

**PENGENDALIAN DIRI TOKOH UTAMA PADA NOVEL SAWITRI DAN TUJUH POHON
KELAHIRAN KARYA MASHDAR ZAINAL (KAJIAN PSIKOLOGI BEHAVIORISME B. F.
SKINNER)**

Fakhita Rahmaniya

S1 Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya

E-mail: fakhita.17020074006@mhs.unesa.ac.id

Dr. Anas Ahmadi, S.Pd., M.Pd.

Dosen Jurusan S1 Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri
Surabaya

Email : anasahmadi@unesa.ac.id

Abstrak

Sastra tidak lepas dengan ilmu psikologi. Psikologi dan sastra memiliki keterkaitan dalam bidangnya, karena keduanya memiliki persoalan yang sama tentang kehidupan manusia sebagai makhluk sosial. Berkait dengan itu, pada penelitian ini akan dijelaskan tentang cara analisis karya sastra dengan pendekatan psikologi behaviorisme B.F. Skinner. Penelitian ini menggunakan novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal karena terdapat tokoh utama yaitu Sawitri yang sedang mengalami proses psikologi behaviorisme. Proses belajar yang dilakukan oleh Sawitri dibentuk dari agen eksternal sekitarnya. Melihat hal tersebut, peneliti telah merumuskan tiga rumusan masalah. (1) Bagaimana stimulus tokoh utama dalam novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal, (2) Bagaimana respon tokoh utama dalam novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal, (3) Bagaimana pengendalian diri tokoh utama dalam novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan psikologi sastra. Sumber data penelitian ini yaitu novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal. Data pada penelitian ini yaitu rangkaian dari paragraf, kalimat, monolog, dan dialog pada novel. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik studi pustaka yaitu mencari sumber-sumber tertulis yang berhubungan dengan objek kajian penelitian. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik deskriptif analitik yaitu analisis sumber data dengan cara mendeskripsikan fakta-fakta yang tersimpan di dalam novel, dan dilanjutkan dengan tahapan analisis novel. Pada penelitian ini telah ditemukan stimulus negatif dan respon positif. Selain itu, terdapat beberapa respon yang dihasilkan dari stimulus tersebut. Penelitian ini juga menjelaskan mengenai pengendalian tokoh yang dilakukan Sawitri terhadap keluarganya. Tokoh Sawitri mengalami proses belajar yaitu rasa takut akan kesendirian membuatnya sadar bahwa kesendirian merupakan hal yang perlu dihadapi.

Kata Kunci : *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran*, Kepribadian, Psikologi behaviorisme, Pengendalian diri.

Abstract

Literature cannot be separated from psychology. Psychology and literature are related in their fields, because they both have the same problems regarding human life as social beings. In this regard, this research will explain how to analyze literary works with the psychological approach of B.F. Skinner. This research uses the novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* by Mashdar Zainal because there is a main character, Sawitri, who is undergoing a psychological process of behaviorism. The learning process carried out by Sawitri was formed from the surrounding external agents. Seeing this, the researcher has formulated three problem formulations. (1) How is the main character stimulus in the novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* by Mashdar Zainal, (2) How is the response of the main character in the novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* by Mashdar Zainal, (3) How is the self-control of the main character in the novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* by Mashdar Zainal. This research is a type of qualitative research with a literary psychology approach. The data source of this research is the novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* by Mashdar Zainal. The data in this study are a series of paragraphs, sentences, monologues, and dialogues in novels. The data collection technique in this study used literature study techniques, namely looking for written sources related to the object of the research study. The data analysis technique in this study uses descriptive analytic techniques, namely the analysis of data sources by describing the facts stored in the novel, and is continued with the novel analysis stage. In this study, negative stimuli and positive

responses have been found. In addition, there are several responses that result from this stimulus. This research also explains about the control of figures that Sawitri carried out on his family. Sawitri's character experiences a learning process, namely the fear of being alone makes her realize that being alone is something that needs to be faced.

Keywords : *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran*, **Personality, Behavioral Psychology, Self-Control.**

PENDAHULUAN

Psikologi merupakan sebuah ilmu pembelajaran pada psikis “kejiwaan” dan tingkah laku manusia (Sobur, 2016: 53). Dengan psikologi, manusia dapat melihat atau memahami kepribadian manusia melalui perilaku dan pikiran manusia Hal ini hampir sama dengan pembelajaran studi sastra yaitu psikologi sastra.

Psikologi sastra merupakan sebuah ilmu pembelajaran mengenai aspek kejiwaan pada tokoh yang berada didalam karya sastra. Karya sastra memiliki unsur karakteristik di dalamnya, seperti kegiatan spiritual, emosional, dan mental tokoh fiksi. Minderop, (2018: 53) mengatakan bahwa penelitian sastra, lebih banyak menganalisis karya sastra dengan mengkaji perwatakan tokoh fiksi daripada mengkaji peristiwa yang sedang terjadi dalam karya sastra. Hubungan psikologi dan sastra dapat dilihat dari empat pengertian mengenai psikologi sastra. Pertama, psikologi pengarang merupakan hal yang pribadi. Kedua, proses kreatif untuk pengajaran sastra. Ketiga, hukum psikologi yang terdapat pada sebuah karya sastra. Keempat, dampak karya sastra bagi psikologi pembaca (Wellek dan Warren, 2016: 81). Oleh karena itu, karya sastra dalam psikologi biasanya dikaji dengan cara terpisah, bisa juga berkaitan dengan pengarang dan pembacanya. Hal ini membuktikan bahwa psikologi memiliki ruang lingkup yang luas pada studi sastra.

Karya sastra dalam psikologi juga dijadikan sebagai media terapi untuk pasiennya (Siswanto & Roekhan, 2015: 136). Media yang digunakan yaitu dengan cara mendengarkan cerita, berupa cerita inspiratif, dan motivasi yang dapat membangun hal positif dalam diri pasien. Dalam cerita yang sangat indah dan memotivasi, terdapat juga bahasa yang indah. Bahasa dapat menghidupkan jalannya cerita. Gaya bahasa pada karya sastra menjadi bukti, bahwa kreativitas pengarang dalam mendeskripsikan ungkapan kejiwaan dalam karya sastra menjadi daya tarik psikologi sastra (Endraswara, 2008: 9). Pada akhirnya, psikologi secara umum, manusia sebagai sumber penelitiannya, sedangkan psikologi sastra memiliki berbagai penafsiran yaitu pengarang,

tokoh fiksi, dan pembaca. Persamaan yang ada di dalamnya yaitu mendeskripsikan mengenai kejiwaan dan perilaku manusia.

Psikologi sastra memiliki berbagai bidang kajiannya, salah satu dari bidang tersebut adalah psikologi yang mempelajari kepribadian. Dalam psikologi kepribadian, yang menjadi dasar dari teori tersebut adalah tingkah laku manusia (Porter, 2020: 167). Kepribadian dalam sastra yaitu menganalisis mengenai tingkah laku pada tokoh yang ada di dalam karya sastra. Tingkah laku ini mencakup beberapa aspek batasan kepribadian seperti karakteristik, watak, dan hal-hal yang menjadi kebiasaan seseorang.

Psikologi kepribadian dapat dianalisis melalui kajian psikologi lainnya, salah satunya yaitu psikologi behaviorisme. Ahmadi (2015: 31) mengatakan bahwa hal yang berpengaruh pada behaviorisme adalah pembelajaran pada lingkungan. Tingkah laku biasanya didapatkan dari stimulus yang ada pada lingkungan sekitarnya. Stimulus biasanya berbentuk dari rangsangan yang terjadi pada diri manusia. Bila hal itu sering terjadi, hal ini akan membentuk hasil dari stimulus tersebut menjadi sebuah respon. Respon merupakan jawaban pada diri setelah mendapatkan stimulus. Bila diri seseorang mendapatkan stimulus terus menerus, maka respon akan mengalami penguatan. Lingkungan yang menjadi dasar terbentuknya suatu perilaku manusia yaitu seleksi alam, praktik budaya, dan sejarah seseorang. Hal ini membuktikan bahwa manusia hidup tidak bebas, karena hidup manusia ditentukan oleh stimulus eksternal (Fatwikingingsih, 2020: 19).

