

## **BENTUK TRAUMA DAN RESPONS TRAUMA TOKOH KINA DALAM NOVEL HALAQAH CINTA KARYA LIN AIKO**

**Radella Myra Khansa**

Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya  
[radella.20019@mhs.unesa.ac.id](mailto:radella.20019@mhs.unesa.ac.id)

**Anas Ahmadi**

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

### **Abstrak**

Saat ini marak diperbincangkan mengenai trauma di sosial media. Faktor pemicu terjadinya trauma pada seseorang yaitu peristiwa buruk yang pernah terjadi. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk trauma situasional, bentuk trauma intrapsikis, dan respons trauma tokoh Kina dalam novel Halaqah Cinta karya Lin Aiko. Penelitian ini menggunakan teori Cavanagh dan Mendatu dengan pendekatan kualitatif. Jenis penelitian ini adalah penelitian sastra yang difokuskan psikologi trauma. Sumber data menggunakan novel Halaqah Cinta karya Lin Aiko dengan pengumpulan data menggunakan teknik simak catat melalui membaca teliti, kemudian mencatat data yang relevan. Teknik analisis data yaitu teknik analisis deskriptif naratif. Data yang diperoleh dideskripsikan dan disajikan dalam bentuk narasi kemudian ditarik kesimpulan. Hasil penelitian memaparkan 32 kutipan kalimat yang menunjukkan adanya (1) 8 kutipan bentuk trauma situasional pada tokoh Kina, (2) bentuk trauma intrapsikis yang berjumlah 8 kutipan, serta (3) trauma respons emosional, trauma respons kognitif, trauma respons perilaku dan trauma respons fisik pada tokoh Kina, yang dibuktikan dengan 4 kutipan masing-masing. Secara kontekstual, hasil penelitian membuktikan bahwa keluarga dan lingkungan sosial memiliki peran besar dalam perkembangan psikologis seseorang. Dalam kasus tokoh Kina, kondisi psikologis yang dibawa dari lingkungan sosial dan keluarganya justru memberikan trauma baginya, menunjukkan kurangnya dukungan emosional yang didapatkan selama berada dalam lingkup keluarga maupun lingkungan sosialnya. Untuk itu, dapat disimpulkan bahwa bentuk trauma tokoh Kina adalah trauma situasional dan intrapsikis. Selain itu, terdapat pula empat respons trauma, di antaranya respons kognitif, perilaku, emosional, dan fisik.

**Kata Kunci:** bentuk trauma, respons trauma, novel halaqah cinta

### **Abstract**

Currently there is a lot of discussion about trauma on social media. The trigger factor for trauma in a person is a bad event that has occurred. This research aims to describe the forms of situational trauma, forms of intrapsychic trauma, and the trauma response of the character Kina in the novel Halaqah Cinta by Lin Aiko. This research uses Cavanagh and Mendatu theories with a qualitative approach. This type of research is literary research that focuses on trauma psychology. The data source uses the novel Halaqah Cinta by Lin Aiko with data collection using note-taking techniques through careful reading, then recording relevant data. The data analysis technique is narrative descriptive analysis technique. The data obtained is described and presented in narrative form and then conclusions are drawn. The results of the research presented 32 sentence quotations which showed that there were (1) 8 quotations of forms of situational trauma in the character Kina, (2) forms of intrapsychic trauma totaling 8 quotations, as well as (3) emotional response trauma, cognitive response trauma, behavioral response trauma and response trauma. the physical character of Kina, which is proven by 4 quotes each. Contextually, the research results prove that the family and social environment have a large role in a person's psychological development. In the case of the character Kina, the psychological conditions brought about by her social and family environment actually traumatized her, showing the lack of emotional support she received while in her family and social environment. For this reason, it can be concluded that the form of trauma of Kina's character is situational and intrapsychic trauma. Apart from that, there are also four responses to trauma, including cognitive, behavioral, emotional and physical responses.

**Keywords:** forms of trauma, trauma responses, love halaqah novels

## PENDAHULUAN

Saat ini marak diperbincangkan mengenai trauma di berbagai media baik cetak maupun melalui dunia maya. Terdapat beragam faktor pemicu terjadinya trauma pada seseorang antara lain menjadi korban bullying, peristiwa buruk yang pernah terjadi, dan korban pelecehan seksual. Dalam penelitian ini, ditemukan adanya trauma yang dilihat dalam penggambaran tokoh yang bereaksi terhadap peristiwa traumatis. Trauma tersebut berhubungan dengan psikologi. Psikologi merupakan salah satu bagian dari studi sastra yang mengkaji permasalahan kejiwaan orang (tokoh) yang terdapat dalam karya sastra, baik dari sudut pandang karya, pengarang, maupun pembaca (Ahmadi, 2021: 2).

