

EKSISTENSI TOKOH UTAMA DALAM NOVEL *LEBIH SENYAP DARI BISIKAN* KARYA ANDINA DWIFATMA: KAJIAN PSIKOLOGI EKSISTENSIAL ROLLO MAY

**Arum Iga Pratiwi**

Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya  
[arum.18133@mhs.unesa.ac.id](mailto:arum.18133@mhs.unesa.ac.id)

**Anas Ahmadi**

Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya  
[anasahmadi@unesa.ac.id](mailto:anasahmadi@unesa.ac.id)

**Abstrak**

Penelitian ini berfokus pada psikologi eksistensial Rollo May yang dikaji dalam novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan psikologi eksistensial Rollo May yang terdapat 1) Kecemasan yang ada pada tokoh utama dalam novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma, 2) Rasa bersalah yang ada pada tokoh utama dalam novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma, 3) Bentuk cinta yang ada dalam novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma. Penulis menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan psikotekstual. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik pustaka, simak, dan catat. Dalam menganalisis data menggunakan tiga teknik analisis data yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan, 1) Ditemukannya kecemasan normal dan kecemasan neurotik yang terjadi pada Amara. 2) Dari ketiga bentuk rasa bersalah yaitu *umwelt*, *mitwelt*, dan *eigenwelt*, tidak ditemukannya bentuk rasa bersalah berupa *umwelt* dalam novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma. 3) Dari keempat bentuk cinta yaitu *seks*, *eros*, *philia*, dan *agape*, tidak ditemukannya bentuk cinta berupa *agape* dalam novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma.

**Kata Kunci:** Psikologi Eksistensial Rollo May, Kecemasan, Rasa Bersalah, Bentuk Cinta

**Abstract**

This research focuses on the existential psychology of Rollo May which is studied in the novel *Lebih Senyap dari Bisikan* by Andina Dwifatma. This study aims to describe Rollo May's existential psychology, which are 1) Anxiety in the main character in Andina Dwifatma's *Lebih Senyap dari Bisikan*, 2) Guilt in the main character in Andina Dwifatma's *Lebih Senyap dari Bisikan* novel, 3) The form of love in the novel *Lebih Senyap dari Bisikan* by Andina Dwifatma. The author uses a qualitative method with a psychotextual approach. Data collection techniques using library techniques, listen, and take notes. In analyzing the data using three data analysis techniques, namely data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results showed, 1) Normal anxiety and neurotic anxiety were found in Amara. 2) Of the three forms of guilt, namely *umwelt*, *mitwelt*, and *eigenwelt*, no form of guilt in the form of *umwelt* was found in the novel *Lebih Senyap dari Bisikan* by Andina Dwifatma. 3) Of the four forms of love, namely sex, eros, philia, and agape, no form of love in the form of agape is found in Andina Dwifatma's novel *Lebih Senyap dari Bisikan*.

**Keywords:** Rollo May's Existential Psychology, Anxiety, Guilt, Forms of Love

**PENDAHULUAN**

Ekistensialisme berfokus mengenai manusia pada ke-"beradaan"-nya. Dalam hal ini manusia hadir di dunia untuk dapat memberikan manfaat kepada lingkungan serta untuk mengenal lebih dalam tentang dirinya sendiri. Namun permasalahan yang sering kali terjadi adalah keberadaan diri manusia tidak selamanya selalu aman. Terkadang keberadaan diri manusia dapat direnggut oleh manusia yang lain. Hal tersebut dapat ditemukan saat

membaca sebuah karya sastra. Permasalahan eksistensi dalam sebuah karya sastra adalah hal yang menarik untuk dikaji lebih dalam. Eksistensi dalam sebuah karya sastra dapat dikaji dengan kajian psikologi.

Karya sastra dengan kajian psikologi memiliki kesamaan yaitu keduanya sama-sama berawal dari manusia dan membahas mengenai kehidupan sebagai kajiannya. Salah satu cabang ilmu psikologi adalah psikologi eksistensial. Psikologi eksistensial mengkaji mengenai manusia merupakan subjek bagi dirinya

(Ahmadi, 2015:30). Dikatakan sebagai psikologi eksistensial karena cabang ilmu psikologi ini mengandalkan tindakan atau perilaku manusia dalam hidup. Sebagai seorang individu dapat mewujudkan eksistensi dirinya sebagai subjek.

Psikologi eksistensial mengambil ontologi dari Heidegger mengenai adanya eksistensi manusia, dengan begitu eksistensialisme dapat dianggap masuk ke dalam ranah kajian psikologi (Hermawan, 2021:6). Istilah terpenting mengenai dasar dari psikologi eksistensial manusia adalah konsep mengenai ada di dunia (Hall, 1993). Salah satu tokoh yang mengkaji mengenai psikologi eksistensial yaitu Rollo May. Dalam pengkajian psikologi eksistensial menurut pandangan Rollo May terdapat konsep dasar yaitu *being-in-the-world* dan *nonbeing*. Dalam *being-in-the-world* terdapat tiga aspek yang dapat menjadikan eksistensi manusia, yaitu relasi manusia dengan lingkungan sekitar (*unwelt*), relasi manusia dengan manusia lainnya (*mitewelt*), dan yang terakhir relasi manusia dengan dirinya sendiri (*eigenwelt*), (Rollo May dalam Hermawan, 2021:6).

Salah satu novel yang mengandung psikologi eksistensial yaitu novel berjudul *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma. Pada novel karya Andina Dwifatma ditemukan unsur psikologi eksistensial menurut Rollo May pada tokoh Amara berupa kecemasan, rasa bersalah dan bentuk cinta yang digambarkan melalui tindakan tokoh atau dalam percakapan antar tokoh. Novel *Lebih Senyap dari Bisikan* merupakan novel yang menarik, karena menceritakan mengenai lika-liku kehidupan keluarga Amara dan Baron. Memasuki tahun-tahun awal pernikahan mereka dibronong banyak pertanyaan karena belum juga mempunyai anak. Tokoh utama pada novel ini adalah Amara yang mana pada novel ini lebih banyak berisikan curahan hati dari tokoh tersebut. Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu 1) Bagaimana kecemasan yang dihadapi tokoh utama dalam novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Adina Dwifatma dengan tinjauan psikologi eksistensial Rollo May? 2) Bagaimana rasa bersalah yang dihadapi tokoh utama dalam novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Adina Dwifatma dengan tinjauan psikologi eksistensial Rollo May? 3) Bagaimana bentuk cinta yang dihadapi tokoh utama dalam novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Adina Dwifatma dengan tinjauan psikologi eksistensial Rollo May?. Pada penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan: 1) Kecemasan yang ada pada tokoh utama dalam novel *Lebih Senyap Dari Bisikan* karya Andina Dwifatma, 2) Rasa bersalah yang ada pada tokoh utama dalam novel *Lebih Senyap Dari Bisikan* karya Andina Dwifatma, 3) Bentuk cinta yang ada dalam novel *Lebih Senyap Dari Bisikan* karya Andina Dwifatma. Dengan adanya penelitian ini diharapkan

dapat memberikan manfaat teoritis dan manfaat praktis. Manfaat teoritis dalam penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan mengenai psikologi eksistensial, khususnya psikologi eksistensial Rollo May. Sedangkan manfaat praktis dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang dapat meningkatkan kemampuan serta pemahaman mengenai eksistensi tokoh Amara dalam novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma. Penelitian ini juga diharapkan dapat memotivasi bagi mahasiswa khususnya pada bidang sastra, pengamat sastra serta masyarakat umum yang tertarik dalam bidang sastra.