Salah satu yang menjadi kelemahan pada lingkungan yaitu sifat yang tidak menentu dalam mempengaruhi kepribadian seseorang, karena tingkatan pengaruh lingkungan kepada manusia tidak dapat diukur keberhasilannya. Selain itu, banyaknya sumber lingkungan yang mempengaruhi manusia, kepribadian tidak selalu berfokus pada satu stimulus saja. Tentu saja, keragaman tersebut juga belum tentu menghasilkan respon yang sesuai dengan stimulusnya, sehingga tidak dapat diprediksi hasilnya (Bambang, 2011: 18).

Berdasarkan uraian di atas, tingkah laku pada psikologi sastra yaitu tingkah laku tokoh fiksi yang sedang terjadi pada karya sastra. Tokoh adalah pelaku dalam cerita (Nurgiyantoro, 2015: 247). Tokoh yang dimaksud adalah tokoh yang mengalami berbagai tahapan seperti stimulus dan respon. Dari hal ini, psikologi dan sastra juga saling berkaitan. Karya sastra mendeskripsikan sebuah tokoh fiksi dengan berbagai karakteristik di dalamnya. Sehingga mendeskripsikan berbagai gambaran perilaku, kejiwaan, dan pemikiran pada manusia. Tidak jauh dengan kajian psikologi yang mendeskripsikan pada kajian tingkah laku dan jiwa pada manusia. Namun perbedaannya, psikologi identik dengan hal yang bersifat nyata, sedangkan sastra bersifat imajinatif.

Pada penelitian ini telah ditemukan karya sastra yang sesuai dengan teori psikologi behaviorisme B.F. Skinner. Novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal mendeskripsikan kehidupan dari tokoh utama yang mengalami berbagai masalah dalam keluarga kecilnya. Tokoh utama pada novel tersebut yaitu Sawitri. Tokoh yang telah mengalami berbagai tahapan pendekatan psikologi sastra secara tidak langsung. Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan tiga konsep yaitu stimulus, respon, dan pengendalian diri yang telah dilakukan oleh tokoh utama.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti akan menggunakan novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal karena ditemukan tokoh jiwa "Sawitri" mengalami aspek psikologi dengan cara proses belajar yang didapatkan dari lingkungan sekitarnya.

Berkait dengan latar belakang tersebut, terdapat tiga rumusan masalah, yaitu (1) Bagaimana stimulus tokoh utama dalam novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal, (2) Bagaimana respon tokoh utama dalam novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal, (3) Bagaimana pengendalian diri tokoh utama dalam novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal.

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan pada penelitian ini, yaitu (1) mendeskripsikan stimulus tokoh utama dalam novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal, (2) mendeskripsikan respon tokoh utama dalam novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal, (3) mendeskripsikan pengendalian diri tokoh utama dalam novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal.

Pada penelitian ini diharapkan dapat memiliki manfaat secara teoritis dan praktis.

(1) Manfaat Teoretis

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam studi psikologi sastra, karena berisi tentang studi sastra bidang psikologi. Selain itu, penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber ilmu untuk pemahaman mengenai teori psikologi behaviorisme Skinner. Penelitian ini bisa dijadikan sebagai perbandingan dari penelitian terdahulu yang relevan dengan menggunakan konsep berbeda.

(2) Manfaat Praktis.

Bagi pembaca, penelitian ini dapat memberikan wawasan mengenai pengetahuan studi sastra dalam bidang psikologi khususnya psikologi behaviorisme Skinner dan mengetahui hubungan sastra dan psikologi. Bagi peneliti sastra, penelitian ini juga bermanfaat sebagai wawasan baru yang sebelumnya tidak ada pada penelitian sebelumnya, sehingga menciptakan pemahaman terbaru untuk dipelajari kembali. Bagi pendidikan, penelitian ini dapat membantu pendidik dalam pembelajaran psikologi sastra dengan media berupa penelitian analisis karya sastra terdahulu.

KAJIAN PUSTAKA

Penelitian terdahulu yang relevan

Pada penelitian ini, telah ditemukan penelitian terdahulu yang dianggap relevan dengan penelitian ini.

Peneliti pertama yaitu (Alifasari, 2017). Penelitian ini berjudul *Kepribadian Tokoh Jiwa dalam Novel Lelaki Terakhir yang Menangis di Bumi* Karya M Aan Mansyur (Kajian Psikologi Behaviorisme B.F. Skinner). Dalam penelitian ini, terdapat persamaan dan perbedaan. Pada penelitian terdahulu menggunakan sumber data penelitian berupa novel *Lelaki Terakhir yang Menangis di Bumi* karya M Aan Mansyur, sedangkan pada penelitian ini menggunakan sumber data penelitian berupa novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal. Penelitian ini juga memiliki teori yang sama yaitu psikologi behaviorisme B.F. Skinner. Dari segi rumusan masalah, tidak ditemukan persamaan sebab pada rumusan masalah terakhir menjelaskan mengenai efek dari stimulus, dan respon tokoh, sedangkan pada penelitian ini menjelaskan tentang pengendalian diri yang tercipta

dari stimulus dan respon tokoh utama. Dari segi metode penelitian, memiliki persamaan yaitu jenis penelitian, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data yang sama.

Peneliti kedua yaitu (Partiningsih, 2019). Penelitian ini berjudul Kepribadian Behaviorisme Tokoh Anya dalam Novel *Critical Eleven* karya Ika Natassa : Kajian Psikologi Skinner. Dalam penelitian ini, terdapat persamaan dan perbedaan. Pada penelitian terdahulu menggunakan sumber data penelitian berupa novel *Critical Eleven* karya Ika Natassa, sedangkan pada penelitian ini menggunakan sumber data penelitian berupa novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal. Penelitian ini juga memiliki teori yang sama yaitu psikologi behaviorisme B.F. Skinner. Dari segi rumusan masalah, tidak ditemukan persamaan sebab pada rumusan masalah terakhir menjelaskan mengenai perubahan perilaku yang tercipta dari stimulus, dan respon tokoh Anya, sedangkan pada penelitian ini menjelaskan tentang pengendalian diri yang tercipta dari stimulus dan respon tokoh utama. Dari segi metode penelitian, memiliki persamaan yaitu jenis penelitian, teknik pengumpulan data yang sama.

Peneliti ketiga yaitu (Wahid, 2020). Penelitian ini berjudul Dampak Perubahan Perilaku Tokoh Dhirga dalam Novel *Dhirga* karya Natalia Tan (Perspektif Psikologi Behaviorisme Skinner). Dalam penelitian ini, terdapat persamaan dan perbedaan. Pada penelitian terdahulu menggunakan sumber data penelitian berupa novel *Dhirga* karya Natalia Tan, sedangkan pada penelitian ini menggunakan sumber data penelitian berupa novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal. Penelitian ini juga memiliki teori yang sama yaitu psikologi behaviorisme B.F. Skinner. Dari segi rumusan masalah, tidak ditemukan persamaan sebab pada rumusan masalah menjelaskan mengenai perubahan perilaku dan dampak perubahan tersebut, sedangkan pada penelitian ini menjelaskan tentang pengendalian diri yang tercipta dari stimulus dan respon tokoh utama. Dari segi metode penelitian, memiliki persamaan yaitu jenis penelitian yang sama.