Sastra berbicara tentang jiwa manusia. Adapun psikologi berbicara tentang proses mental dan perilaku manusia (Ahmadi, 2021:1). Artinya sastra mengeksplorasi jiwa manusia melalui pengarangnya atau melalui karya sastranya, sedangkan psikologi mengeksplorasi proses mental dan perilaku manusia di dunua nyata. Keduanya, baik sastra dan psikologi sama-sama berusaha memahami spririt manusia. Melalui sastra dan psikologis manusia dapat mengenali dunia psike manusia, baik yang individual ataupun kolektif. Novel termasuk salah satu karya sastra yang dapat dilihat sebagai fenomena psikologis melalui aspek-aspek psikologi pada setiap tokoh di dalam cerita (Chamalah & Reni, 2023: 139).

Novel *Halaqah Cinta* karya Lin Aiko memiliki sisi yang menarik yaitu masalah trauma yang ditampilkan cukup kompleks seperti trauma akibat kematian orang yang dicintai, pelecehan seksual, perundungan, dan lain-lain. Selain itu, novel ini termasuk kategori *best seller* di wattpad.

Berdasarkan latar belakang tersebut, terdapat rumusan masalah: 1) Bagaimana bentuk trauma situasional pada tokoh Kina dalam novel *Halaqah Cinta*, 2) Bagaimana bentuk trauma intrapsikis pada tokoh Kina dalam novel *Halaqah Cinta*, 3) Bagaimana respons trauma pada tokoh Kina dalam novel *Halaqah Cinta*.

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan bentuk trauma situasional pada tokoh Kina dalam novel *Halaqah Cinta*, mendeskripsikan bentuk trauma intrapsikis pada tokoh Kina dalam novel *Halaqah Cinta*, dan mendeskripsikan respons trauma pada tokoh Kina dalam novel *Halaqah Cinta*.

Sastra tidak lepas dari psikologi (Ahmadi, 2015, 2019). Karya sastra dapat dikaji menggunakan pendekatan psikologi karena karya sastra menggambarkan kepribadian para tokoh meskipun hanya imajinatif, dapat menampilkan banyak permasalahan psikologis (Minderop, 2018: 55). Dari pandangan Freud, psikologi trauma pada awalnya tidak terlepas dari pandangan Freud yang menghubungkan psikologi hingga trauma yang

dialami seseorang, baik yang disebabkan oleh pemerkosaan, kekerasan, maupun penyiksaan (Gold dkk., 2017).

Terkait konteks trauma psikologis, orang yang mengalami trauma akan mengingat pengalaman menyakitkan yang dialaminya. Pengalaman ini disebut juga pengalaman traumatis (Ahmadi, 2021: 128). Orang yang pernah mengalami trauma dapat melakukan tindakan berbahaya, termasuk bunuh diri, karena merasa bersalah atau tidak puas dengan hidupnya. Oleh karena itu, orang yang mengalami trauma memerlukan penanganan dari psikolog agar bisa pulih secara psikologis.

Menurut (Irwanto & Kumala, 2020: 1) “trauma” diartikan “luka” (bahasa latin) adalah sebuah kosakata benda yang mendefinisikan suatu peristiwa atau pengalaman individu merespons kejadian buruk. Pengalaman tersebut mengarah pada gangguan mental. Sejalan dengan pendapat tersebut, Hatta (2016: 19) berpendapat bahwa trauma ini dapat terjadi pada siapa saja yang pernah mengalami peristiwa luar biasa seperti perang, pemerkosaan, kematian orang yang dicintai, dan bencana alam.

Cavanagh membagi beberapa bentuk trauma, antara lain trauma situasional dan trauma intrapsikis. Trauma situasional adalah trauma adalah jenis trauma yang disebabkan oleh peristiwa atau situasi yang mendadak dan intens, yang bisa mengancam keselamatan fisik atau psikologis seseorang seperti bencana alam, perang, kemalangan kendaraan, perundungan, kebakaran, rompakan, perkosaan, perceraian, kehilangan pekerjaan, ditinggal mati oleh orang yang dicintai, gagal dalam perniagaan, dan tidak naik kelas. Sedangkan, trauma intrapsikis disebabkan oleh kondisi mental atau perilaku yang tidak normal yang timbul karena tekanan psikologis atau cedera emosional dari konflik atau proses internal yang mempengaruhi seseorang secara batiniah. Menurut Cavanagh trauma intrapsikis seringkali disebabkan oleh peristiwa internal seseorang yang menimbulkan perasaan cemas yang sangat kuat, seperti munculnya perasaan benci terhadap seseorang yang seharusnya dicintai, dan sebagainya.

Respons emosional adalah reaksi yang timbul sebagai akibat dari suatu rangsangan emosional. Reaksi ini dapat berupa berbagai perasaan, pikiran, dan tindakan yang muncul saat seseorang menghadapi situasi tertentu. Respons emosional bisa bersifat positif seperti kebahagiaan dan cinta, atau negatif seperti kemarahan dan kesedihan. Reaksi ini dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk pengalaman masa lalu, kepribadian individu, dan konteks sosial budaya. Menurut Mendatu (2010: 28—29), reaksi-reaksi ini mencakup beberapa gejala yang dapat berdampak signifikan pada keseharian individu. Salah

satu reaksi yang umum adalah kesulitan mengendalikan emosi.