### Penelitian Terdahulu yang Relevan

Adapun beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini, pertama penelitian yang dilakukan oleh Rosiana (2014). Hasil penelitian menunjukkan 1) Tokoh utama yang ada pada novel tersebut menderita situasi psikologi yaitu kekosongan, kecemasan, kesepian, dan juga mempunyai kesadaran dalam berkembang. 2) Eksistensi yang pada pada tokoh utama dapat dilihat dengan cara dialog dengan tokoh lain, tingkah laku tokoh, dan perasaan yang dialami tokoh utama dalam menggambarkan ada dan juga tiada. Selanjutnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Rahma (2019). Hasil penelitian menunjukkan 1) Dalam menyelesaikan situasi psikologi pada tokoh Goi menggunakan perhatian, cinta yang meliputi *sex, eros, agape, afilia*, dan kebebasan. 2) Dalam konsep on yang terikat antara tokoh Goi dengan Toshihito, yakni hubungan bawahan dengan atasan. Ketiga adalah penelitian yang dilakukan oleh Fajrin (2015). Hasil penelitian menunjukkan 1) Eksistensi tokoh perempuan dalam novel *Si Parasit Lajang* karya Utami memiliki bentuk kesadaran tokoh yang mencakup kesadaran pra-reflektif dan reflektif. 2) Kebebasan tokoh utama yang ada mencakup kebebasan manusia dan faktisitas, kebebasan manusia dan tanggung jawab, dan kebebasan manusia dengan hubungan antar manusia.

Persamaan pada penelitian ini dengan ketiga penelitian sebelumnya adalah sama-sama mengkaji mengenai psikologi eksistensial, lebih tepatnya pada penelitian pertama dan kedua sama-sama mengkaji mengenai psikologi eksistensial menurut Rollo May. Namun penelitian ini memiliki perbedaan dengan ketiga penelitian yang terdahulu terletak pada objek yang digunakan sebagai bahan pembahasan dalam sebuah penelitian. Sejauh ini tidak ditemukan penelitian yang menggunakan novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma sebagai objek penelitian baik dalam kajian psikologi sastra maupun dalam pengkajian sastra lainnya. Kebaruan yang ada pada penelitian ini adalah menggunakan konsep kecemasan, rasa bersalah, dan bentuk cinta yang dikaji dalam tokoh utama pada novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma.

### Psikologi Sastra

Kata psikologi berawal dari bahasa Yunani yaitu dari kata *psyche* yang memiliki arti jiwa, dan *logos* yang memiliki arti ilmu. Keadaan jiwa seseorang dapat dikaji jika berbentuk perilaku. Perilaku adalah bentuk wujud dari keadaan jiwa seseorang yang menjadi latar belakang timbulnya tingkah laku (Dirgagunarsa, 1978:9). Psikologi merupakan ilmu yang mempelajari mengenai kejiwaan. Sejalan dengan itu menurut Atkinson (dalam Minderop, 2016:3) psikologi dapat diartikan sebagai ilmu jiwa atau ilmu yang mengkaji mengenai tingkah laku dari manusia. Sedangkan sastra adalah hasil imajinasi pengarang dengan bahasa yang indah. Sejalan dengan itu menurut Taum (1997:13) sastra adalah sebuah hasil karya cipta atau fiksi yang memiliki sifat imajinatif atau menggunakan bahasa yang indah yang berguna untuk menandai sesuatu hal. Sastra merupakan suatu kegiatan kreatif dari karya seni yang mempunyai sifat yang khas serta sistematis. Sedangkan menurut Wellek dan Warren, (1990:3-11) sastra dapat berbentuk sesuatu yang tertulis maupun tercetak. Jadi psikologi sastra merupakan analisis sebuah teks yang memperhatikan relevansi dan juga peranan dari studi psikologi (Ratna, 2004:350). Maksudnya adalah psikologi dalam hal ini memiliki peran mengenai analisis dalam sebuah karya sastra dengan berpendapat dari sudut kejiwaan yang ada pada karya sastra, dapat berupa unsur pengarang, tokoh dan lainnya. Dengan itu psikologi dan sastra memiliki kaitan yang erat. Maka dari itu dalam mengkaji sebuah karya sastra dengan menggunakan psikologi sastra, maka secara tidak langsung dapat membicarakan mengenai psikologi karena dalam sastra tidak dapat terlepas dari nilai kejiwaan yang ada dalam sebuah tokoh dalam karya sastra.

### Psikologi Eksistensial

Psikologi eksistensial tidak terlepas dari adanya pengaruh filsafat eksistensialisme. Eksistensi merupakan suatu keadaan yang aktual yang ada di dalam ruang serta waktu (Bagus, 1996:187). Perbedaan antara psikologi eksistensial dengan filsafat eksistensialisme tidaklah begitu jauh (Ahmadi, 2019:54). Perbedaan diantara keduanya adalah terletak di konsep utama. Dalam psikologi eksistensial memiliki konsep utama yaitu perilaku sebagai bahan kajian. Sedangkan filsafat eksistensialisme memiliki konsep utama yaitu pemikiran sebagai bahan kajian. Eksistensial sebagai salah satu aliran dari psikologi memiliki konsep *being* yaitu merujuk pada ke-mengada-an dalam bereksistensi (Ahmadi, 2019:55). Dalam hal ini manusia bebas dalam konsep ada, berada, mengada dalam melakukan apa saja. Hal tersebut sejalan dengan esensi dari psikologi eksistensial yaitu manusia bergantung dengan dirinya sendiri (Ahmadi, 2018:8). Maka dari itu manusia sebagai individu berjuang untuk bebas karena kebebasan adalah

harga mati atau tidak dapat ditawar lagi. Topik lain yang diangkat dalam psikologi eksistensial adalah cinta. Cinta dapat mengubah individu yang mengalaminya, karena cinta mempunyai energi yang besar. Setiap individu pasti memiliki perjalanan cinta yang berbeda-beda.