Peneliti keempat yaitu (Puspa, 2020). Penelitian ini berjudul Kepribadian Tokoh Bagus dalam Novel *Penari dari Serdang* Karya Yudisthira Anm Massari: Kajian Psikologi Behaviorisme Skinner. Dalam penelitian ini, terdapat persamaan dan perbedaan. Pada penelitian terdahulu menggunakan sumber data penelitian berupa novel *Penari dari*

Serdang karya Yudisthira Anm Massari, sedangkan pada penelitian ini menggunakan sumber data penelitian berupa novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal. Penelitian ini juga memiliki teori yang sama yaitu psikologi behaviorisme B.F. Skinner. Dari segi rumusan masalah, tidak ditemukan persamaan sebab pada rumusan masalah terakhir menjelaskan mengenai akibat dari stimulus, dan respon tokoh Bagus, sedangkan pada penelitian ini menjelaskan tentang pengendalian diri yang tercipta dari stimulus dan respon tokoh utama. Dari segi metode penelitian, memiliki persamaan yaitu jenis penelitian, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data yang sama.

Peneliti kelima yaitu (Muliani, 2013). Penelitian ini berjudul Analisis Tokoh Utama dalam Roman *Claude Gueux* Karya Victor Hugo Berdasarkan Teori Behaviorisme B.F. Skinner. Dalam penelitian ini, terdapat persamaan dan perbedaan. Pada penelitian terdahulu menggunakan sumber data penelitian berupa novel *Claude Gueux* karya Victor Hugo, sedangkan pada penelitian ini menggunakan sumber data penelitian berupa novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal. Penelitian ini juga memiliki teori yang sama yaitu psikologi behaviorisme B.F. Skinner. Dari segi rumusan masalah, tidak ditemukan persamaan sebab pada rumusan masalah menjelaskan perubahan perilaku yang tercipta dari stimulus tokoh utama, sedangkan pada penelitian ini menjelaskan tentang pengendalian diri yang tercipta dari stimulus dan respon tokoh utama. Dari segi metode penelitian, memiliki persamaan yaitu jenis penelitian yang sama.

Psikologi behavioral

Psikologi behavioral adalah psikologi yang mempelajari kepribadian manusia dari segi tingkah lakunya. Lingkungan merupakan tempat yang sangat berpengaruh dalam pembentukan tingkah laku manusia. Lingkungan mengarahkan organisme untuk mengangkat atau mendorong dengan keras dalam menggerakkan objek, memecahkan objek, untuk mencapai hal tertentu. Ketika kontingensi diferensial pada lingkungan berubah, maka perilaku organisme juga akan berubah. Bahkan respon yang selalu bersifat tegak lurus juga akan termodifikasi oleh lingkungan disekitarnya (Skinner, 2013: 138-143). Lingkungan biasanya mencakup seleksi alam, kebudayaan, dan juga sejarah atau peristiwa.

Menurut Skinner (1966), waktu merupakan variable terpenting dalam memahami terbentuknya

perilaku. Selain itu, untuk memahami kepribadian manusia, seseorang melihat dari peristiwa yang sedang terjadi pada manusia tersebut (Skinner, 1957). Dalam karya sastra terdapat banyak peristiwa yang membentuk dan menggambarkan karakter tokoh fiksi.

Perilaku dapat terbentuk melalui tujuan yang sebelumnya telah mengalami beberapa stimulus di lingkungannya, sehingga menghasilkan respon dan tindakan pada manusia. Hal ini membuktikan secara tidak langsung, lingkungan juga ikut berkontribusi dalam pembentukan tingkah laku karena setiap manusia memiliki tujuan sebagai pencapaiannya untuk memaknai kehidupannya. Pada proses tersebut tentu ada proses belajar yang dilakukan manusia untuk mendapatkan bagaimana caranya agar hal itu dapat segera terpenuhi.

Pada psikologi behaviorial, manusia akan belajar berdasarkan lingkungan sekitarnya. Seperti pemrolehan stimulus secara langsung atau tidak langsung, dan menghasilkan respon yang terkondisi atau tidak. Namun untuk tingkat keberhasilan dalam pembentukan perilaku manusia tidak selalu efektif karena tidak semua stimulus dapat mempengaruhi kepribadian manusia.

Maka, untuk membentuk suatu perilaku, manusia biasanya akan mengalami stimulus dan respon dari lingkungannya secara berulang-ulang sampai menciptakan sebuah tingkah laku. Menciptakan sebuah perilaku pada manusia perlu adanya hubungan interaksi didalamnya (Skinner, 1966).

Pada psikologi behaviorial, manusia dapat menganalisis kepribadian manusia dengan dua cara yaitu analisis stimulus dan respon. Adanya stimulus respon tersebut dapat menciptakan pengendalian diri pada manusia yang terbentuk dari agen eksternalnya.

Maka, untuk membentuk suatu perilaku, manusia biasanya akan mengalami stimulus dan respon dari lingkungannya secara berulang-ulang sampai menciptakan sebuah tingkah laku. Menciptakan sebuah perilaku pada manusia perlu adanya hubungan interaksi didalamnya (Skinner, 1966).

Pada psikologi behaviorial, manusia dapat menganalisis kepribadian manusia dengan dua cara yaitu analisis stimulus dan respon. Adanya stimulus respon tersebut dapat menciptakan pengendalian diri pada manusia yang terbentuk dari agen eksternalnya.

(1) Konsep Stimulus

Stimulus adalah ransangan dari luar individu yang sedang terjadi pada diri manusia dan membentuk sebuah perilaku pada manusia, Stimulus terjadi karena beberapa variabel yang ada apa lingkungan sekitarnya. Sejarah pada lingkungan itu juga dapat menyebabkan adanya variabel yang menciptakan stimulus. Lingkungan merupakan agen eksternal, apabila kehadirannya dapat mempengaruhi manusia (Skinner, 1966).

Menciptakan stimulus yang sesuai tentu saja harus mengetahui seberapa besar efek pengaruh terhadap manusia. Ada stimulus yang hanya sebagai angin saja. misalnya manusia tersebut merespon namun respon yang dilakukan tidak bertahan lama dan terkadang ada pula stimulus tersebut tidak dapat respon, karena kurangnya tingkatan daya pengaruh kepada manusia. Agar stimulus tersebut efektif maka perlu adanya penguatan bisa berupa penguatan yang dilakukan secara berulang.

(2) Konsep Respon

Menurut Skinner (2013: 75), respon adalah perilaku yang telah dikendalikan oleh stimulus. Respon adalah tindakan atau hasil dari ransangan yang terjadi pada manusia saat mendapat stimulus pada dirinya, sehingga menciptakan suatu tingkah laku.

Menurut Skinner (1966), keberhasilan respon diukur berdasarkan tingkatan fungsi dari stimulus itu sendiri karena respon juga terbentuk dari stimulus yang berkondisi. Respon tidak selalu menghasilkan hal setara dengan stimulus yang telah diberikan. Respon biasanya dipengaruhi oleh rangkaian stimulus, maka respon tidak selalu bisa ditentukan. Ada manusia mendapatkan banyak stimulus tetapi hal ini dapat menciptakan respon yang berbeda, seperti ketika manusia mendapatkan musibah, tentu saja pasti terdapat stimulus negatif. Namun stimulus negatif tersebut tidak selalu menghasilkan respon negatif, bisa saja berubah menjadi respon positif. Hal ini biasanya dikarekan terdapat respon baru setelahnya sehingga menciptakan pemikiran dan tindakan baru. Maka untuk menghasilkan respon yang sesuai perlu adanya kontribusi stimulus yang kuat.

Refleks merupakan respon yang terjadi berdasarkan naluri atau murni dari stimulus yang tidak terkondisi. Ketika manusia merasa lapar, tentu saja ia akan memenuhi rasa lapar tersebut dengan cara makan (Skinner, 1966). Skinner juga menjelaskan hal lain, refleks juga dapat tercipta dari dorongan emosi manusia.