Menurut Mendatu (2010: 29—30), respons kognitif mencakup berbagai gejala yang memengaruhi pikiran dan pemrosesan informasi seseorang. Respons-respons ini dapat menghambat kemampuan individu untuk berfungsi secara normal dalam kehidupan sehari-hari dan mencerminkan dampak mendalam dari trauma psikologis. Van der Kolk, B. A. (2014) menjelaskan bahwa trauma dapat menyebabkan berbagai respons kognitif yang signifikan, seperti pengalaman flashback, kesulitan konsentrasi, mimpi buruk, dan disosiasi. Kedua ahli ini menggarisbawahi bagaimana trauma dapat secara mendalam mengganggu proses kognitif seseorang, mempengaruhi ingatan bahkan konsentrasi.

Respons perilaku terkait dengan tindakan mengontrol perilaku, Menurut Mendatu (2010: 31—32), dampak perilaku yang muncul akibat trauma antara lain mencakup kesulitan dalam mengendalikan tindakan, kecenderungan untuk menghindari situasi atau hal yang terkait dengan pengalaman traumatis, perubahan dalam pola komunikasi, respons yang lebih sensitif terhadap rangsangan eksternal, serta fluktuasi ekstrim dalam suasana hati yang sering kali tidak terduga.

Menurut Mendatu (2010: 32—33), respons fisik yang muncul dapat berupa gejala seperti sakit kepala, sakit dada, kesulitan bernafas, gemetar, serta perasaan lemah dan lesu. Ini menunjukkan bahwa tubuh juga merespons trauma dengan cara yang nyata, mencerminkan beban psikologis yang dialami oleh seseorang. Selain itu, gejala fisik ini bisa menjadi tanda-tanda bahwa tubuh sedang beradaptasi dengan tekanan emosional yang besar, dan dapat menjadi sinyal untuk mencari bantuan atau dukungan.

## METODE

Jenis penelitian yang dipakai dalam penelitian ini adalah penelitian sastra yang difokuskan psikologi trauma. Adapun pendekatan yang digunakan berupa pendekatan kualitatif. Pendekatan ini dipilih karena data yang dihasilkan berupa deskripsi bentuk dan respons trauma yang dialami tokoh Kina dalam novel *Halaqah Cinta* karya Lin Aiko. Menurut Adhimah (2020:59) kualitatif merupakan penelitian yang memiliki sifat natural. Hal tersebut, sehubungan dengan pendapat Ahmadi (2019:3) yang menyatakan bahwa penelitian kualitatif mengacu pada narasi dan deskripsi data yang dominan menggunakan pendeskripsian interpretatif daripada angka. Dalam penelitian ini, data dideskripsikan dan diinterpretasikan kemudian disimpulkan.

Sumber data yang digunakan adalah novel anak berjudul *Halaqah Cinta* karya Lin Aiko. Novel ini diterbitkan oleh Clouds Book di Depok, Jawa Barat pada

Desember 2021. Novel ini masih layak diteliti karena memiliki nilai keterbaruan. Adapun data yang digunakan dalam penelitian ini berupa kata, frasa, kalimat, maupun wacana yang relevan dengan trauma berdasarkan teori Cavangh dan teori Mendatu. Data tersebut diklasifikasikan pada bentuk trauma dan respons trauma.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah simak catat. Teknik simak dan catat merupakan salah satu teknik yang memudahkan pengumpulan data dengan sumber data berupa karya tulis seperti novel, antologi, dan lainnya. Teknik simak dan catat dipilih untuk memudahkan pengumpulan data dari sumber data berupa novel *Halaqah Cinta* karya Lin Aiko. Terdapat dua tahapan utama dalam teknik ini yaitu menyimak dan mencatat. Kegiatan menyimak, dilakukan dengan membaca sumber data secara teliti. Hal itu bertujuan agar diperoleh data yang relevan dengan kajian. Setelah menemukan data yang relevan, data tersebut diberi tanda berupa garis bawah untuk memudahkan pencatatan. Selanjutnya, data yang terkumpul dicatat dan dikelompokkan untuk memudahkan analisis data.

Setelah data terkumpul, dilakukan pengolahan data atau analisis data untuk memperoleh hasil penelitian. Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan secara deskriptif dan naratif. Data yang diperoleh dalam penelitian ini dideskripsikan sesuai dengan kajian yang dibahas dan disajikan dalam bentuk narasi sehingga sesuai dengan pendekatan kualitatif. Kemudian data diinterpretasikan atau ditafsirkan sesuai jenis trauma oleh Cavangh dan Mendatu kemudian ditarik kesimpulan. Selain itu, data yang diperoleh bukan berupa angka-angka yang ditafsirkan melalui perhitungan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian, terdapat bentuk trauma yang dialami oleh tokoh utama dalam novel *Halaqah Cinta* Karya Lin Aiko. Adapun data yang dikumpulkan oleh peneliti sebanyak 32 data berupa kutipan kalimat dalam novel *Halaqah Cinta* yang mengindikasikan bentuk dan respons trauma yang dialami oleh Kina.