### Psikologi Eksistensial Rollo May

Rollo May merupakan tokoh pertama yang memperkenalkan psikologi eksistensial (Ahmadi, 2019:54). Menurut Rollo May (dalam Misiak dan Sexton, 2009) mengemukakan, psikologi eksistensial merupakan usaha dalam memahami manusia yang tengah mengalami dan menjadi tujuan pengalaman. Maksudnya adalah ilmu yang mengkaji bentuk perilaku manusia (psikologi) yang sedang mengalami serta menjadi tujuan pengalaman hidupnya (eksistensi). Dalam teori di dalamnya terdapat kecemasan, rasa bersalah, dan bentuk cinta. Hal tersebut berkaitan dengan dua konsep dasar eksistensi yaitu *being-in-the-world* dan *nonbeing*. Pada istilah tersebut, terdapat adanya tanda hubung yang berfungsi sebagai implikasi kesatuan antara subjek dan objek, dari manusia dan dunia. Ditemukan orang yang mengalami kecemasan dan kesedihan yang disebabkan oleh alienasi dari dunia atau diri mereka. Alienasi tersebut dapat dimanifestasikan menjadi tiga area yaitu keterpisahan dari alam, kurangnya hubungan interpersonal yang bermakna keterasingan yang ada dari diri autentik. Tiga bentuk dari *being-in-the-world* tersebut yaitu lingkaran di sekitar kita (*umwelt*), hubungan dengan orang lain (*mitwelt*), dan hubungan dengan diri sendiri (*eigenwelt*).

### Kecemasan

Dalam masyarakat modern, kecemasan semakin hari semakin meningkat. Menurut Rollo May (dalam Sobarna, 2005:571) ancaman yang sebenarnya dialami oleh individu dalam masyarakat modern adalah perubahan traumatik. Kecemasan tersebut membuat individu menjadi bingung akan siapa dirinya dan juga apa yang nantinya harus diperbuat. Kecemasan dapat timbul dengan intensitas yang lemah maupun kuat. Menurut Rollo May (2019:50) mengatakan bahwa orang dapat merasakan kecemasan dengan bermacam bentuk yaitu suatu perasaan “menggerogoti” yang timbul dari dalam, perasaan yang dapat menyesak dada, menjadikan kebingungan yang mungkin sulit untuk dapat dikenali, membuat keadaan dunia yang ada di sekitar mereka tampak kelabu dan gelap, merasakan beban yang berat yang terasa menindih mereka. Dengan begitu kecemasan dapat hadir dengan bermacam bentuk serta intensitas yang berbeda pula. Karena hal tersebut adalah sebuah reaksi dasar yang dilakukan oleh manusia dalam menghadapi bahaya yang sedang mengancam eksistensi pada dirinya, atau tanggapan terhadap nilai-nilai yang memiliki kaitannya dalam menentukan eksistensi dirinya.

Kecemasan dibagi menjadi dua yaitu kecemasan normal dan kecemasan neurotik (Semiu, 2021:328). Kecemasan normal yaitu kecemasan yang selaras dengan ancaman yang sesungguhnya dihasilkan dalam situasi berbahaya (May, 2019:52). Kecemasan normal umumnya dapat melanda setiap individu dengan bermacam bentuk, begitu berhadapan dengan krisis atau permasalahan dalam kehidupan. Hal tersebut membuat kecemasan normal tidak dapat terelakkan atau tidak dapat dihindari. Menurut Rollo May (dalam Feist dan Feist, 2014:350) mengatakan bahwa semua pertumbuhan selalu mencakup pemisahan nilai-nilai yang mengakibatkan kecemasan. Dengan begitu agar nilai-nilai yang ada pada diri individu dapat tumbuh dan berubah, hal tersebut mempunyai makna bahwa setiap individu harus mengalami kecemasan normal (*normal anxiety*).

Sedangkan menurut Rollo May (dalam Feist dan Feist, 2014:350) kecemasan neurotik merupakan kecemasan sebagai sebuah reaksi yang tidak sebanding dengan ancaman, yang dapat berbentuk konflik intrapsikis, yang dikelola oleh berbagai wujud pemblokiran sebuah kreativitas dan kesadaran. Kebanyakan kecemasan neurotik timbul dari ancaman konflik psikologis yang mungkin tidak disadari. Tanda dari kecemasan neurotik yang dapat dirasakan yaitu tentang konflik yang belum selesai yang ada dalam diri, dan disepanjang hadirnya konflik tersebut dapat terjadi kemungkinan untuk dapat mengetahui penyebab terjadinya kecemasan, sehingga dapat menemukan solusi yang berfungsi untuk mencapai kesehatan mental yang tinggi. Persamaan kecemasan neurotik dan kecemasan normal adalah sama-sama mengenai sebuah tanda yang dapat membangkitkan sumberdaya yang ada di dalam diri dalam melawan suatu ancaman yang ada (May, 2019:57).

#### **Rasa Bersalah**

Rasa bersalah timbul pada saat manusia menyangkal potensi yang dimilikinya. Gagal dalam melihat dengan akurat mengenai kebutuhan dari sesamanya ataupun abai akan ketergantungan yang ada pada alam (Rollo May dalam Feist dan Feist, 2014:350). Dalam hal ini Rollo May membagi tiga bentuk perasaan bersalah ontologis yaitu *umwelt*, *mitwelt*, *eigenwelt*. Pertama yaitu *umwelt*, yang menjelaskan mengenai perkembangan teknologi yang ada, sehingga membuat orang-orang semakin jauh dan juga terlepas dari alam. Rasa bersalah berupa *umwelt* ini karena adanya keterasingan yang biasanya terjadi dalam masyarakat. Contohnya yaitu dengan memakai kendaraan bermotor sebagai sarana transformasi. Hal tersebut membuat rasa bersalah muncul akibat dari hasil keterpisahan dengan alam (Rollo May dalam Feist dan Feist, 2017:351).

Rasa bersalah yang kedua adalah *mitwelt*. *Mitwelt* yaitu rasa bersalah yang timbul dari ketidakmampuan

secara akurat dalam memandang dunia orang lain (Rollo May dalam Feist dan Feist, 2017:351). Dalam hal ini kita menilai orang lain menggunakan sudut pandang diri kita sendiri, tanpa menilai kebutuhan orang lain. Maksudnya adalah dalam memandang kebutuhan orang lain, kita tidak dapat mengantisipasinya. Sehingga membuat sebuah hubungan dengan mereka kita tidak cukup baik. Hal tersebutlah yang dapat membuat kita bersalah kepada orang lain.