(3) Konsep Pengendalian Diri

Menurut Skinner (2013: 355-357), manusia melakukan pengendalian dirinya sendiri ketika manusia tersebut telah memiliki sebuah konsekuensi yang saling bertentangan, disaat mengalami stimulus positif dan negatif. Konsekuensi yang bersifat positif dan negatif dapat menciptakan dua respon yang saling berkaitan, yaitu *respon pengendali* merupakan pengendalian yang dilakukan dengan cara mempengaruhi seseorang, sehingga berubah menjadi *respon yang dikendalikan*. Biasanya, hal yang menjadi dasar dari sumber pengendalian adalah tanggung jawab pribadi individu. Selain itu, agen eksternal juga ikut berkontribusi dalam pencipta dan penentu pengendalian diri manusia (Skinner, 2013: 372-374).

Lingkungan secara tidak langsung merupakan faktor utama dalam pengendalian diri. Tentu saja dengan cara menggunakan pandangan konsekuensi dari beberapa keputusan. Sebelum manusia mengambil keputusan yang mendalam tentu saja perlu mempertimbangkan bagaimana keputusannya untuk kehidupannya. Setiap manusia tentu saja tidak selalu bebas dalam tanggung jawabnya, berdasarkan pernyataan tersebut manusia memiliki kehidupan yang selalu dihadapi oleh pilihan berkonsekuensi. Pilihan ini merupakan bentuk manusia dalam menentukan masa depannya.

Psikologi behaviorisme merupakan ilmu yang mempelajari kepribadian manusia dengan cara mengendalikan emosi dalam diri manusia. Pengendalian ini dilakukan dengan cara mengendalikan diri menuju hal positif, atau menciptakan keputusan positif untuk masa depan sesuai kebutuhan. Jika dilihat, pengendalian diri adalah model pembelajaran yang dilakukan manusia secara tidak langsung mengontrol bagaimana emosi diri. Tentu saja didasari dari stimulus dan respon manusia sebagai pemicu terjadinya manusia harus membuat sebuah keputusan. Maka pengendalian diri terjadi karena adanya stimulus dan respon yang di dalamnya menyimpan konsekuensi negatif dan positif, sehingga manusia perlu secepatnya atau melakukan pengambilan keputusan.

METODE

Penelitian ini termasuk jenis penelitian kualitatif. Menurut Ahmadi, (2019: 3-8), penelitian kualitatif adalah penelitian yang bersifat interpretatif, dan pemaparannya berbentuk penarasian dan pendeskripsian data. Penelitian sastra lebih dominan menggunakan jenis penelitian

kualitatif, karena terdapat banyak penggunaan narasi oleh peneliti yang di sebabkan banyaknya proses interpretasi teks di dalamnya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan psikologi sastra. Parmin (2019) mengatakan, pendekatan psikologi sastra adalah studi yang mengemukakan tentang tipe dan hukum psikologi pada karya sastra, dengan cara menginterpretasikan dan menilai karya sastra dari aspek psikologi sastra. Untuk memahami aspek psikologi pada karya sastra yaitu dengan cara menganalisis tokoh pada cerita fiksi tersebut. Tokoh yang di analisis pada penelitian ini adalah tokoh bernama "Sawitri".

Sumber data penelitian ini adalah novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran*. Novel ini merupakan karya penulis yang berasal dari Malang bernama Mashdar Zainal. Novel ini diterbitkan oleh PT Pustaka Alvabet pada tahun 2018. Novel ini berjumlah 290 halaman yang berisi 33 bab. Bab 1-7 halaman 5-26 berisi tentang eksistensi pohon. Bab 8-9 halaman 29-61 berisi tentang kehidupan tokoh utama. Bab 10-16 halaman 65-118 berisi tentang pohon kelahiran. Bab 17-23 halaman 121-204 berisi tentang kisah bocah atau anak dari tokoh utama. Bab 24-25 halaman 207-234 berisi tentang tokoh utama. Bab 26-28 halaman 237-267 berisi tentang tiga anak pertama. Bab 29-34 berisi tentang nasib kehidupan keluarga tokoh utama.

Data penelitian ini adalah rangkaian dari paragraf, kalimat, monolog, dan dialog pada novel. Data ini dinilai dengan tiga aspek yaitu stimulus, respon, dan pengendalian diri pada tokoh utama. Data ini juga dianggap relevan dengan Teori Behaviorisme B.F. Skinner.

Teknik pengumpulan data yaitu dengan menggunakan teknik studi pustaka. Teknik studi pustaka merupakan penemuan mengenai sumber-sumber yang berhubungan dengan objek penelitian (Faruk, 2017: 56-57). Zed (2008: 17) mengatakan ada empat langkah riset kepustakaan, yaitu (1) menyiapkan alat yang diperlukan untuk penelitian, (2) menyiapkan bahan penelitian yang dijadikan sumber utama dalam penelitian, (3) mengorganisasikan waktu, (4) proses membaca, dan mencatat bahan-bahan penelitian. Pada point kedua, menjelaskan mengenai bahan penelitian pertama yang digunakan berupa buku referensi, buku teks, dan jurnal ilmiah berhubungan dengan teori behaviorisme B.F. Skinner. Bahan penelitian kedua yang digunakan berupa novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal.

Teknik analisis data pada penelitian ini adalah teknik deskriptif analisis. Menurut Ratna (2013: 53), deskriptif analisis adalah teknik analisis sumber data dengan cara mendeskripsikan fakta-fakta yang tersimpan di dalamnya, dan dilanjutkan dengan tahapan analisis. Pada teknik analisis data ini bertujuan mendeskripsikan proses perubahan tingkah laku tokoh utama dengan berbagai stimulus yang di dapatkannya. Berdasarkan pernyataan di atas, maka tahapan-tahapan analisis pada penelitian ini adalah (1) menganalisis data berdasarkan rumusan masalah, (2) menginterpretasikan hasil analisis, (3) menyusun kesimpulan dari hasil analisis sumber data. (4) menafsirkan hasil tersebut pada pembahasan penelitian.

PEMBAHASAN

(1) Stimulus

Stimulus adalah ransangan dari luar individu yang sedang terjadi pada diri manusia dan membentuk sebuah perilaku pada manusia, Stimulus terjadi karena beberapa variabel yang ada apa lingkungan sekitarnya. Skinner (dalam Semiun, 2020: 14) mengatakan bahwa lingkungan membentuk perilaku dilihat dari tiga aspek, yaitu praktik budaya, seleksi alam, dan sejarah atau peristiwa pada individu.

Stimulus harus dilakukan secara berjarak. Memberikan stimulus kepada orang lain perlu melihat latar kondisi orang tersebut. Stimulus dilakukan sesuai dengan apa yang sedang terjadi, namun stimulus tidak boleh dilakukan secara terus menerus. Hal ini dapat memicu ketergantungan, karena adanya proses timbal balik di dalam stimulus tersebut. Bila stimulus juga jarang dilakukan, dapat menyebabkan rendahnya pengaruh dari stimulus tersebut. Manusia perlu memahami bagaimana stimulus itu diberikan dengan melihat berbagai perspektif disekitarnya. Selain itu, perlu adanya keseimbangan dalam pemberian stimulus. Demikian stimulus bisa di dapatkan sesuai dengan tupoksinya.

Pada penelitian ini telah di temukan stimulus negatif dan stimulus positif. Stimulus negatif adalah stimulus yang tingkat keberhasilan rendah, dimana manusia akan lebih sering menghindari kemungkinan terjadinya stimulus tersebut, (Feist, Feist, & Roberts, 2017: 199).

(1.1) Sumaiyah

Sawitri telah menghadapi musibah pada keluarga kecilnya. Berawal dari kejadian anak pertamanya yang bernama Sumaiyah. Sumaiyah pergi merantau untuk menghidupi keluarganya.