Bentuk trauma yang ditemukan di dalam novel yaitu trauma situasional dan trauma intrapsikis. Trauma situasional disebabkan oleh situasi seperti bencana alam, perang, kemalangan kendaraan, kebakaran, rompakan, perkosaan, perceraian, korban kekerasan, ditinggal mati oleh orang yang dicintai, gagal dalam perniagaan, dan tidak naik kelas. Trauma intrapsikis disebabkan oleh kondisi mental atau perilaku yang tidak normal yang timbul karena tekanan psikologis atau cedera emosional dari konflik atau proses internal yang mempengaruhi seseorang secara batiniah. Bentuk trauma pada tokoh Kina dalam novel *Halaqah Cinta* dapat dilihat dari respons terhadap trauma yang dialami. Terdapat empat respons trauma yang

dialami oleh Kina yaitu respons trauma emosional, respons trauma kognitif, respons trauma perilaku, dan respons trauma fisik.

#### 1. Bentuk Trauma Situasional

Dalam novel *Halaqah Cinta*, trauma situasional yang dialami oleh tokoh Kina mencakup 8 data yang ditemukan oleh peneliti. Data-data tersebut diambil dari kutipan-kutipan yang menunjukkan bahwa Kina mengalami trauma akibat kekerasan seksual yang dilakukan oleh ayah tiri dan kedua kakaknya. Hal ini berimbas pada kepribadian Kina yang menjadi tertutup, kehilangan harapan, dan sering melakukan tindakan yang membahayakan dirinya sendiri.

(Data 1)

*Ia lahir sebagai anak yatim. Dari cerita Mama, saat masih hamil besar, Papa meninggal karena kecelakaan kerja. Mama berjuang sendiri membesarkannya dengan membuka dua minimarket dari uang duka dan pensiunan Papa sebagai pekerja di salah satu pertambangan batu bara. Akan tetapi, seiring berjalannya waktu, Mama menjadi sakit-sakitan dan sering keluar masuk rumah sakit.* (Aiko, 2021: 8).

Pada data (1), bentuk trauma situasional yang muncul pada sosok Kina yaitu saat ia kehilangan sosok ayah sejak ia berada dalam kandungan dan mamanya yang sering sakit-sakitan. Hal tersebut dibuktikan pada kalimat dalam kutipan tersebut yang disampaikan oleh penulis yang mengungkapkan bahwa Kina terlahir sebagai Yatim, mamanya berjuang untuk membesarkannya, namun seiring berjalannya waktu, mamanya sering sakit-sakitan dan sering keluar masuk rumah sakit.

(Data 2)

*Sayangnya semakin besar, Kina merasakan semua fasilitas yang membuatnya sebagai putri di rumahnya berangsur hilang. Ternyata pengobatan Mama cukup besar dan itu membuat perekonomian keluarganya menurun drastis. Parahnya, tepat di usianya yang kedua belas tahun, Mama meninggal. Dunianya benar-benar hancur saat kehilangan orang paling penting dalam hidupnya.* (Aiko, 2021: 8).

Pada data (2), bentuk trauma situasional yang muncul pada sosok Kina yaitu saat mamanya sakit-sakitan, mama Kina butuh pengobatan yang menghabiskan uang banyak. Pengobatan mamanya cukup besar dan membuat fasilitas hidupnya menjadi hilang. Seiring berjalannya waktu, tepat di usianya yang ke 12 tahun, mamanya meninggal. Ia merasa hancur dan tidak punya semangat dalam menjalani hidup.

(Data 3)

*Tangkap dia! Seru beberapa orang yang mengejanya kepada pengendara motor itu. Hal itu membuat Kina bergesang menaiki motor pria itu.*

*"Tolong, bawa aku pergi dari sini!" pintanya ketakutan. "Woi! Turunkan dia! Dia gila dan bisa mencelakaimu!"* (Aiko, 2021: 9).