Rasa bersalah yang ketiga adalah *eigenwelt*. *Eigenwelt* yaitu rasa bersalah ketika kita membantah potensi yang ada pada diri kita dan merasa gagal dalam memenuhinya (Rollo May dalam Feist dan Feist, 2017:351). Hal tersebut diartikan sebagai rasa bersalah yang dapat melanda kita dengan diri kita sendiri. Rasa bersalah terjadi karena kita tidak dapat menyelesaikan pemenuhan potensi yang ada dengan tuntas.

#### **Bentuk Cinta**

Rollo May (2018:17) berpendapat pribadi yang sanggup mengaktualisasikan dirinya adalah mereka yang menangis, bercinta, dan membunuh dengan penuh semangat, mengagung-agungkan hasrat, *eros*, dan dorongan-dorongan liar daimonik lainnya. Cinta memiliki bermacam bentuk. Menurut Rollo May (dalam Feist dan Feist, 2017:354) membagi empat macam cinta dalam tradisi Barat, yaitu *seks*, *eros*, *philia*, dan *agape*. Seks merupakan kegiatan biologis yang dapat disalurkan dengan melakukan hubungan seksual atau dengan menyalurkan tekanan seksual lainnya (Rollo May dalam Feist dan Feist, 2017:354). Dengan adanya *seks* dapat menghasilkan keturunan dan dapat mengabadikan ras.

Bentuk cinta yang kedua adalah *eros*. *Eros* yaitu suatu hasrat psikologi dalam diri manusia yang berguna untuk menyalurkan sebuah kepuasan dalam menghasilkan keturunan melalui persatuan kepada yang dicintai secara nonseksual (Rollo May dalam Feist dan Feist, 2017:354). *Eros* terbentuk berdasarkan kepedulian dan kelembutan, sehingga *eros* merupakan suatu angan yang menguatkan persatuan yang bertahan hingga lama. Berbeda halnya dengan seks yang merupakan hasrat dalam merasakan sebuah kenikmatan.

*Philia* merupakan bentuk cinta yang ketiga. *Philia* adalah hubungan antara dua orang yang berteman secara intim, namun bersifat nonseksual (Rollo May dalam Feist dan Feist, 2017:354). Hal tersebut dimaknai dengan *philia* tidak mengharuskan kita dalam berbuat sesuatu kepada orang yang kita cintai. Selain untuk mendampingi, menerimanya, dan menikmati bersamanya.

Bentuk cinta yang keempat adalah *Agape*. Menurut Rollo May (dalam Feist dan Feist, 2017:354) mengatakan bahwa *agape* merupakan penghormatan bagi orang lain, kepedulian mengenai kesejahteraan orang lain yang dapat

melebihi keuntungan yang dapat diambil dari sesuatu hal dari seseorang tersebut. Contohnya cinta yang tidak terkecuali yaitu cinta Tuhan kepada manusia. Artinya adalah cinta yang tidak memandang perilaku prang lain. Bentuk cinta ini terasa lebih bermakna dan tidak bersyarat.

### **METODE**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif, yaitu menggunakan data berupa kalimat. Sejalan dengan itu, penelitian kualitatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk membentuk pandangan orang secara terperinci berupa kata-kata atau gambaran mendalam dan menyeluruh (Tohirim, 2013:2). Pendekatan yang digunakan penelitian ini yaitu menggunakan pendekatan psikotekstual. Psikotekstual merupakan teori psikologi sastra yang dikaji dari aspek teks (Endraswara, 2008:97).

Data dalam penelitian ini adalah berupa kalimat yang terdapat dalam novel yang berjudul *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma yang diklasifikasikan dengan analisis yang dikaji yaitu kecemasan, rasa bersalah dan bentuk cinta. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma terbitan Gramedia, cetakan pertama tahun 2021, setebal 155 halaman. Sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah berupa artikel, buku, dan skripsi yang relevan dengan penelitian ini.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan teknik pustaka, simak, dan catat. Menurut Subroto (1992:42) teknik pustaka yaitu teknik yang berasal dari sumber tertulis. Setelah data diperoleh maka data akan disimak secara teliti. Teknik simak merupakan penyimakan data penggunaan bahasa secara cermat (Sudaryanto, 1993:13). Setelah itu diperlukan teknik catat yaitu kelanjutan atas teknik simak di atas (Mashun, 2012:03). Pengumpulan data dilakukan dengan pembacaan dan penyimakan data pada novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma secara cermat, teliti, dan terarah. Saat melakukan pembacaan tersebut, peneliti mencatat data-data yang didapatkan yaitu mengenai masalah eksistensial pada tokoh utama dengan teori psikologi eksistensial Rollo May yang ditemukan dalam novel tersebut.

Dalam menganalisis data pada novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma menggunakan teknik analisis data model Miles dan Huberman. Menurut Miles dan Huberman (dalam Sugiyono, 2018:246) terdapat tiga teknik analisis data, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Penjelasan ketiga teknik tersebut sebagai berikut: 1) Reduksi data adalah suatu teknik analisis yang mengurangi, memotong, merangkum, atau mengelompokkan data

untuk memfokuskan pada topik penelitian agar dapat ditarik kesimpulan akhir (Sugiyono, 2018: 247). 2) Penyajian data adalah bentuk teknik analisis yang dilakukan dengan cara mengumpulkan informasi dari data yang telah diperoleh. Sehingga data akan tersusun dan akan memudahkan dapat memahaminya (Sugiyono, 2018:249). 3) Penarikan kesimpulan adalah tahap terakhir dalam teknik analisis data. Hasil akhir dari suatu penelitian dengan penarikan kesimpulan yang digunakan untuk melakukan sebuah tindakan lanjutan (Sugiyono, 2018:252).

Data yang berhasil ditemukan, dikumpulkan, disimak, dan dicatat dalam penelitian, hendaknya diuji kebenarannya. Validitas data pada penelitian ini menggunakan teknik triangulasi, teknik triangulasi merupakan teknik pemeriksaan data yang berupa memanfaatkan sesuatu yang ada di luar data guna keperluan perbandingan atau pengecekan data (Moloeng, 2010:338). Terdapat empat macam teknik triangulasi menurut Sutopo (2002:78) yaitu (1) Triangulasi data (*data triangulation*); (2) Triangulasi peneliti (*investigator triangulation*); (3) Triangulasi metodologi (*methodological triangulation*); dan (4) triangulasi teoritis (*theoretical triangulation*). Dari keempat macam teknik triangulasi, pada penelitian ini menggunakan teknik validitas data yaitu teknik triangulasi teoritis. Dalam penerapan jenis triangulasi ini, hendaknya memahami teori-teori yang digunakan dalam permasalahan yang hendak diteliti, sehingga nantinya dapat mendapatkan hasil simpulan yang tepat dan memiliki makna yang akan perspektif.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **Kecemasan**

Menurut psikologi eksistensial May, kecemasan terbagi menjadi dua yaitu kecemasan normal dan kecemasan neurotik. Dalam novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma, tokoh Amara mengalami kecemasan. Tokoh Amara mengalami dua kecemasan sekaligus yakni kecemasan normal dan kecemasan neurotik.

