mengancam hubungan orang yang bersangkutan dengan orang lain.
- Berduka tertutup, yaitu kedudukan akibat kehilangan yang tidak dapat diakui secara terbuka. Contohnya: Kehilangan pasangan karena AIDS, anak mengalami kematian orang tua tiri, atau ibu yang kehilangan anaknya di kandungan atau ketika bersalin.

7.2.4 Teori Kedukaan Kübler-Ross (Metode Kübler-Ross)

Elisabeth Kübler-Ross, M.D. (lahir 8 Juli 1926 – meninggal 24 Agustus 2004 pada umur 78 tahun) adalah seorang psikiater dan penulis buku terobosan *On Death and Dying* (Tentang Maut dan Kematian). Dalam buku itu ia pertama kali membahas apa yang kemudian dikenal sebagai model Kübler-Ross. Kübler-Ross dilahirkan di Zürich, Swiss dan lulus dari sekolah kedokteran di Universitas Zürich pada 1957. Ia pindah ke Amerika Serikat pada 1958 untuk bekerja dan melanjutkan pendidikannya di New York.

Ketika ia mulai berpraktik, ia tercengang menyaksikan perlakuan rumah sakit terhadap para pasien yang sedang sekarat. Ia mulai memberikan serangkaian kuliah yang membahas pasien-pasien tanpa harapan untuk hidup, yang memaksa para mahasiswa kedokteran untuk menghadapi orang-orang yang sedang sekarat. Pengalamannya yang luas melayani orang-orang yang sedang sekarat akhirnya membuat ia menulis buku *On Death and Dying* pada 1969. Ia menulis lebih dari 20 buku lainnya dengan topik menjelang kematian.

Ia juga mengusulkan apa yang kini terkenal sebagai Lima Tahapan Dukacita sebagai pola tahapan yang dilalui oleh kebanyakan atau semua orang secara berurutan, setelah diperhadapkan dengan tragedi kematian yang segera akan mereka alami. Kelima tahapan dukacita itu adalah: penyangkalan, kemarahan, tawar-menawar, depresi, dan penerimaan. Sejak itu kelima tahapan

ini telah diakui oleh banyak pihak berlaku juga bagi orang-orang yang kehilangan mereka yang mereka cintai.

Kübler-Ross tidak mendirikan gerakan pelayanan hospis, tetapi para pendiri gerakan itu memujinya sebagai orang yang memberikan dorongan untuk itu. Kübler-Ross memperoleh gelarnya dalam psikiatri di Universitas Colorado pada 1963 dan juga mendapatkan 23 gelar doktor kehormatan.

Belakangan, Kubler-Ross tertarik akan pengalaman di luar tubuh dan upaya-upaya berhubungan dengan orang mati lewat medium. Hal ini menimbulkan skandal yang berkaitan dengan seorang medium, serta serangan terhadap pusat-pusat penyembuhannya.

Kübler-Ross mengalami serangkaian stroke pada 1995 yang menyebabkan ia setengah lumpuh di bagian kiri tubuhnya. Dalam wawancara tahun 2002 dengan *The Arizona Republic*, ia mengatakan bahwa ia siap untuk mati. Ia meninggal dunia pada 2004 di rumahnya di Scottsdale, Arizona.

Teori Kedukaan Kubler Ross

Kubler Ross, dalam bukunya yang berjudul *On Death and Dying* mengklasifikasikan teori kedukaan menjadi lima tahapan, yakni: *denial*, *angry*, *bargaining*, *depression*, dan *acceptance*.

1. *Denial*

Denial atau penyangkalan biasanya merupakan pertahanan sementara untuk diri sendiri. Perasaan ini pada umumnya akan digantikan dengan kesadaran yang mendalam akan kepemilikan dan individu yang ditinggalkan setelah kematian. Reaksi fisik yang ditimbulkan adalah: letih, lemah, pucat, mual, diare, gangguan pernafasan, detak jantung cepat, menangis, gelisah.

Contoh dalam bentuk verbal:

"Saya merasa baik-baik saja."

"Hal ini tidak mungkin terjadi, tidak pada saya."

"Tidak, tidak mungkin seperti itu"

"Tidak akan terjadi pada saya!"

"Saya tidak percaya hal ini menimpaku."