Pada data (3), bentuk trauma situasional yang muncul pada sosok Kina yaitu saat ia dikejar oleh kedua kakak tirinya karena ia kabur dari rumahnya. Ia merasa ketakutan karena takut tertangkap kembali. Ia tidak ingin kembali lagi ke rumahnya. Kedua kakak tirinya pun juga menganggap dirinya gila. Hal tersebut terbukti pada kalimat keempat, kakak tirinya meneriaki pengendara motor yang membonceng Kina dengan menyebutkan bahwa Kina gila dan bisa mencelakainya

(Data 4)

*Apa kamu pernah dikurung bertahun-tahun, dianggap gila, dijadikan pemuas nafsu oleh keluargamu? Pernah?" Pangkas Kina penuh emosi. "Berteriak sekeras apa pun, meminta tolong sampai suaramu habis tidak akan ada yang menolong. Karena kamu dianggap gila!" Bulir-bulir air mata perlahan berjatuh dan membasahi pipinya.* (Aiko, 2021:22)

Pada data (4), bentuk trauma situasional yang muncul pada sosok Kina yaitu saat ia dikurung selama bertahun-tahun, dianggap gila, dan dijadikan pemuas nafsu oleh ayah tiri dan kedua kakaknya yang bejat. Ia berusaha kabur dan meminta tolong, namun warga sekitar tidak mau menolong dan mengembalikannya ke rumah ayah tirinya. Ia menangis mengingat tentang apa yang telah terjadi kepadanya. Hal tersebut terbukti pada kalimat 1 yang diungkapkan oleh penulis bahwa Kina dikurung, dianggap gila, dan dijadikan pemuas hawa nafsu oleh keluarga tirinya. Hal tersebut juga dibuktikan dengan kalimat ke 3 dan ke 4, saat ia berteriak sekeras apa pun, meminta tolong sampai suaranya habis, namun tidak ada yang menolongnya.

(Data 5)

*"Apa kamu pernah dikurung bertahun-tahun, dianggap gila, dijadikan pemuas nafsu oleh keluargamu? Pernah?" Pangkas Kina penuh emosi. "Berteriak sekeras apa pun, meminta tolong sampai suaramu habis tidak akan ada yang menolong. Karena kamu dianggap gila!" Bulir-bulir air mata perlahan berjatuh dan membasahi pipinya.* (Aiko, 2021:22)

Pada data (5), bentuk trauma situasional yang muncul pada sosok Kina yaitu saat ia dikurung selama bertahun-tahun, dianggap gila, dan dijadikan pemuas nafsu oleh ayah tiri dan kedua kakaknya yang bejat. Ia berusaha kabur dan meminta tolong, namun warga sekitar tidak mau

menolong dan mengembalikannya ke rumah ayah tirinya. Ia menangis mengingat tentang apa yang telah terjadi kepadanya. Hal tersebut juga dibuktikan dengan kalimat ke 3 dan ke 4, saat ia berteriak sekeras apa pun, meminta tolong sampai suaranya habis, namun tidak ada yang menolongnya.

(Data 6)

*"Delapan tahun! Delapan tahun aku menjalani itu! Tidak terkira berapa kali ayah dan dua kakak tiriku menyentuh tubuhku! Untuk memuaskan nafsu bejat mereka!" Imbuhnya dengan nafas memburu karena menahan amarah.* (Aiko, 2021:22)

Pada data (6), bentuk trauma situasional yang muncul pada sosok Kina yang dikurung selama delapan tahun oleh keluarga tirinya. Ia merasa dirinya kotor karena tidak terhingga ayah tiri dan kedua kakak tirinya menyentuh tubuhnya. Hal tersebut terbukti pada kalimat 1 dan 2 yang diungkapkan oleh penulis bahwa Kina dikurung selama delapan tahun dan dijadikan sebagai pemuas nafsu. Nafsu bejat keluarga tirinya membuat Kina semakin hancur.

(Data 7)

"Mereka jahat padaku, Bun. Mereka benar-benar jahat." Kina melepaskan pelukannya.

"Aku takut papanya Mbak Yasmine tahu itu dan aku dibawa kembali ke mereka. Aku enggak mau dikurung lagi, aku enggak mau!" regeknnya ketakutan dan terus mencengkeram tangan Bunda. Pipinya sudah basah dengan air mata, berharap wanita di depannya bisa memberi perlindungan padanya. (Aiko, 2021: 166)

Pada data (7), bentuk trauma situasional yang muncul pada sosok Kina disebabkan oleh perlakuan buruk dan kekerasan yang dialaminya dari orang-orang di masa lalunya (keluarga tirinya). Kina menyebutkan bahwa keluarga tirinya sangat jahat padanya, menunjukkan bahwa dia telah mengalami perlakuan yang sangat menyakitkan atau kejam. Hal tersebut dibuktikan oleh reaksi Kina yang menangis dan ketakutan memperlihatkan betapa mendalamnya dampak dari trauma tersebut. Dia merasa sangat takut dan terancam kembali ke lingkungan yang berbahaya.