Setiap tahun Sumaiyah pulang kerumah, dan setiap gajian ia tidak lupa mengirim uang untuk keluarganya di desa. Namun, beberapa tahun Sumaiyah telah hilang tidak ada kabar. Hal ini membuat Sawitri dan suaminya cemas dengan keberadaan anaknya. Hingga suatu ketika, Sawitri dan suaminya mendengar kabar bahwa Sumaiyah telah mendapatkan musibah, sebagaimana kutipan berikut :

(1.1.1) “Hingga tiba, kami menerima kabar yang sulit kami percaya, kabar yang sulit dipercaya oleh orangtua mana pun, Sumaiyah membunuh majikan laki-lakinya. Konon dari pengakuan Sumaiyah sendiri, ia tidak membunuh, itu hanya kecelakaan karena ia membela diri ketika hendak dilecehkan. Apa pun itu, ia divonis hukuman paling berat, hukuman pancung. Kabarnya, ia akan dieksekusi satu atau dua tahun ke depan.” (Zainal, 2018: 50).

Berdasarkan kutipan tersebut, musibah yang dialami oleh Sumaiyah merupakan suatu pukulan kepada Sawitri dan suaminya, karena buah hatinya akan mengalami hukuman paling berat yaitu hukuman pancung. Sumaiyah mengalami ketidakadilan sebagai seorang perempuan, ia mencoba membela dirinya dari laki-laki yang akan melecehkan dirinya.

Peristiwa yang dialami Sumaiyah merupakan stimulus negatif kepada Sawitri dan suaminya, karena kehilangan seorang anak bukanlah hal yang menyenangkan, tentu saja bukan harapan semua orangtua.

(1.2) Sumitrah

Musibah yang dialami Sawitri tidak hanya berhenti pada cerita Sumaiyah. Cerita kedua yaitu musibah yang dialami anak keduanya yang bernama Sumitrah. Sumitrah merupakan gadis yang sangat cantik diantara semua saudaranya. Banyak laki-laki yang mengagumi kecantikan Sumitrah. Jika dijelaskan, Sumitrah seperti bunga Flamboyan yang sangat indah. Namun kecantikan Sumitrah membawa nasib buruk pada dirinya, hal ini terbukti pada kutipan berikut :

(1.2.1) “Sumitrah nyaris menjadi seorang ibu ketika usianya 18 tahun, namun janin yang dikandungnya tidak bertahan pada usia jelang empat bulan.” (Zainal, 2018: 52).

Berdasarkan kutipan tersebut, Sumitrah mengalami musibah saat ia ingin pergi pulang kerumahnya. Namun, saat perjalanan pulang kerumahnya, ia telah diperkosa oleh dua laki-laki

berbaju hitam yang tidak ia kenali. Setelah kejadian itu, mental Sumitrah terganggu. Ia menyendiri dikamarnya, dan tidak pernah keluar kamarnya, karena kondisinya yang buruk, Sumitrah juga kehilangan bayinya saat berusia empat bulan.

Sumitrah gadis cantik berusia 18 tahun telah mengalami gangguan jiwa karena telah diperkosa oleh laki-laki yang tidak dikenal.

Selain itu, hal tersebut juga bisa dijadikan sebagai aib besar untuk keluarga. Jika dilihat dari segi sosial, perempuan yang tinggal di desa sedang mengandung tetapi belum berstatus menikah adalah suatu kesalahan terbesar. Namun, semua terjadi akibat kecerobohan Sumitrah.

Hal ini membuktikan bahwa Sawitri telah mengalami stimulus negatif yang kedua kalinya. Ia mendapati putrinya telah hamil diperkosa orang yang tidak dikenal. Semua orangtua tidak akan mau anaknya sampai bernasib buruk seperti Sumitrah.

(1.3) Subandi

Cobaan yang dialami Sawitri tidak berkunjung padam. Cobaan kembali yaitu pada anaknya laki-laki pertamanya bernama Subandi. Subandi merupakan anak yang sangat nakal di dalam keluarga Sawitri. Namun cerita kenakalan tersebut hanya menjadi cerita saja sekarang.

Tetapi kepergian Subandi merantau seperti kepergiannya untuk selamanya. Subandi seperti layaknya orang hilang yang tidak tahu jalan pulang. Hal ini terbukti pada kutipan berikut :

(1.3.1) “Bertahun-tahun, Subandi tak pernah pulang-hanya berkabar lewat kawannya yang kebetulan pulang kampung.” (Zainal, 2018: 56).

Berdasarkan kutipan tersebut, kepergian Subandi merupakan sebuah ransangan yang mendalam bagi Sawitri. Meskipun Subandi adalah anak yang memiliki watak keras, Sawitri sebagai ibu merasa kehilangan. Karena anaknya tidak berkunjung untuk pulang. Biar bagaimana pun, anak tetaplah anak. Siapa yang tidak ingin bertemu dengan anaknya sendiri setelah terpisah bertahun-tahun.

(1.4) Syajari

Suami Sawitri yaitu Syajari telah meninggalkan dirinya sendiri di dunia ini. Syajari adalah sosok pasangan hidup yang sangat dicintai oleh Sawitri. Meskipun telah lama berumah tangga, Sawitri tetap mencintai suaminya, terkadang ia kagum dengan watak yang dimiliki suaminya. Namun, manusia adalah sebuah titipan, tentu saja akan kembali pada penciptanya. Hal ini terbukti pada kutipan :

(1.4.1) “Aku mengusap dahinya dan mendapati tubuhnya telah sedingin es. Tiba-tiba perutku terasa seperti ditendang. Ketika kuletakkan jemari di muka lubang hidungnya, aku tak lagi mendapati napas hangat berhembus dari sana. Apa ini? Aku memeluknya, menempelkan telingaku rapat di dadanya, dan tak ada detak jantung atau apa pun yang bekerja”. (Zainal, 2018: 233).

Berdasarkan kutipan tersebut, peristiwa itu adalah peristiwa Sawitri yang telah menyadari bahwa suaminya telah pergi meninggalkan dunia. Dalam proses ini juga terdapat stimulus negatif, karena Sawitri telah kehilangan suaminya. Setiap manusia yang saling mencintai tentu saja tidak ingin jauh dengan kekasihnya. Namun, Sawitri harus merelakan suaminya yang telah meninggal dunia.

Pada penelitian ini ditemukan sebuah stimulus yaitu stimulus positif. Menurut Skinner, penguatan positif merupakan stimulus yang banyak mendapatkan tingkat keberhasilan terjadinya hal tersebut terulang kembali, (Asfar, Asfar, & Halamury, 2019).

(1.5) Sulasih, Sundari, Sunardi, Sukaisih.

Stimulus positif yang dialami Sawitri adalah kehadiran keempat anak-anaknya yaitu, Sukaisih, Sundari, Sularsih, dan Sunardi. Keempat anak Sawitri yang bisa dikatakan telah sukses. Telah lama tidak bertemu dengan ibu dan bapaknya. Keempat anak ini berkunjung kerumahnya di desa. Kedatangan keempat anak tersebut sangat berarti untuk Sawitri, hal ini terbukti pada kutipan berikut :

(1.5.1) “Kedatangan bocah-bocah itulah yang kemudian menambal lubanglubang itu, dan merapatkannya. Dalam hitungan pekan, lima dari tujuh bocahku telah berkumpul meramaikan rumah sederhana yang seharusnya menjadi rumah paling sunyi.” (Zainal, 2018: 278).

Berdasarkan kutipan tersebut, stimulus positif yang didapatkan Sawitri setelah kepergian suaminya. Namun, sempat bersedih ketika keempat anaknya telah mengetahui bahwa bapaknya telah meninggal dunia. Tujuan berkumpul bersama menjadi duka bersama. Tetapi dengan adanya keluarga, kehidupan yang terlihat berat tersebut akan tidak terasa lagi. Hal ini terbukti pada kutipan berikut :

(1.5.2) “Sejalan dengan berjalannya waktu, kami mulai bisa tertawa dan bersenda gurau.” (Zainal, 2018: 278).