2. *Angry*

Angry atau marah, ketika berada pada tahapan kedua, individu akan menyadari bahwa ia tidak dapat senantiasa menyangkal. Oleh karena kemarahan, orang tersebut akan sangat sulit untuk diperhatikan oleh karena perasaan marah dan iri hati yang tertukar. Reaksi fisik yang ditimbulkan adalah: muka merah, nadi cepat, gelisah, susah tidur, tangan mengepal.

Contoh dalam bentuk verbal:

"Kenapa saya ? Ini tidak adil!"

"Bagaimana mungkin hal ini dapat terjadi pada saya?"

"Siapa yang harus dipersalahkan?"

3. *Bargaining*

Bargaining atau tawar-menawar, pada tahapan ketiga ini melibatkan harapan supaya individu dapat sedemikian rupa menghambat atau menunda kematian. Biasanya, kesepakatan untuk perpanjangan hidup dibuat kepada kekuasaan yang lebih tinggi dalam bentuk pertukaran atas gaya hidup yang berubah. Secara psikologis, individu mengatakan,

"Saya mengerti saya akan mati, tetapi jika saja saya memiliki lebih banyak waktu..."

"Kenapa harus terjadi pada saya ?"

"Kalau saja yang sakit bukan saya "

"Seandainya saya hati-hati "

"Biarkan saya hidup untuk melihat anak saya diwisuda."

"Saya akan melakukan apapun untuk beberapa tahun."

"Saya akan memberikan simpanan saya jika..."

4. *Depression*

Depresi (*depression*): Terjadi ketika kehilangan disadari dan timbul dampak nyata dari makna kehilangan tersebut. Depresi merupakan puncak dari kedukaan karena biasanya seseorang menjadi tidak berdaya, menarik diri dari lingkungan, putus asa, menyerah, merasa sangat bersalah dan tidak berguna, dan membutuhkan waktu lama untuk pulih dan menuju tahap selanjutnya. Namun pada tahap depresi ini memberi kesempatan kepada individu untuk berupaya melewati kehilangan dan mulai memecahkan masalah.

5. *Acceptance*

Acceptance atau penerimaan, adalah tahap akhir kedukaan dimana seseorang mulai dapat menerima dengan ikhlas apa yang terjadi.

Contoh dalam bentuk verbalisasi:

“Apa yang dapat saya lakukan agar saya cepat sembuh”,

“Yah, akhirnya saya harus operasi.”

Pada awalnya, Kübler -Ross menerapkan tahapan-tahapan ini pada penderita penyakit gawat, kemudian diterapkan pada bentuk lain mengenai kerugian/kehilangan milik pribadi yang sangat luar biasa (pekerjaan, penghasilan, kebebasan). Termasuk dalam hal ini adalah peristiwa penting dalam kehidupan seperti kematian seseorang yang sangat dicintai, perceraian, kecanduan obat-obatan, awal menderita sakit atau penyakit gawat, diagnosa ketidaksuburan, juga banyak tragedi dan bencana lainnya.

Kübler -Ross menyatakan bahwa tahapan-tahapan ini tidak senantiasa berada dalam urutan seperti di atas, juga tidak semua pasien mengalami seluruh tahapan-tahapan tersebut, walau ia menerangkan bahwa seorang pasien setidaknya selalu mengalami paling tidak dua tahapan. Seringkali, individu akan mengalami beberapa tahapan secara berulang-ulang, bergantian antara dua atau lebih tahapan, yang kemudian kembali pada satu atau beberapa tahapan selama beberapa kali sebelum menyelesaikan tahapan tersebut.

Secara signifikan, mereka yang mengalami (atau pantauan mereka yang merawat) tahapan-tahapan ini seharusnya tidak memaksakan proses. Proses kedukaan sangatlah pribadi dan tidak seharusnya ditidak seharusnya tergesa-gesa, ataupun diperpanjang, pada dasar rentang waktu yang diberikan individu ataupun pendapat. Ia selayaknya sadar bahwa tahapan-tahapan tersebut akan lewat dengan sendirinya dan pada akhirnya tahapan "Penerimaan" (Acceptance) akan dicapai.

Akan tetapi, adapun individu-individu yang berjuang dengan kematian hingga akhirnya. Beberapa psikolog percaya bahwa semakin keras seseorang melawan kematian, semakin besar kemungkinan mereka akan berada pada tahap penyangkana. Jika hal ini terjadi, sangat mungkin penderita akan menghadapi kesulitan meninggal dengan cara yang baik. Psikolog lain menyatakan bahwa penderita yang tidak menentang kematian merupakan hal yang dapat diterima oleh sekelompok individu. Mereka yang menghadapi kesulitan mengatasi tahapan-tahapan ini sebaiknya mempertimbangkan untuk bertemu dengan kelompok konsultasi kedukaan profesional ataupun kelompok pendukung lainnya.