(Data 8)

*"Siapa yang bilang kau ayahku?! Ayah mana yang tega memperlakukan anaknya seperti itu! Kau harusnya melindungiku! Kau harusnya merawatku! Kau harus menyayangiku! Tapi kenapa kau merusakku?! Kalian menyiksaku! Kalian membunuh kehidupanku! Kalian membuatku susah untuk sekadar menarik napas! teriak Kina semakin keras dengan uraian air mata.* (Aiko, 2021 :225)

Pada data (8), bentuk trauma situasional yang muncul pada sosok Kina yaitu pada saat Kina mengekspresikan perasaan marah, kekecewaan, dan keputusan yang

mendalam terhadap figur yang disebutnya sebagai ayahnya. Dia merasa terkianati karena ayah yang seharusnya melindunginya dan menyayanginya, bukan menyiksa dan merusaknya. Ungkapan "Kalian menyiksaku! Kalian membunuh kehidupanku!" mencerminkan rasa trauma yang dialaminya akibat perlakuan yang tidak adil dan kejam. Kina juga merasa bahwa kehidupannya telah dihancurkan oleh perlakuan yang dia terima. Hal ini dibuktikan dengan kalimat tersebut yang memperlihatkan betapa dalamnya luka yang dia alami.

## 2. Bentuk Trauma Intrapsikis

Dalam novel *Halaqah Cinta*, trauma intrapsikis yang dialami oleh tokoh Kina dianalisis melalui 8 data yang ditemukan oleh peneliti. Data-data ini berasal dari kutipan-kutipan dalam novel yang secara jelas menunjukkan berbagai manifestasi trauma psikis yang dialami oleh Kina.

(Data 9)

*Kina mendengus. "Aku tidak mengenal agama dan Tuhan," ujarnya dengan suara datar tetapi cukup membuat Aqlan terbelalak. "Kamu bukan tidak mempercayai Tuhan, kamu sedang kecewa dengan takdir yang tidak sesuai dengan keinginanmu," ujar Aqlan dan membuat Kina tersenyum masam "kalau Tuhan memang ada, kenapa Dia tidak menolongku?"* (Aiko, 2021: 18)

Pada data (9), bentuk trauma intrapsikis yang muncul pada sosok Kina pada saat ia merasa putus asa dan kehilangan harapan karena kenyataan hidup yang tidak sesuai dengan harapannya. Trauma intrapsikis yang dialami Kina ini mengakibatkan ia meragukan keberadaan Tuhan dan merasa tidak ada yang menolongnya dalam kesulitan yang dihadapinya. Rasa kecewa yang mendalam terhadap takdir dan pertanyaan eksistensial yang muncul menunjukkan betapa luka batin yang dialaminya telah mempengaruhi pandangan hidupnya secara signifikan. Kina mengalami krisis spiritual yang memunculkan sinisme terhadap orang-orang di sekitarnya yang mencoba menghibur atau memberikan penjelasan tentang penderitaannya. Hal ini dibuktikan dengan ungkapan Kina "Aku tidak mengenal agama dan Tuhan," yang menunjukkan keraguannya terhadap konsep-konsep spiritual dan religius sebagai akibat dari trauma yang dialaminya.

(Data 10)

*Kina mempercepat langkah keluar dari lingkungan pesantren. Pelariannya terhenti saat ia menemukan mobil pikap dengan bagian belakang tertutup terpal. Perempuan tersebut masuk dan meringkuk diantara kontainer plastik yang anyir, seperti bau ikan.* (Aiko, 2021: 25)

Pada data (10), bentuk trauma intrapsikis yang muncul pada sosok Kina saat ia melarikan diri dari situasi yang dianggapnya menekan atau penuh tekanan. Tindakan ini mencerminkan respons fight-or-flight yang umum terjadi pada individu yang mengalami trauma, di mana Kina merasa perlu segera meninggalkan tempat yang memicu rasa stres atau traumanya. Kina memilih untuk bersembunyi di dalam mobil pikap dengan bagian belakang tertutup terpal. Hal ini menggambarkan kebutuhan mendesak untuk mencari tempat yang aman, meskipun kondisi tempat tersebut tidak nyaman dan berbau anyir. Pilihan tempat persembunyian ini menunjukkan betapa putus asanya Kina untuk menemukan rasa aman, bahkan jika harus berada di lingkungan yang tidak layak. Meski lingkungan di dalam mobil pikap tersebut tidak nyaman dan berbau anyir, Kina tetap memilih tempat tersebut untuk bersembunyi. Hal ini menunjukkan bahwa trauma intrapsikis yang dialaminya membuatnya lebih memilih situasi yang ekstrem daripada menghadapi situasi yang dianggap lebih mengancam di pesantren.