Berdasarkan kutipan tersebut, hal ini membuktikan bahwa kehadiran keluarga bisa dikatakan sebagai stimulus positif untuk diri dan sekitarnya.

(2) Respon

Respon merupakan tindakan atau hasil dari rangsangan yang terjadi pada manusia saat mendapat stimulus pada dirinya, sehingga menciptakan suatu tingkah laku. Tingkah laku tentu saja terjadi tidak dengan sendirinya, melainkan ada faktor yang mempengaruhinya. Skinner (dalam Alwisol, 2019: 339) juga mengatakan bahwa respon terjadi karena hubungan sebab akibat yang ada didalamnya.

Respon diukur berdasarkan tingkatan fungsi dari stimulus itu sendiri. Respon biasanya bertahan dalam beberapa waktu, hal ini terjadi setelah stimulus yang diberikan terhenti. Zaini (2014: 122) mengatakan keberhasilan respon tergantung dari stimulus, biasanya stimulus bersifat mendominasi. Intensitas fungsi stimulus pada suatu respon juga sebagai penentu dari waktu yang seberapa lama respon akan bertahan. Hal ini membuktikan bahwa intensitas stimulus mencakup fungsi dengan durasi waktu proses terjadinya respon di dalamnya.

Pada penelitian ini telah ditemukan beberapa respon yang dihasilkan dari stimulus Sawitri.

(2.1) Sumaiyah

Mendengar musibah yang telah dialami oleh Sumaiyah. Sawitri merasa dirinya sangat sakit. Hal ini terbukti pada kutipan berikut :

(2.1.1) “Ketika mendengar kabar itu untuk pertama kali, aku pingsan hampir setengah hari. Tubuhku lemas seolah tulangtulangku lolos dari tempatnya. Kabar itu tentu seburuk-buruk kabar yang bisa didengar oleh seseorang ibu dari anaknya.” (Zainal, 2018: 50).

Berdasarkan kutipan tersebut, Sawitri sangat terkejut hingga pingsan saat mengetahui nasib Sumaiyah. Hal ini merupakan respon refleks yang tercipta dari tubuh Sawitri ketika ia mengalami pukulan berat secara emosional. Ia tidak bisa membayangkan bahwa anaknya telah mengalami hukuman pancung. Bahkan Sawitri sempat ingin bunuh diri, hal ini terbukti pada kutipan berikut :

(2.1.2) “Andai saja bapak anak-anak tak sekuat itu, terus menyabarkan dan menenangkanku, mungkin aku akan segera menyusul Sumitrah mendatangi dunia lain, dunia jenaka dan penuh teka-teki, dunia yang tak mengizinkan siapa pun untuk kembali.” (Zainal, 2018: 51).

Berdasarkan kutipan tersebut, Sawitri ingin membawa Sumitrah pergi bunuh diri. Namun hal ini tidak terjadi karena suaminya terus berusaha menenangkannya. Selain itu, Sawitri juga memiliki keyakinan kepada Sumaiyah, hal ini terbukti pada kutipan berikut :

(2.1.3) “Satu hal yang sampai detik ini masih kupegang erat: aku yakin Sumaiyah tidak bersalah. Aku kenal Sumaiyah, aku kenal anakku.” (Zainal, 2018: 51).

Berdasarkan kutipan tersebut, keyakinan seorang ibu terhadap anaknya, karena ibu sangat mengenal bagaimana karakter anaknya. Sawitri ingat bahwa kelembutan anaknya yang sangat menghargai makhluk hidup. Seperti kebiasaan Sumaiyah yang tidak tega menyingkirkan ulat bulu pada pohonnya. Hal ini meyakinkan Sawitri bahwa anaknya yang selambut itu tidak mungkin membunuh majikannya disana.

(2.2) Sumitrah

Musibah yang dialami Sumitrah juga membuat mental Sawitri sedikit terganggu. Nasib yang terjadi pada Sumitrah membuat emosinya terkadang meledak-ledak. Hal ini terbukti pada kutipan berikut :

(2.2.1) “Dan entah kenapa, pohon tak bersalah itu seperti selalu membuatku menyesal.” (Zainal, 2018: 53).

(2.2.2) “Sumitrah benar-benar mirip dengan pohon itu, kadang aku berfikir ia terlalu sombong, ia terlalu berani memamerkan kecantikannya kepada dunia. Ia tidak seperti kakaknya, ia terlalu centil. Perempuan tidak seharusnya begitu. Ia benar-benar cerminan dari pohonnya. Pongah. Aku tak suka pohon itu, dan kurasa, pohon itu memang harus ditebang.” (Zainal, 2018: 53-54).

(2.2.3) “Aku terdiam dan merasa seperti pecundang pemarah dan sulit dihentikan.” (Zainal, 2018: 54).

(2.2.4) “Kami sama-sama diam. Dan air mataku karam.” (Zainal, 2018: 54).

Berdasarkan kutipan tersebut, kesedihan Sawitri membuat ia tidak dapat berfikir dengan jernih. Emosi yang dirasakan Sawitri sangat mendalam, ia sedih, marah, menyesal, dan juga tidak bisa apa-apa. Ia hanya bisa menangis melihat nasib anaknya yang sangat menyedihkan.

(2.3) Subandi

Selain Sumaiyah dan Sumitrah, Subandi merupakan anak yang sangat dicemaskan oleh Sawitri. hal ini terbukti pada kutipan berikut:

(2.3.1) “Demi Tuhan, sebagai seorang ibu aku tak pernah berhenti mencemaskannya. Sampai detik ini.” (Zainal, 2018: 56).

Berdasarkan kutipan tersebut, Sawitri terus berusaha menguatkan hatinya. Tidak lupa ia selalu berdoa untuk Subandi. Selain itu, Subandi yang tidak jelas pergi dan sudah lama tidak ada kabar. Sebagai seorang ibu, tentu saja ia akan selalu mencemaskan anaknya.

(2.4) Syajari

Kepergian Syajari merupakan takdir yang sangat menyedihkan untuk Sawitri. Seorang suami yang selama ini telah menemaninya dalam keadaan suka dan duka. Suami yang selama ini telah membimbing, menguatkan, dan selalu melindunginya. Kini Syajari telah meninggalkan Sawitri. kepergiannya sangat membuat Sawitri seperti tidak ingin hidup lagi. Hal ini terbukti pada kutipan berikut :

(2.4.1) “Remang itu semakin lama semakin gelap. Seperti cairan hitam yang melumuri kelopak mata. Aku tak tahu dan tak berani membayangkan, butuh waktu berapa lama untuk membuat dunia ini menjadi terang kembali. Aku hanya terkejut, setelah riwayat lelaki yang lembut itu berakhir rupanya dunia tak ikut berakhir. Hidup masih terus berlanjut. Dan sekali lagi, mulai detik ini kau sendiri, Sawitri, kau sendiri.” (Zainal, 2018: 234).

Berdasarkan kutipan tersebut, kini Sawitri sendirian tanpa Syajari yang selalu menguatkannya. Kini hidup Sawitri seperti kekurangan cahaya dalam hidupnya. Namun, ia selalu mencoba bersikap tegar dan menguatkan dirinya. Hidup tidak hanya berhenti pada saat ini.

(2.5) Sulaisih, Sundari, Sunardi, Sukaesih

Kedatangan keempat anak Sawitri menciptakan hal positif kepada dirinya. Hal ini terbukti pada kutipan berikut :

(2.5.1) “Demikianlah, setiap orang pasti ingin selalu mengucapkan yang lucu-lucu supaya orang-orang disekelilingnya tertawa. Bahagia.” (Zainal, 2018: 279).

Berdasarkan kutipan tersebut, kepergian bapak dikeluarga kecil tersebut memang merupakan pukulan terbesar pada keluarga Sawitri. Namun, semua orang berusaha menguatkan satu sama lain.