VIII. Metodologi Penelitian

8.1 Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif. Metode ini dilakukan dengan cara mendeskripsikan fakta-fakta yang kemudian disusul dengan analisis. Pada penelitian ini proses analisis dilakukan untuk menganalisis tahapan kedukaan Kubler Ross yang dialami oleh beberapa tokoh sentral pada novel *Anak Bajang Menggiring Angin* dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra.

8.2 Fokus Penelitian

Fokus penelitian pada penelitian ini adalah menganalisis tahapan kedukaan yang dialami oleh beberapa tokoh sentral dalam novel *Anak Bajang Menggring Angin* karya Sindhunata dengan menggunakan sudut pandang psikologi model Kubler Ross.

8.3 Sumber Data

8.3.1 Data Primer

Sumber data primer yang menjadi pokok dalam penelitian ini adalah novel *Anak Bajang Menggring Angin* karya Sindhunata yang diterbitkan oleh PT Gramedia Pustaka Utama.

8.3.2 Data Sekunder

Sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah artikel, berita, makalah ataupun jurnal ilmiah yang terdapat pada media cetak ataupun dalam bentuk ebook serta media digital lainnya yang berkaitan dan mendukung penelitian ini.

8.4 Metode Pengumpulan Data

8.4.1 Membaca novel *Anak Bajang Menggring Angin* karya Sindhunata secara intensif.

8.4.2 Membaca referensi mengenai tahapan kedukaan Kubler Ross.

8.4.3 Mencatat dan menandai data yang berkaitan dengan rumusan masalah.

8.4.4 Mengklasifikasikan data-data yang ada sesuai dengan rumusan masalah.

8.5 Teknik Analisis Data

8.5.1 Mengklasifikasikan tahapan kedukaan yang dialami oleh beberapa tokoh sentral dalam novel *Anak Bajang Menggring Angin* karya Sindhunata.

8.5.2 Menganalisis tahapan kedukaan yang dialami oleh beberapa tokoh sentral dalam novel *Anak Bajang Menggring Angin* karya Sindhunata.

8.5.3 Menyimpulkan hasil analisis

Daftar Pustaka

- Edraswara, Surdi. 2008. *Metode Penelitian Psikologi Sastra*. Yogyakarta: Media Pressindo
- Minderop, A. (2013). *Psikologi Sastra: Karya Sastra,, Metode, Teori, dan Contoh Kasus*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor
- Nurgiyantoro, Burhan. 2010. *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press
- Sindhunata. 1983. *Anak Bajang Menggiring Angin*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Wellek, R. & Austin, W. (1993). *Pengantar Teori Sastra*. Terj. Melani Budianta. Jakarta: Gramedia.

Daftar Laman

- Anindita. 2012. *Citra Laksamana dalam ‘Anak Bajang Menggiring Angin Karya’ Sindhunata dan ‘Ramayana’ Karya P. Lal* . <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20313036-S43676-Citra%20laksman.pdf> diunduh pada 1 April 2019
- Astuti, Widya Tri. 2016. *Suasana Batin Tokoh dalam Novel ‘Dari Jendela Hauzah’ Karya Otong Sulaeman dan Pembelajarannya Di SMA Kelas XII* (Skripsi) (daring). Universitas Lampung.
<http://digilib.unila.ac.id/24590/18/SKRIPSI%20TANPA%20BAB%20PEMBAHASAN.pdf> diakses pada 5 Mei 2019
- Endang Sriwidayati ,DKK. 1993. *Kontemporisme Epos Ramayanan dalam”Anak Bajang Menggring Angin” karya Sindhunata* (daring).
<http://repository.unair.ac.id/42491/1/gdlhub-gdl-res-2014-lembagapen-33067-3.ringk-n.pdf> diunduh pada 1 April 2019
- Santosa, Puji. 2010. *Sindhunata* (daring). <http://pelitaku.sabda.org/sindhunata>, diakses pada 28 Februari 2019

Sari, Rossi Anita . 2016. *Pengalaman Kehilangan (Loss) Dan Berduka (Grief) pada Ibu Preeklampsi yang Kehilangan Bayinya* (Skripsi) (daring). Universitas Diponegoro. http://eprints.undip.ac.id/47270/1/bagian_awal-bab_3.pdf diakses pada 4 Mei 2019