Pada novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma ditemukan adanya beberapa kecemasan normal yang ada pada tokoh Amara, antara lain:

“Semakin dipikirkan, semakin aku enggan menandatangani satu jiwa tak berdosa ke muka bumi ini. Aku sendiri tidak yakin dapat menjadi ibu yang baik. Kau tahu aku sering ruwet dengan pikiranku sendiri, tidak sabaran, dan punya bakat mencari-cari masalah tiap kali hidup terasa terlalu tenang.” (Dwifatma, 2021:5)

Dari data di atas menjelaskan adanya kecemasan normal yang dialami Amara. Kecemasan yang dialami oleh Amara berupa rasa tidak yakin yang ada pada diri Amara, hal tersebut merupakan sebuah ancaman yang dapat mengancam eksistensinya. Amara merasa dirinya tidak yakin dapat menjadi ibu yang baik untuk anaknya kelak. Sebab Amara merasa dirinya ruwet dengan pikirannya sendiri, tidak sabaran, dan punya bakat mencari masalah. Dengan begitu dia berpikir bahwa dia tidak ingin mendatangkan satu jiwa, dalam hal ini yang dimaksud adalah anak.

Selain itu ditemukan pula kecemasan normal yang melanda Amara saat menjadi ibu. Dirinya merasa cemas kepada Yuki dari dunia yang membuat jantungnya berdentam-dentam. Hal tersebut terdapat dalam data berikut:

“Menonton berita penculikan, pelecehan, kecelakaan, dan kekerasan terhadap anak-anak membuat jantungku berdentam-dentam dan napasku sesak. Aku ingin melindungi Yuki dari dunia dan seisinya. Kadang bahkan terbesit untuk memasukkan lagi bayiku ke dalam perut, dia lebih aman di sana.” (Dwifatma, 2021:64)

Dari data di atas dapat diketahui bahwa Amara mengalami kecemasan normal yang mendera dirinya saat dia merasa ingin melindungi sang buah hati yaitu Yuki. Amara merasa ingin melindungi sang Anak dari jahatnya dunia ini. Hal tersebut muncul karena Amara melihat adanya berita mengenai penculikan, pelecehan, kecelakaan, dan kekerasan terhadap anak-anak membuatnya merasa cemas terhadap sang anak yaitu Yuki. Rasa cemas yang mengancam Amara membuat dia memiliki persepsi bahwa dengan memasukkan bayinya ke dalam perutnya lagi akan dapat membuat sang buah hati lebih aman. Dari kecemasan tersebut membuat ancaman dalam dirinya sebagai seorang ibu.

Berkaitan dengan kecemasan normal yang dialami oleh Amara saat menjadi ibu, dirinya juga mengalami kecemasan normal saat ingin mendaftarkan pekerjaan. Kecemasan tersebut terlihat ketika kriteria perusahaan yang diinginkannya tidak sesuai dengan kondisi dirinya saat ini. Hal tersebut terdapat dalam data berikut:

“Semua perusahaan yang kuincar sepertinya mencari karyawan di bawah 30 tahun, single, dan bisa bekerja dari pagi sampai pagi lagi.” (Dwifatma, 2021:86)

Dari data di atas dapat diketahui bahwa kecemasan normal yang dialami oleh Amara mengenai kriteria

karyawan dalam suatu perusahaan. Perusahaan yang diinginkan oleh Amara rata-rata mencari karyawan yang berusia di bawah 30 tahun, belum menikah, dan juga dapat bekerja dari pagi sampai pagi lagi. Kecemasan yang dialami oleh Amara yaitu merasa dirinya tidak memenuhi kriteria yang telah ditetapkan oleh perusahaan yang dia incar. Amara berusia di atas 30 tahun, telah menikah, dan tidak dapat bekerja dari pagi sampai pagi lagi karena harus mengurus Yuki. Hal tersebut membuat eksistensi yang ada pada diri Amara merasa terancam.

Kecemasan normal yang dialami oleh Amara juga mengancam eksistensi dirinya terhadap Yani. Yani merupakan asisten rumah tangga yang bekerja di rumah Amara untuk membantu mengurus Yuki. Hal tersebut terdapat dalam data berikut:

“Dalam upayaku menjaga situasi rumah senormal mungkin, aku jadi menaruh curiga pada Yani. Seberapa banyak yang dia tahu dan apa saja yang dia ceritakan pada orang-orang. Kalau Yani sedang belanja di tukang sayur depan rumah, aku mengintai dari jendela ruang tamu. Kalau dia sedang menerima telpon, sebisa mungkin aku menguping. Semakin kuperhatikan, semakin besar rasa curigaku. Saat aku tak sengaja membaca artikel tanda-tanda orang berbohong di sebuah majalah bekas, rasa curigaku pada Yani memuncak.” (Dwifatma, 2021:107-108)

Dari data di atas menjelaskan bahwa Amara merasa ada kecemasan normal dalam dirinya yaitu merasa curiga dengan Yani. Amara merasa bahwa Yani akan menceritakan permasalahan keluarganya kepada orang-orang. Kecemasan yang melanda Amara juga ditambah dengan secara tidak sengaja dirinya membaca sebuah artikel yang menunjukkan adanya tanda-tanda orang yang berbohong di sebuah majalah bekas. Kecemasan normal yang dialami oleh Amara yaitu ketika nilai-nilai penting yang ada di dalam dirinya sedang terancam. Dalam hal ini Amara merasa eksistensinya terancam terhadap Yani. Hal tersebut tampak saat tanda-tanda yang dia cemaskan ada pada diri Yani.

Terdapat kecemasan normal yang dialami oleh Amara sebagai seorang ibu. Amara merasa kecemasan terhadap sang anak yaitu Yuki. Kecemasan tersebut dapat dilihat dari data berikut:

“Kau tahu, ini mungkin insting seorang ibu. Aku tak tenang menyerahkan anakku diurus orang lain sekali pun itu bapaknya sendiri. Baron mungkin tidak setelaten aku dalam memberi Yuki susu.” (Dwifatma, 2021:126)

Dari data di atas menjelaskan bahwa adanya kecemasan normal yang dialami oleh Amara yaitu merasa

dirinya tidak tenang jika sang anak diurus oleh bapaknya sendiri. Kecemasan normal yang dialami oleh Amara ini terasa ketika ancaman tersebut melibatkan eksistensi dirinya sebagai seorang ibu. Ancaman tersebut datang dari sang suami yaitu Baron. Padahal notabennya bapak dari Yuki adalah sang suami yaitu Baron, namun Amara merasa tidak tenang. Amara merasa cemas karena Baron tidak setelaten dirinya saat mengurus Yuki, khususnya dalam memberikan Yuki susu.