(Data 11)

*Ia tak tahu seperti apa lingkungan di sekitar tempat itu. Ia hanya ingin pergi dari orang-orang yang sudah mengetahui masa lalunya. Ia tidak ingin dikenal siapa pun. Ia ingin menghilang, kemana pun itu. Bahkan saat mesin mobil menyala, ia tidak mempunyai niat untuk turun. Ia rela mobil itu membawanya kemana pun.* (Aiko, 2021: 25)

Pada data (11), bentuk trauma intrapsikis yang muncul pada sosok Kina saat ia berada dalam keadaan bingung dan tidak peduli dengan situasi di sekitarnya. Hal ini mencerminkan keinginannya untuk melarikan diri dari realitas saat ini, yang sering terjadi pada individu yang mengalami trauma. Ia hanya ingin pergi dari orang-orang yang sudah mengetahui masa lalunya karena masa lalu Kina mengandung trauma yang signifikan sehingga ia merasa perlu menjauh dari semua yang mengenal kisahnya. Hal ini menunjukkan adanya rasa malu, rasa bersalah, atau ketakutan akan penilaian dari orang lain. Ia rela mobil itu membawanya kemana pun yang menunjukkan bahwa Kina berada dalam kondisi putus asa dan pasrah. Ia merasa tidak memiliki kendali atas hidupnya dan lebih memilih untuk menyerahkan diri pada takdir, meskipun itu berarti masuk ke dalam situasi yang tidak dikenal dan mungkin berbahaya.

(Data 12)

*"Aku membencinya. Jangan pernah bahas dia di depanku. Kamu dan Bunda sudah berjanji enggak akan mengatakan keberadaanku pada siapa pun. Jangan membuatku membencimu lagi!" Pesan Kina sebelum mereka akhirnya diam.* (Aiko, 2021: 105)

Pada data (12), bentuk trauma intrapsikis yang muncul pada sosok Kina saat ia mengungkapkan kebenciannya dan memberikan pesan tegas untuk tidak membahas seseorang tertentu. Hal tersebut dibuktikan dengan kalimat "Aku membencinya. Jangan pernah bahas dia di depanku." Pernyataan ini menunjukkan bahwa Kina memiliki perasaan kebencian yang sangat kuat terhadap seseorang. Kebencian ini bisa jadi merupakan hasil dari pengalaman traumatis yang sangat menyakitkan yang berhubungan dengan orang tersebut. Trauma intrapsikis sering kali melibatkan emosi yang sangat intens seperti kebencian atau kemarahan.

(Data 13)

*Bertemu Aqlan membuat ia merasa ditelanjangi, merasa tubuhnya kembali kotor mengingat Aqlan sudah mengetahui tentangnya. Kina benci pandangan itu. Kina benci sorot mata itu. Kina benci membayangkan Aqlan yang secara tidak langsung memikirkan bagaimana pria-pria brengsek itu memperlakukannya.* (Aiko, 2021: 120)

Pada data (13), bentuk trauma intrapsikis yang muncul pada sosok Kina saat bertemu Aqlan ditunjukkan melalui beberapa aspek. Kina merasa rentan dan terekspos saat bertemu Aqlan karena ia menyadari bahwa Aqlan mengetahui masa lalunya yang traumatis. Ini mencerminkan rasa malu dan ketidaknyamanan yang mendalam. Pikiran tentang Aqlan yang mungkin membayangkan penderitaannya di tangan pria-pria tersebut memperburuk trauma Kina. Ia membenci bayangan itu karena mengingatkan kembali pada pengalaman traumatisnya. Kina "merasa tubuhnya kembali kotor" menunjukkan bahwa trauma membuat Kina merasa dirinya tercemar dan tidak berharga. Hal ini adalah respons pada korban kekerasan atau pelecehan yang mengalami distorsi citra diri.

(Data 14)

*Aku benci dia....aku benci dia, Mas!" Pekik Kina lirih dengan memukul dadanya berulang kali. "Dia bisa bahagia karena lukaku. Dia sudah menyakitiku untuk dapat semua ini. Aku benci dia! Aku benci! Tidak ada teriakan, hanya ucapan datar yang penuh kepiluan. Hirka mengusap kepala Kina beberapa kali. Tidak mengatakan banyak hal dan hanya diam, mendengarkan apa pun yang akan diluapkan Kina* (Aiko, 2021: 138)

Pada data (14), bentuk trauma intrapsikis pada sosok Kina ditunjukkan melalui beberapa aspek emosional dan fisik yang ia alami berupa ungkapan kebencian yang intens menunjukkan bahwa Kina mengalami perasaan yang sangat kuat terhadap orang yang telah menyakitinya. Kebencian ini adalah manifestasi dari trauma emosional yang mendalam. Tindakan memukul dadanya sendiri menggambarkan betapa besar rasa sakit yang ia rasakan,

sampai-sampai ia merasa perlu menyakitinya sendiri untuk mengekspresikan rasa sakit tersebut. Kina merasa bahwa orang yang menyakitinya telah mendapatkan kebahagiaan dari penderitaannya. Perasaan ketidakadilan ini memperparah traumanya karena ia merasa bahwa penderitaannya menjadi dasar kebahagiaan orang lain, menambah rasa sakitnya.