Setyorini, R. (2017). *Analisis Kepribadian Tokoh Marni Kajian Psikologi Sigmund Freud dalam Novel Entrok Karya Okky Madasari*. Kajian Linguistik dan Sastra, 2(1), 12-24 (daring). <http://journals.ums.ac.id/index.php/KLS/article/view/5348/3529> diakses pada 5 Mei 2019

Sukristanto, Sri Utorowati . 2017. *Gaya Metafora dalam Novel 'Anak Bajang Menggiring Angin' Karya Sindhunata: Sebuah Analisis Dekonstruksi Paul De Man* (daring). <http://eprints.undip.ac.id/58980>. diunduh pada 1 April 2019

Wicaksono, Andri.2014. *Pengkajian Prosa Fiksi (edisi revisi)* (daring). Garudhawaca Yogyakarta. https://books.google.co.id/books?id=4OmtDgAAQBAJ&dq=prosa+adalah&lr=&hl=id&source=gbs_navlinks_s diakses pada 5 Mei 2019

Refrensi Tambahan

Anonim. 2007. *Anak Bajang Menggiring Angin* (daring). https://www.goodreads.com/book/show/1439798.Anak_Bajang_Menggiring_Angin diakses pada 1 April 2019

Anonim. 2013. *Definisi Psikologi: Cambridge Dictionary of Psychology*. <http://kuliah3.blogspot.com/2013/09/definisi-psikologi-cambridge-dictionary.html> diakses pada 6 Mei 2019

Anonim. *Eilabeth Kubler Ross* (daring). https://id.wikipedia.org/wiki/Elisabeth_K%C3%BCbler-Ross&t=Elisabeth_K%C3%BCbler-Ross diakses pada 4 Mei 2019

Anonim. *Elisabeth Kübler-Ross, M.D.* <https://www.ekrfoundation.org/elisabeth-kubler-ross/> diakses pada 6 Mei 2019

Anonim. *Sindhunata* (daring). <https://id.wikipedia.org/wiki/Sindhunata>, diakses pada 20 Maret 2019

LAMPIRAN

Sinopsis Anak Bajang Menggiring Angin

Prabu Danaraja, Raja Negeri Lokapala, merindukan Dewi Sukesi. Mengetahui perasaan anaknya, Begawan Wisrawa pun ingin mewujudkan keinginan anaknya. Ia menemui Sumali, Raja Alengka sekaligus sahabatnya, untuk mengutarakan niat anaknya. Wisrawa pun tahu bahwa Dewi Sukesi menghendaki suami yang mampu mengupas *Sastra Jendra Hayuningrat Pangruwating Diyu*. Walaupun merasa berat, Wisrawa pun bersedia melakukannya. Akan tetapi, ketika Dewi Sukesi dan Wisrawa hampir menghayati *Sastra Jendra*, Batara Guru dan Dewi Uma menggagalkan usaha mereka sehingga Sukesi pun mengandung anak Wisrawa. Setelah mengetahui pengkhianatan ayahnya, Danareja mengusir Dewi Sukesi dan Wisrawa dari Kerajaan Lokapala. Di tengah hutan, Dewi Sukesi melahirkan darah, telinga, dan kuku manusia. Darah tumbuh menjadi manusia bermuka sepuluh yang diberi nama Rahwana, telinga tumbuh menjadi raksasa sebesar Gunung Anakan yang diberi nama Kumbakarna, dan kuku tumbuh menjadi raksasa wanita tidak sedap baunya yang diberi nama Sarpanaka. Anak-anak tersebut merupakan wujud dosa-dosa mereka. Kemudian, mereka pun kembali ke Alengka dan melahirkan seorang manusia sempurna yang lahir dari cinta sejati keduanya. Anak tersebut diberi nama Gunawan Wibisana.