(3) Pengendalian diri

Skinner (2013: 360-367) mengatakan bahwa ada beberapa teknik dalam pengendalian diri. Salah satunya adalah mengubah stimulus, memanipulasi kondisi emosional, dan menggunakan stimulasi aversif.

Mengubah stimulasi yaitu teknik pengendalian diri dengan cara menyandingkan stimulus yang ada bersama stimulus lain. Sehingga dapat mengetahui dan mengontrol refleks-refleks yang tercipta.

Memanipulasi kondisi emosial yaitu teknik pengendalian diri dengan cara mendorong perubahan pada emosi diri. Dalam memanipulasi emosi perlu menghadirkan atau menghilangkan stimulus baru yang bertujuan mengurangi reaksi emosional berlebihan. Selain itu, cara lain dari pengendalian ini adalah memunculkan respon yang tidak sesuai dengan stimulus.

Menggunakan stimulasi aversif yaitu teknik pengendalian diri dengan cara menyandingkan stimulus-stimulus pada waktu yang tepat bersama konsekuensi aversif didalamnya.

Pada penelitian ini terdapat stimulus negatif dan positif, bersama konsekuensinya. Pengendalian diri dilakukan karena peristiwa yang sedang terjadi pada lingkungan sekitar. Peristiwa merupakan salah satu agen eksternal yang membentuk karakteristik manusia (Seimun, 2020: 14).

(3.1) Stimulus Negatif

Stimulus negatif pada penelitian ini adalah stimulus saat tokoh bapak telah meninggalkan keluarganya. Terdapat konsekuensi yaitu Sawitri akan hidup sendirian bersama dengan Sumitrah. Selain itu, kesedihan yang dialami oleh Sawitri belum sepenuhnya hilang.

(3.2) Stimulus Positif

Kehadiran keempat anaknya membuat Sawitri bahagia. Karena rumah terasa ramai dan nyaman. Terdapat konsekuensi yaitu setiap anak memiliki keluarga atau tugas masing-masing yang sedang dijalankan. Namun mereka memilih menemani ibunya di desa karena kepergian bapaknya. Hasilnya dengan terpaksa keempat anaknya mengondisikan urusan kehidupannya. Seperti menunda masalah keluarga, tugas sebagai istri dan orang tua, dan masalah perkuliahan yang belum selesai.

(3.3) Tanggung Jawab

Tanggung jawab Sawitri sebagai orangtua memimpin sebuah keluarga. Seperti halnya memberikan atau menciptakan

keputusan. Jika dilihat dari segi konsekuensi, tidak seharusnya anak selalu menemani ibunya yang telah sendirian ditinggalkan oleh bapaknya. Sedangkan anak harus merelakan aktifitasnya untuk menemani ibunya. Namun ia harus menyuruh anak-anaknya untuk segera kembali untuk meneruskan kehidupan sosialnya.

(3.4) Pengendalian diri

Pada penelitian ini terdapat proses pengendalian diri tokoh utama. Hal ini terbukti pada kutipan berikut :

- (3.4.1) ““Begini,” aku menghela napas, dan rasanya, untuk selanjutnya, aku memang harus menghela napas di tiap kata yang kuucapkan, “Ibu tahu, kalian tidak bisa tinggal lebih lama lagi di sini, kalian harus melanjutkan hidup. Sularsih harus kembali merawat bocah-bocahnya dan menjaga rumah suaminya. Sukaisih pun begitu. Sundari dan Sunardi harus menyelesaikan urusan kuliahnya.”” (Zainal, 2018: 281).

Pada kutipan tersebut dapat dilihat bahwa Sawitri melakukan pengendalian diri dengan cara melihat peristiwa sebelumnya dan mempertimbangkan konsekuensi didalamnya. Sebagai orang tua, Sawitri harus tegas terhadap anak-anaknya, karena apa yang dilakukannya adalah untuk kebajikannya sendiri.

Dengan pengendalian diri ini, Sawitri mendapatkan sebuah pelajaran. Hal ini terbukti pada kutipan :

- (3.4.2) “Takkan pernah kesendirian menjadi masalah, Sawitri. kau telah banyak belajar dari yang lewat. Kau telah siap. Bukankah ada baiknya mulai belajar membiasakan diri jauh-jauh hari, membiasakan diri untuk meramun kesendirian. Karena, bagaimanapun, takdir setiap orang adalah kesendirian. Sebagaimana takdir bagi setiap yang hidup, kematian.” (Zainal, 2018: 286).

Berdasarkan kutipan tersebut, Sawitri belajar menjadi perempuan yang tegar. Karena anaknya telah kembali pulang ia akan sendiri lagi bersama Sumitrah. Namun Sawitri berfikir bahwa semua orang akan mengalami masa sendiri di masa tua. Hal ini tidak perlu ditakuti, melainkan hal ini perlu dihadapi. Pada pernyataan tersebut membuktikan bahwa Sawitri merupakan tokoh yang telah mengalami psikologi behaviorisme yaitu menekankan hasil dari proses belajar (Nahar, 2016).

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis Novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal, maka simpulan pada penelitian ini akan dijelaskan sesuai dengan tiga rumusan masalah.

Pertama, dalam penelitian ini telah ditemukan stimulus negatif dan positif. Stimulus negatif muncul ketika Sawitri mengalami beberapa peristiwa menyedihkan dikeluarganya. Pertama, peristiwa hukuman pancung Sumaiyah karena Sumaiyah divonis telah melakukan pembunuhan kepada majikannya. Kedua, nasib gadis cantiknya Sumitrah, ia telah mengalami kekerasan seksual hingga hamil disaat usia 18 tahun. Ketiga, kepergian Subandi yang tidak pernah pulang. Dan keempat, meninggalnya Syajari. Stimulus ini merupakan stimulus yang tidak diharapkan terjadi hal ini karena hal tersebut merupakan nasib buruk dari Sawitri. Stimulus positif pada Sawitri yaitu kedatangan keempat anaknya. Secara tidak langsung, kehadiran anak-anaknya memberikan penguatan kepada Sawitri. Sawitri yang sempat terjatuh terpuruk menjadi lebih bahagia karena rumahnya menjadi ramai.

Kedua, terdapat beberapa respon hasil dari stimulus yang diberikan kepada Sawitri. Respon pertama yaitu tentang ketidak berdayaan Sawitri melihat nasib Sumaiyah. Sawitri terkejut hingga jatuh pingsan, ia juga ingin bunuh diri, namun disisi lain Sawitri yakin bahwa anaknya tidak mungkin melakukan pembunuhan. Respon kedua yaitu nasib Sumitrah menyebabkan emosi Sawitri tidak terkendali. Ia merasa marah, menyesal, kesal, dan sedih. Namun Sawitri hanya bisa menanggapi nasib malang Sumitrah. Respon ketiga yaitu rasa cemas kepada Subandi yang tidak kunjung pulang. Respon keempat yaitu berasal dari kepergian Syajari. Sawitri menanggapi, sedih, dan ia seperti kehilangan cahaya hidupnya. Respon terakhir yaitu kebahagiaan Sawitri karena keempat anaknya pulang kerumah.

Ketiga, pengendalian diri Sawitri didasari oleh stimulus negatif dan stimulus positif bersama konsekuensinya. Pada stimulus negatif, kepergian Syajari akan menciptakan kesendirian kepada Sawitri. Pada stimulus positif, kebahagiaan Sawitri akan menyebabkan keburukan terhadap anak-anaknya. Melihat hal tersebut, Sawitri dengan tabah ia menyuruh anak-anaknya agar kembali kepada aktifitasnya. Meskipun anak-anaknya ada yang menolak, tetapi Sawitri harus tegas dalam mendidik

anak-anaknya. Dengan demikian, anak-anak tersebut kembali meninggalkan Sawitri untuk kehidupannya. Pada proses pengendalian inilah Sawitri telah belajar, bahwa ia akan mengalami kesendirian di masa tua. Namun kesendiriannya bukanlah suatu yang harus ia takuti. Karena makhluk hidup tentu saja akan mengalami kesendirian ini. Hasilnya Sawitri menjadi tegar dan selalu menyemangati dirinya bahwa ketakutan untuk kesendirian adalah hal yang salah, melainkan hal tersebut haruslah dihadapi.