Pada novel *Lebih Senyap dari Bisikian* karya Andina Dwifatma ditemukan adanya beberapa kecemasan neurotik yang ada pada tokoh Amara, antara lain:

“(Karena itukah aku ingin punya anak? Agar aku bisa bilang bahwa aku sudah menjalankan peran utamaku sebagai perempuan? Agar aku bisa menggenapkan tugas tubuhku yang dirancang untuk melanjutkan kehidupan? Agar aku bisa pergi ke acara keluarga atau renunian tanpa merasa tersakiti lantaran terus-terusan ditanya ‘kapan?’.’kapan?’).” (Dwifatma, 2021:15)

Dari data di atas menjelaskan terdapat kecemasan neurotik yang dialami oleh Amara. Dalam situasi tersebut, Amara merasa kecemasan berasal dari sebuah konflik alam bawah sadar yang ada pada dirinya. Pada kondisi ini Amara merasakan bahwa adanya tekanan-tekanan terhadap dirinya sebagai seorang perempuan. Hal tersebut dapat mengancam eksistensi yang dimiliki oleh Amara sebagai seorang perempuan. Dirinya merasakan kecemasan neurotik dan membuat persepsi di dalam dirinya bahwa apakah dengan mempunyai anak dapat menjalankan peran utamanya sebagai perempuan, agar dapat menggenapkan tugas tubuhnya, dan juga agar tidak tersakiti saat terus dicerca pertanyaan ‘kapan?’, ‘kapan?’.

Kecemasan neurotik yang dialami oleh Amara tidak hanya dapat mengancam eksistensinya sebagai perempuan saja, melainkan dapat mengancam eksistensinya sebagai orang tua. Hal tersebut dapat dibuktikan dari data berikut:

“Setiap hari ada saja ketakutan baru yang masuk ke benakku tentang menjadi orang tua. Saat sedang hamil, aku takut aku tidak akan berhasil melahirkan secara normal (seolah kalau aku melahirkan melalui operasi, kau belum bisa disebut sebagai perempuan seutuhnya).” (Dwifatma, 2021:132)

Dari data di atas menunjukkan bahwa adanya kecemasan neurotik yang dialami oleh Amara yaitu merasakan bahaya yang dapat mengancam eksistensinya

sebagai orang tua dan perempuan. Kecemasan neurotik tersebut berasal dari pemikiran Amara yang pada awalnya dari situasi-situasi yang dapat mengancam dirinya. Amara merasa ketakutan melanda dirinya ketika menjadi orang tua. Tidak hanya mengancam eksistensinya sebagai orang tua saja, dia juga merasa eksistensi dirinya sebagai perempuan juga terancam. Hal tersebut dibuktikan dengan sebelum dirinya sedang hamil, dia takut tidak dapat melahirkan secara normal. Amara berfikir bahwa ketika dia tidak dapat melahirkan secara normal maka belum bisa disebut sebagai perempuan seutuhnya.

Selain itu juga ditemukan kecemasan neurotik yang dialami oleh Amara. Berbeda dengan kecemasan neurotik sebelumnya yaitu kecemasan yang mengancam dirinya sebagai perempuan dan orang tua, ditemukan pula kecemasan neurotik yang dapat mengancam dirinya sendiri sebagai manusia. Hal tersebut dapat dibuktikan pada data berikut:

“Dokter Darpan memintaku untuk lebih tanggap memperhatikan suasana tubuhku. Bila tubuh stress, kau tahu, dia akan memancingmu melakukan tindakan-tindakan yang belakangan akan kausesali.” (Dwifatma, 2021:149-150)

Dari data di atas menjelaskan terdapat kecemasan neurotik yang dialami oleh Amara. Amara mengalami konflik yaitu stres yang menderanya. Kecemasan neurotik yang melanda dirinya mengancam eksistensi dirinya sebagai seorang manusia. Dalam data tersebut konflik yang ada belum terselesaikan dan sepanjang konflik tersebut berlangsung, ditemukannya solusi yang berguna untuk meraih level kesehatan yang lebih tinggi. Hal tersebut dapat dihadapi Amara dengan yaitu memperhatikan suasana tubuhnya agar tidak melakukan tindakan yang dapat membuatnya menyesal.

### **Rasa Bersalah**

Psikologi Eksistensial menurut Rollo May mengemukakan tiga bentuk dari rasa bersalah yang mana ketiga bentuk tersebut saling berkaitan. Tiga bentuk rasa bersalah tersebut antara lain *umwelt*, *mitwelt*, dan *eigenwelt* yang akan dianalisis dalam novel *Lebih Senyap dari Bisikian* karya Andina Dwifatma yang ada pada tokoh Amara.

Pada novel *Lebih Senyap dari Bisikian* karya Andina Dwifatma tidak ditemukan bentuk rasa bersalah berupa *umwelt*.

Pada novel *Lebih Senyap dari Bisikian* karya Andina Dwifatma ditemukan bentuk rasa bersalah berupa *mitwelt*, sebagai berikut:

“Melihat lemak bayi Yuki menipis aku merasa bersalah. Selama ini aku terlalu fokus pada Baron

dan keuangan keluarga kami sehingga aku lupa untuk siapa aku memusingkan segalanya—anakku satu-satunya.” (Dwifatma, 2021:130)

Dari data di atas dapat diketahui adanya *miwelt* antara Amara dan Yuki. Hal tersebut terjadi karena adanya bentuk rasa bersalah Amara kepada sang anak yaitu Yuki. Rasa bersalah yang muncul dalam diri Amara kepada Yuki terasa ketika melihat lemak sang anak semakin menipis, yang menandakan bahwa sang anak semakin kurus. Hal itu terjadi karena Amara merasa bahwa dirinya terlalu fokus dengan Baron yaitu sang suami dan juga keuangan keluarganya saja. Hal tersebut menyebabkan dirinya lupa dengan Yuki. Padahal Yuki adalah alasannya utamanya.