Di suatu tempat, Resi Gotama mengutuk Dewi Windrada, istrinya, karena ia diam saja ketika ditanya asal usul *Cupu Manik Astagima* yang diperebutkan oleh anak-anaknya. Setelah dikutuk menjadi batu tugu, batu tugu tersebut kemudian dilemparkan Gotama hingga jatuh di Alengka, sedangkan *Cupu Manik Astagima* dilemparkannya ke udara. Tutup cupu jatuh di Ayodya menjadi Telaga Nirmala, sedangkan cupu yang berisi air kehidupan jatuh di tengah hutan menjadi Telaga Sumala. Ketiga anaknya, yaitu Guwarsa, Guwarsi, dan Anjani mengejar cupu tersebut ke Telaga Sumala sehingga ketiganya berubah wujud menjadi kera. Guwarsa dan Guwarsi berubah nama menjadi Sugriwa dan Subali. Kemudian, ketiganya bertapa berat untuk membersihkan dosanya. Betara Guru pun tergerak oleh tapa berat Anjani, ia mengabdikan tapanya. Anjani pun melahirkan seekor kera putih yang diberi nama Anoman. Setelah selesai tapa, Subali bertemu kembali dengan Sugriwa. Mereka mendapat tugas untuk membunuh Maesasura dengan Dewi Tara sebagai imbalannya. Subali yang memiliki *Aji Pancasona*, ilmu yang membuatnya hidup kembali setelah menyentuh bumi, masuk ke gua Kiskenda untuk membunuh Maesasura, sedangkan Sugriwa menunggu di depan gua. Sesuai dengan kesepakatan mereka, Sugriwa menutup pintu gua setelah melihat darah putih dan darah merah mengalir karena mengira darah putih itu menandakan kematian Subali. Subali yang masih hidup mengira Sugriwa mengkhianatinya karena menginginkan Dewi Tara. Dengan marahnya, ia pun merebut Dewi Tara dan mengusir Sugriwa dari Kiskenda.

Alkisah Raja Dasarata, Raja Ayodya, melakukan upacara persembahan agar memiliki keturunan. Kemudian, Dewi Sukasalya melahirkan titisan Wisnu yang diberi nama Ramawijaya, Dewi Kekeyi melahirkan anak yang diberi nama Barata, dan Dewi Sumitra melahirkan anak kembar yang diberi nama Laksmana dan Satrugna. Begawan Yogiswara mengajak Rama membunuh raksasa pengacau, Katakalya. Laksmana dan Rama pun berhasil membunuhnya sehingga Kala Marica dendam kepada keduanya. Begawan Yogiswara pun menyuruh Rama mengikuti sayembara mendapatkan Dewi Sinta di Mantili. Rama pun berhasil memenangkan sayembara tersebut .

Raja Dasarata kemudian berniat mengangkat Rama menjadi Raja Ayodya. Hal ini disambut gembira oleh semua orang di Ayodya, kecuali Kekayi. Dewi Kekayi datang menagih sumpah Dasarata untuk mengabdikan permintaannya. Ia pun meminta agar Barata diangkat menjadi raja dan Rama diasingkan ke hutan selama tiga belas tahun. Raja Dasarata sangat bingung untuk memilih antara rasa sayangnya terhadap Rama dan janjinya terhadap Kekayi. Rama kemudian pergi ke hutan diikuti Dewi Sinta dan Laksmana untuk menepati janji ayahnya. Karena kesedihannya, Raja Dasarata pun meninggalkan dunia. Barata yang mengetahui niat jahat ibunya segera menyusul Rama ke hutan untuk membujuknya

kembali, tetapi ia tidak berhasil. Barata pun memutuskan untuk memerintah Ayodya sebagai perwakilan Rama hingga Rama kembali ke Ayodya.

Di hutan, mereka bertemu Sarpanaka yang tergoda terhadap Rama dan Laksmana. Akan tetapi, karena sakit hati ditolak keduanya, Sarpanaka mengadu pada suaminya untuk membalaskan dendamnya. Akan tetapi, kesaktian kedua suami dan tentaranya tidak sebanding dengan kesaktian Rama dan Laksmana sehingga semua raksasa tersebut mati. Sarpanaka pun kemudian datang ke Alengka mengadu pada Rahwana. Ia menceritakan dendamnya dan kecantikan Sinta untuk menarik hati Rahwana. Sinta yang melihat kijang kencana jadi-jadian Kala Marica meminta Rama mengambilkannya. Setelah kepergian Rama mengejar Kijang kencana, Laksmana dan Sinta mendengar suara Rama menjeri minta tolong sehingga Sinta mendesak Laksmana untuk menolongnya. Setelah Sinta sendirian, Rahwana pun leluasa menculik Sinta.

Rama dan Laksmana kemudian berniat untuk merebut Dewi Sinta dari tangan Rahwana. Dari Jatayu, mereka pun tahu harus menyusul Rahwana ke Alengka. Setelah bertemu Sugriwa, Rama pun membantu Sugriwa untuk merebut Dewi Tara dari tangan Subali. Rama memanah Subali hingga tewas. Setelah sekian lama, Sugriwa dan pasukannya muncul menemui Rama untuk menemukan Alengka. Di tengah pertemuan, datanglah Anoman yang mengaku sebagai anak Retna Anjani, adik Sugriwa. Rama pun mengutus Anoman untuk menemukan Alengka. Ia memberikan cincin yang akan bersinar jika Sinta masih suci.