Saran

Pada penelitian ini, terjadi proses psikologi behaviorisme dari tokoh Sawitri dalam novel *Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran* karya Mashdar Zainal. Berdasarkan kesimpulan yang telah dipaparkan oleh peneliti, maka ada empat saran untuk peneliti selanjutnya yang mengkaji teori ini.

Pertama, penelitian ini terdapat beberapa kendala yaitu psikologi manusia yang selalu bersifat abstrak. Seperti adanya stimulus dan respon yang tidak mudah di tebak hasilnya. Melihat hal tersebut, peneliti selanjutnya perlu menganalisis dan memahami, karena stimulus pada manusia biasanya tidak datang pada hal baru dan yang sudah ada, melainkan bisa melalui sejarahnya. Jadi selalu ada putar balik pada cerita sehingga peneliti perlu benar-benar memahami cerita yang dianalisis.

Kedua, teori behaviorisme merupakan teori yang dihasilkan dari stimulus eksternal. Tentu saja stimulus ini merupakan stimulus yang selalu dialami oleh manusia. Pada penelitian ini terdapat cara penanganan dalam pengendalian diri dari rangkaian peristiwa. Berdasarkan pengendalian diri inilah, perlu kita terapkan pada kehidupan sehari-hari. Secara tidak langsung manusia akan selalu belajar untuk selalu memperbaiki diri.

Ketiga, teori behaviorisme ini memiliki peluang banyak untuk dikaji. Dengan demikian, masih banyak yang perlu diulas secara mendalam bersama konsep-konsep lain pada teori behaviorisme B.F. Skinner. Sehingga masih ada peluang untuk pengkajian terbaru yang berbeda dari penelitian sebelumnya. Tentu saja dengan objek kajian yang berbeda.

Ketiga, untuk meningkatkan pemahaman yang luas mengenai ilmu pengetahuan. Perlu adanya literasi yang banyak dengan berbagai sumber. Literasi merupakan kegiatan membaca dan menulis yang berfungsi secara tidak langsung memberikan informasi kepada kita. Maka, untuk menghasilkan penelitian dengan pemahaman yang baik. Perlu

melakukan literasi yang sebanyak-banyaknya. Dengan demikian, hal tersebut memberikan jalan kepada daya pengetahuan kita. Sehingga mempermudah kita untuk memahami suatu hal, literasi juga dapat menciptakan manusia yang siap dalam menjalankan kehidupan berdasarkan pengetahuan yang telah didapatkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Anas. (2015). *Psikologi Sastra*. Surabaya: Unesa University Press.
- Ahmadi, Anas. (2019). *Metode Penelitian Sastra*. Gresik: Graniti.
- Ahmadi, A. (2016). Archetype Dongeng Jerman: Kajian Psikoanalisis Jungian. *Jurnal Toto Buang* 4(2), 147-159.
- Ahmadi, A. (2009). Legenda Kera Sakti dari Cina: Kajian Psikoanalisis C.G. Jung. *Jurnal Sastra dan Seni*, 1 (1): 77—86.
- Alifasari, Dewi. (2017). *Kepribadian Tokoh Jiwa dalam Novel Lelaki Terakhir yang Menangis di Bumi Karya M Aan Mansyur (Kajian Psikologi Behaviorisme B.F. Skinner)*. Program studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia. Fakultas Bahasa dan Seni. Universitas Negeri Surabaya.
- Alwisol. (2019). *Psikologi Kepribadian*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Asfar, Andi Muhammad Iqbal Akbar., Asfar, Andi Irfan Taufan., & Halamury, Mercy F. (2019). *The Behaviorisme*. Program Doktorat Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Makasar.
- Endraswara, Suwardi. (2008). *Metodologi Penelitian Psikologi Sastra*. Jakarta: MedPress.
- Faruk. (2017). *Metode Penelitian Sastra*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Feist, Jess., Feist, Gregory. J., & Roberts, Tomi.-Ann. (2017). *Teori Kepribadian : Edisi 8-Buku 2*. Terjemahan R.A. Hadwitia Dewi Pertiwi. Jakarta: Salemba Humanika.
- Minderop, Albertine. (2018). *Psikologi Sastra*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Muliani, Wahyu Puji. (2013). *Analisis Tokoh Utama dalam Roman Claude Gueux Karya*

- Victor Hugo Berdasarkan Teori Behaviorisme B.F. Skinner. Program Studi Sastra Prancis. Fakultas Bahasa dan Seni. Universitas Negeri Semarang.
- Nahar, Novi Irwan. (2016). *Penerapan Teori Behavioristik Dalam Proses Pembelajaran*. Anggota DPRD Kabupaten Agam Sumatera Barat.
- Nurgiyantoro, Burhan. (2015). *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Nurhayati, Eti. (2014). *Psikologi Perempuan*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Parmin, Jack. (2019, November 26). *Pendekatan Dalam Penelitian Sastra*. Diakses pada 30 Maret 2021, melalui : <http://parmin.blog.unesa.ac.id/pendekatan-dalam-penelitian-sastra>.
- Partiningsih. (2019). *Kepribadian Behaviorisme Tokoh Anya dalam Novel Critical Eleven Karya Ika Natassa : Kajian Psikologi Skinner*. Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia. Fakultas Bahasa dan Seni. Universitas Negeri Surabaya.
- Porter, Alan. (2020). *Psikologi*. Terjemahan Dharmawati Chen. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Puspa, Kintan Dyah. (2020). *Kepribadian Tokoh Bagus dalam Novel Penari Dari Serdang Karya Yudisthira Anm Massardi: Kajian Psikologi B.F Skinner*. Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia. Fakultas Bahasa dan Seni. Universitas Negeri Surabaya.
- Ratna, Nyoman Kutha. (2013). *Teori, Metode, dan Teknik Penelitian Sastra*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Semiun, Yustinus. (2020). *Behavioristik: Teori-teori Kepribadian*. Yogyakarta: PT Kanisius.
- Siswanto, Wahyudi., & Roekhan. (2015). *Psikologi Sastra*. Malang : Media Nusa Creative.
- Skinner, Burrhus Frederic. (1957). *Verbal Behavior*. Cambridge, Massachusetts: Prentice Hall.
- Skinner, Burrhus Frederic. (1966). *The Behavior Of Organisms: An Experimental Analysis*. Cambridge, Massachusetts: B.F. Skinner Foundation.
- Skinner, Burrhus Frederic. (2013). *Ilmu pengetahuan dan perilaku manusia*. Terjemahan Maufur. MA. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Belajar.
- Sobur, Alex. (2016). *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Wahid, Muhammad Abdul. (2020). *Dampak Perubahan Prilaku Tokoh Dhirga dalam Novel Dhirga karya Natalia Tan (Prespektif Psikologi Behaviorisme Skinner)*. Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia. Fakultas Bahasa dan Seni. Universitas Negeri Surabaya.
- Wellek, Rene., & Warren, Austin. (2016). *Teori Kesusastraan*. Terjemahan Melani Budiarta. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Yulianto, Bambang. (2011). *Teori Belajar*. Surabaya: Unesa University Press.
- Zainal, Mashdar. (2018). *Saitri dan Tujuh Pohon Kelahiran*. Tangerang Selatan: PT Pustaka Alvabet.
- Zaini, Rifnon. (2014). *Studi Atas Pemikiran B.F. Skinner Tentang Belajar*. SMPN 1 Karya Penggawa Pesisir Barat.
- Zed, Mestika. (2008). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.