Pada novel *Lebih Senyap dari Bisikian* karya Andina Dwifatma ditemukan adanya beberapa bentuk rasa bersalah berupa *eigenwelt*, antara lain:

“Satu tahun kemudian baru kusadari bahwa tekad saja tidak cukup untuk punya anak. Dari seratus juta sperma yang dikeluarkan suamiku setiap kali dia berejakulasi, tidak ada satu pun yang berhasil menempel pada diriku.” (Dwifatma, 2021:7)

Dari data di atas menunjukkan bahwa adanya *eigenwelt* yaitu hubungan dengan diri sendiri yaitu pada diri Amara. Rasa bersalah yang muncul pada diri Amara ketika dia hendak ingin mempunyai anak. Dirinya merasakan rasa bersalah tersebut muncul setahun kemudian karena tidak cukup dengan tekad. Dirinya dan sang suami telah berusaha dengan semaksimal mungkin untuk mendapatkan anak. Hal tersebut dibuktikan dengan seratus juta sperma yang dikeluarkan oleh Baron saat dia berejakulasi, namun tidak berhasil membuahi dirinya.

Selain itu ditemukan pula rasa bersalah berupa *Eigenwelt* yang ada pada diri Amara. Amara merasa bahwa bersalah pada dirinya sendiri atas limpahan perhatian yang diberikan sang suami. Hal tersebut dapat dibuktikan pada data berikut:

“Baron membelikanku aneka macam vitamin impor yang harganya membuatku mengernyitkann kening. Limpahan perhatian ini mengesalkanku. Aku merasa gagal dan orang gagal tidak selayaknya malah mendapat hadiah. Orang gagal pertama-tama harus dihina, lalu dilecut agar bangkit.” (Dwifatma, 2021:12)

Dari data di atas menunjukkan adanya terdapat *eigenwelt* yang terjadi pada diri Amara. Rasa bersalah tersebut muncul karena dirinya merasa tidak pantas mendapat perhatian yang berlebihan, padahal dirinya belum juga mendapatkan keturunan. Amara merasa bersalah kepada dirinya sendiri karena tidak dapat sesuai dengan ekspektasi yang dia ingin untuk hamil, padahal sang suami telah melimpahkan perhatian yang dapat dilihat dari membelikan Amara berupa aneka macam vitamin impor yang harganya yang tidak terbilang murah. Dia justru ingin diberikan sesuatu yang sebanding atas

rasa bersalah yang tidak dapat memberikan keturunan yaitu dengan cara dihina lalu dilecut agar dapat bangkit.

### Bentuk Cinta

Psikologi Eksistensial menurut Rollo May mengemukakan terdapat empat bentuk cinta yaitu *seks*, *eros*, *philia*, dan *agape* yang akan dianalisis dalam novel *Lebih Senyap dari Bisikian* karya Andina Dwifatma yang ada pada tokoh Amara.

Pada novel *Lebih Senyap dari Bisikian* karya Andina Dwifatma ditemukan adanya bentuk cinta berupa *seks*, yaitu sebagai berikut:

“Dia mencium bibirku. Tangannya merayapi baju kerjaku dan membuka kancingnya. Dia meremas dadaku dan berusaha melepas kait bra sembari menciumi leherku.” (Dwifatma, 2021:135)

Dari data di atas dapat diketahui adanya bentuk cinta berupa *seks* yang terjadi pada tokoh Amara dengan Baron. Bentuk cinta berupa *seks* yang dapat dilihat dari hubungan aktivitas seksual yang dilakukan oleh Baron dan Amara. Baron mencoba mengungkapkan bentuk cintanya dengan aktivitas biologis atau melepaskan tekanan seksual yang ada pada dirinya kepada Amara. Bentuk seks yang dilakukan yaitu pertama dengan mencium Amara sambil merayapi baju serta membuka kancing satu persatu. Kemudian dengan meremas dada Amara sembari melepas kait bra. Dan yang terakhir yaitu menciumi leher Amara.

Pada novel *Lebih Senyap dari Bisikian* karya Andina Dwifatma ditemukan adanya bentuk cinta berupa *eros*, yaitu sebagai berikut:

“Kau tahu aku dan Baron sedang berusaha memiliki anak. September lalu adalah ulang tahun pernikahan kami yang kedelapan, dan selama tiga tahun terakhir upaya kami memiliki bayi telah menjadi begitu ekstrem.” (Dwifatma, 2021:1)

Dari data di atas dapat diketahui adanya bentuk cinta berupa *eros* yang dilakukan oleh Amara dan Baron. Bentuk cinta *eros* yang dilakukan oleh Baron dan Amara yaitu dengan hasrat untuk dapat menghasilkan keturunan lewat upaya persatuan yang dilakukan bersama orang yang dicintai. Bentuk cinta berupa *eros* yang dilakukan oleh Amara dan Baron yaitu melakukan upaya begitu ekstrem untuk dapat memiliki bayi. Hal tersebut disadari dan dilakukan tiga tahun terakhir sejak bulan September dimana ulang tahun pernikahan Amara dengan Baron yang kedelapan. Dengan upaya tersebut, Amara dan Baron mengharapkan akan dapat menghasilkan sebuah keturunan dari persatuan cinta mereka.

Pada novel *Lebih Senyap dari Bisikian* karya Andina Dwifatma ditemukan adanya bentuk cinta berupa *philia*, yaitu sebagai berikut:

“Kelak aku tahu, Macan adalah tipe orang yang bisa ngomong apa adanya tanpa peduli apakah perkataannya menyinggung hati orang lain dan / atau

sesuai norma kesopanan di masyarakat. Aku menyukai dia karena ini.” (Dwifatma, 2021:117)

Dari data di atas dapat ditemukan adanya bentuk *philia* terhadap teman yaitu antara Amara dengan Macan. Macan adalah teman karib yang dimiliki oleh Amara. Amara menyukai Macan karena perilakunya yang membuatnya nyaman menjalin pertemanan. Macan merupakan tipe orang apa adanya dalam berbicara, dengan perkataan tersebut tidak peduli apakah perkataan yang diucapkan dapat menyinggung perasaan orang lain atau sesuai norma kesopanan di masyarakat. Hal tersebut tidak menjadi masalah bagi Amara dan justru membuat dia menyukai berteman dengan Macan.

Pada novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma tidak ditemukan bentuk cinta berupa *agape*.

### PENUTUP

#### Simpulan

Dari hasil penelitian mengenai psikologi eksistensial Rollo May pada novel *Lebih Senyap Dari Bisikan* karya Andina Dwifatma dapat disimpulkan yaitu pertama, ditemukannya kecemasan yang ada pada tokoh utama yakni tokoh Amara. Pada novel *Lebih Senyap Dari Bisikan* karya Andina Dwifatma ditemukannya kecemasan normal dan kecemasan neurotik yang terjadi pada Amara. Terdapat 5 kecemasan normal yang dialami oleh Amara dapat mengancam eksistensi yang ada pada dirinya yaitu sebagai ibu dan perempuan. Selain itu juga ditemukan 3 kecemasan neurotik yang dialami oleh Amara berasal dari sebuah konflik alam bawah sadar yang ada pada dirinya.