Rahwana yang bingung menghadapi kekeraskepalaan Sinta diingatkan Wibisana untuk berhenti merebut kekasih orang lain, tetapi Rahwana justru marah. Ia memukulkan gadanya ke tubuh Wibisana. Wilkatakini pun membuang tubuh Wibisana ke samudra. Kumbakarna yang mengetahui hal itu menjadi marah terhadap Rahwana. Kumbakarna mengamuk dan ia pun berkelahi dengan Rahwana, tetapi dileraikan oleh paman mereka, Prahasta. Rahwana datang ke Taman Argasoka menemui Dewi Sinta yang ditemani Dewi Trijata. Ia memaksa Dewi Sinta melayaninya, tetapi Dewi Sinta mengancam untuk bunuh diri jika Rahwana mencoba menjamahnya.

Anoman pun berhasil menemui Dewi Sinta dan menyerahkan cincin dari Rama kepadanya. Sinta pun menangis mendengar pesan Rama yang meragukan kesuciannya. Sinta kemudian menitipkan kalung bermata api yang apinya akan padam di tangan Rama jika Rama sudah tidak mencintanya. Anoman pun merusak Taman Argasoka sehingga Anoman pun ditangkap dan dibakar hidup-hidup. Akan tetapi, Anoman dapat melepaskan diri dari kepungan api, ia pun lalu menyusul rumah-rumah dan istana di Alengka kemudian pergi menuju Maliawan. Di jalan, ia bertemu dengan Wibisana yang ternyata belum mati itu. Anoman pun menemui Rama dan menyampaikan pesan Dewi Sinta. Rama sangat menyesal dengan tindakannya.

Rama, Sugriwa, Anoman, Wibisana, dan pasukan kera pun kemudian bahu membahu membuat tambak menuju pantai Alengka. Kemudian, pasukan Rama dan Rahwana pun terlibat pertempuran yang sengit. Rahwana dengan liciknya mencoba meyakinkan Sinta bahwa Rama dan Laksmana telah mati, tetapi Sinta tetap tidak mau melayani Rahwana. Setelah raksasa-raksasa andalan Alengka mati di tangan pasukan Rama, Rahwana pun semakin geram. Ia datang ke Taman Argasoka, Trijata dengan cerdiknyanya mengatakan bahwa Dewi Sinta mau melayaninya jika ia sendiri yang membawa kepala Laksmana dan Rama.

Rahwana pun segera pergi ke medan tempur. Ia menyuruh makhluk halusnyanya mengobrak-abrik pasukan kera. Matahari meredup, sementara Dewi Windradi, Retna Anjani, dan para bidadari surga memencarkan cahaya yang menerangi pandangan para kera sekaligus menggelapkan pandangan para raksasa. Setelah matahari kembali bersinar, Rahwana terkejut melihat kebinasaan para raksasa. Rahwana tidak gentar, ia berteriak bahwa Sinta sendiri yang menghendaki kematian Laksmana dan Rama. Hati

Rama pun diliputi keraguan terhadap Sinta, tetapi ia tetap menarik panah *Guwawijaya* dan mengarahkannya pada Rahwana. Setelah panah itu mengenai leher Rahwana, Anoman dan kelima saudara kandungnya menjatuhkan Gunung Suwela. Rahwana pun menjerit menyayat di bawah Gunung Suwela. Selama-lamanya ia takkan mati dalam hidupnya yang tersiksa.

Setelah kemenangannya, Rama pun berhasil menemui Sinta yang tampak semakin indah dalam pandangannya. Rama merasa iri dengan ketabahnya, ia malu membayangkan penderitaan Sinta. Bagi Rama, ketabahan Sinta melebihi kebesarannya. Apalagi saat ia mengingat kata-kata Rahwana, semakin irilah hatinya. Ia pun meminta Sinta membuktikan kesuciannya dengan terjun ke dalam lautan api. Setelah orang-orang terdekatnya mengingatkan Rama, ia pun sadar dan ingin menarik kembali kata-katanya. Akan tetapi, Sinta telanjur menyanggupi permintaan Rama. Sinta pun terjun ke dalam lautan api.