Kedua, ditemukannya bentuk rasa bersalah yang ada pada tokoh Amara dalam novel *Lebih Senyap Dari Bisikan* karya Andina Dwifatma. Dari ketiga bentuk rasa bersalah yaitu *umwelt*, *mitwelt*, dan *eigenwelt*, tidak ditemukannya bentuk rasa bersalah berupa *umwelt* dalam novel *Lebih Senyap Dari Bisikan* karya Andina Dwifatma. Sedangkan untuk *mitwelt*, ditemukannya rasa bersalah antara Amara dengan Yuki. Dan yang terakhir yaitu ditemukannya 2 bentuk rasa bersalah berupa *eigenwelt* yang terjadi pada Amara dengan dirinya sendiri. Hal tersebut terjadi akibat keadaan di mana dia merasa bersalah karena belum diberikannya keturunan.

Ketiga, ditemukannya bentuk cinta yang ada pada tokoh Amara dalam novel *Lebih Senyap Dari Bisikan* karya Andina Dwifatma. Dari keempat bentuk cinta yaitu *seks*, *eros*, *philia*, dan *agape*, tidak ditemukannya bentuk cinta berupa *agape* dalam novel *Lebih Senyap Dari Bisikan* karya Andina Dwifatma. Bentuk cinta berupa *seks*, terjadi pada Amara dengan Baron. Selanjutnya yakni *eros*, ditemukannya keinginan Amara dan Baron

dalam mempunyai keturunan dengan melakukan berbagai cara. Dan yang terakhir yaitu *philia* yang ditunjukkan oleh Amara dengan Macan sebagai teman karibnya.

#### Saran

Setelah melakukan penelitian psikologi eksistensial pada tokoh Amara dalam novel *Lebih Senyap dari Bisikan* karya Andina Dwifatma terdapat saran terhadap peneliti dan guru Bahasa dan Sastra Indonesia. Bagi peneliti yang ingin meneliti psikologi eksistensial pada tokoh utama, bisa dilakukan dengan hanya berfokus pada satu tokoh pengagas atau pengembang psikologi eksistensial saja seperti teori psikologi eksistensial dari perspektif Rollo May. Selain itu, peneliti lain juga dapat menggunakan sumber data yang berbeda dengan penelitian ini dengan menganalisis cerpen, ataupun film, atau menggunakan lebih dari satu sumber data. Sedangkan bagi guru Bahasa dan Sastra Indonesia dapat memperkenalkan kepada peserta didik bahwa terdapat materi psikologi eksistensial dalam kajian sastra.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Anas. 2015. *Psikologi Sastra*. Surabaya: Unesa University Press Bahasa.
- Ahmadi, Anas. 2018. *Menulis Kreatif Teori dan Praktik*. Gresik: Graniti.
- Ahmadi, Anas. 2019. *Metode Penelitian Sastra*. Gresik: Graniti.
- Bagus, Lorens. 1996. *Kamus Filsafat*. Jakarta: Gramedia.
- Dirgaganarsa, Singgih. 1978. *Pengantar Psikologi*. Jakarta: Mutiara.
- Dwifatma, Andina. 2020. *Lebih Senyap dari Bisikan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Endraswara, Suwardi. 2008. *Metode Penelitian Psikologi Sastra*. Yogyakarta: MedPress.
- Feist, Jess. & Gregory J. Feist. 2014. *Teori Kepribadian (Edisi ketujuh)*. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Feist, Jess. & Gregory J. Feist. 2017. *Teori Kepribadian (Edisi kedelapan)*. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Hall, Calvin S., Lindzey, Gardner. 1993. *Teori-Teori Holistik (Organistik-Fenomenologi)*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- H.B. Sutopo. 2002. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Hermawan, Ucep. 2021. *Konsep Diri Eksistensialisme Rollo May*. Jurnal Aqidah dan Filsafat Islam. 6(1): 6.
- Mahsun. 2012. *Metode Penelitian Bahasa: Tahapan Strategi, Metode, dan Tekniknya*. Jakarta: Rajawali Pers.

- May, Rollo. 2018. *Kreativitas dan Keberanian*. Yogyakarta: IRCiSoD.
- May, Rollo. 2019. *Manusia Mencari Dirinya*. Yogyakarta: Basabasi.
- Mijayanti, Kinanti. 2020. *Fenomena Sobat Ambar Di Kota Solo; Prespektif Pendekatan Eksistensial Humanistik Rollo May*. Skripsi. Institut Agama Islam Negeri Surakarta. Skripsi tidak diterbitkan.
- Minderop, Albertine. 2016. *Psikologi Sastra: Karya Sastra, Metode, Teori, dan Contoh Kasus*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Misiak, Henryk dan Virginia Staudt Sexton. 2009. *Psikologi Fenomenologi, Eksistensial, dan Humanistik*. Terjemahan oleh E. Koswara. Bandung: Refika Aditama.
- Moloeng, L.J. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Nurgiyantoro, Burhan. 1995. *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Ratna, Nyoman Kutha. 2004. *Teori, Metode, dan Teknik Penelitian Sastra*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rahma, Aulia. 2019. *Ekistensi dan Konsep On dalam Cerpen Imogayu Karya Akutagawa Ryunosuke: Tinjauan Psikoanalisis Ekistensialisme Rollo May*. *Kotoba*. 7(1).
- Rosiana, Silvia. 2014. *Analisis Psikologi Eksistensial Tokoh Utama pada Novel Semusim dan Semusim Lagi Karya Andina Dwifatma (Tinjauan Psikologi Rollo May)*. Skripsi. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang. Skripsi tidak diterbitkan.
- Semiun, Yustinus. 2021. *Teori-Teori Kepribadian Humanistik*. Yogyakarta: PT Kanisius.
- Subroto. 1992. *Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sudaryanto. 1993. *Metode dan Aneka Teknik Analisis Bahasa (Pengantar. Penelitian Wahana Kebudayaan Secara Linguistik)*. Yogyakarta: Duta. Wacana.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sobarna, Ayi. 2005. *Ekspektasi Mahasiswa Unisba Terhadap Kuliah Pendidikan Agama Islam Perspektif Psikologi Eksistensial*. *Unisba*, 21(4): 557-577.
- Taum, Yoseph Yapi. 1997. *Pengantar Teori Sastra: Ekspresivisme, Strukturalisme, Pascastrukturalisme, Sosiologi, Resepsi*. Ende: Nusa Indah.
- Tohirin. 2013. *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Wellek, Rene dan Austin Werren. 1990. *Teori Kesusastraan (Terjemahan Melani Budianto)*. Jakarta: Gramedia.