(Data 15)

*Kina mulai menutup telinganya. Suara kucing itu tak terdengar lagi, yang ia dengar saat ini suara-suara pria yang memanggil namanya.*

*“Kina.... Ayah kangen.”*

*“Sayang, main sama Kakak lebih lama, ya.”*

*“Adik harus puasin Kakak, ya. Kelau enggak....”*

*“Enggak mau! Aku enggak mau!” teriak Kina histeris dengan terus memukul kedua telinganya berulang kali. (Aiko, 2021: 138)*

Pada data (15), bentuk trauma intrapsikis pada sosok Kina yang mengalami halusinasi pendengaran, di mana suara-suara dari masa lalunya muncul kembali. Hal ini menunjukkan bahwa trauma yang dialaminya masih sangat kuat, sehingga ingatan traumatis tersebut terus menghantuinya dalam bentuk halusinasi. Trauma yang dialami Kina sangat mendalam dan merusak, mempengaruhi emosinya, psikologinya, dan perilakunya. Pengalaman masa lalunya terus-menerus menghantuinya, menyebabkan reaksi yang sangat intens dan menyakitkan.

(Data 16)

*“A-aku mau keluar. A-aku capek! A-aku sakit. A-aku enggak mau! A-aku enggak mau! A-aku mau pergi!” teriak Kina histeris “A-aku mau pergi! A-aku capek! Aku enggak mau! Aku enggak mau! Tolong aku, siapa pun tolong aku!” Pintu yang digedor berulang kali itu akhirnya terbuka. menampilkan Ami dan Ida yang tertawa kegirangan. “Cuma gitu aja takut, Ki!” goda Ida sambil menepuk bahu Kina. (Aiko, 2021: 138)*

Pada data (16), bentuk trauma intrapsikis pada sosok Kina sangat jelas terlihat melalui reaksinya yang histeris dan emosional. Kina mengalami histeria, yang ditandai dengan teriakan berulang kali bahwa dia ingin keluar, merasa capek, dan sakit. Histeria adalah reaksi emosional yang berlebihan sebagai respons terhadap trauma atau stres yang ekstrem. Seruan Kina untuk pertolongan menunjukkan bahwa dia merasa sangat tertekan dan terjebak dalam situasi yang mengingatkan pada trauma masa lalunya. Godaan dari Ami dan Ida menunjukkan kurangnya pemahaman atau sensitivitas mereka terhadap Kina. Reaksi mereka yang tertawa dan menggoda mengabaikan seriusnya kondisi yang dialami Kina, yang semakin memperburuk rasa tidak aman dan ketakutannya. Kina membutuhkan bantuan untuk mengatasi rasa takut dan kecemasan yang mendalam.

### 3. Respons Trauma Emosional

Respons trauma emosional yang dialami oleh tokoh Kina dianalisis melalui 4 data yang ditemukan oleh peneliti. Data-data ini berasal dari kutipan-kutipan dalam novel yang secara jelas menunjukkan berbagai manifestasi respons trauma emosional yang dialami oleh Kina.

(Data 17)

*“Enggak!” tiba-tiba Kina berteriak. Ia histeris dan kembali menjauhkan diri. “Polisi enggak akan membantuku! Mereka hanya akan membawaku pulang. Aku enggak mau pulang! Lebih baik aku mati daripada aku kembali pada mereka.” (Aiko, 2021: 11)*

Pada data (17), respons trauma emosional pada sosok Kina saat ia menolak bantuan polisi dan bahkan menganggap pulang sebagai opsi yang lebih buruk daripada kematian, hal itu menunjukkan bahwa dia berada dalam keadaan yang sangat putus asa. Hal ini dibuktikan dengan kalimat kedua yang menunjukkan bahwa Kina mengalami reaksi yang sangat kuat secara emosional. Perasaan tidak aman dan ketakutan yang mendalam tampaknya mendominasi pikirannya, sehingga membuatnya merasa bahwa tidak ada harapan yang tersisa. Dia merasa bahwa tidak ada harapan bagi dirinya, bahkan sampai pada titik di mana dia menganggap kembali pulang sebagai opsi yang lebih buruk daripada kematian. Hal ini menunjukkan bahwa Kina mungkin mengalami perasaan terjebak dan tidak memiliki kontrol atas situasinya.

(Data 18)

*“Siapa sih, itu? Kok disitu?”*

*“Itu cewek bawaan Gus Aqlan.”*

Kalimat yang sayup-sayup sering terdengar oleh Kina. Ucapan itu terdengar biasa bagi orang lain, tetapi baginya menyakitkan. Ia merasa seperti terdakwa di kursi persakitan. Tatapan sinis dan curiga yang mereka tujukan kepada Kina membuatnya jatuh dan merutuk diri sendiri. (Aiko, 2021: 15)

Pada data (18), respons trauma emosional pada sosok Kina saat ia merasa terasing dan terhina oleh pembicaraan orang lain tentang dirinya. Dia merasakan tatapan sinis dan curiga yang ditujukan padanya, yang membuatnya merasa seolah-olah diadili tanpa alasan yang jelas. Hal ini mencerminkan perasaan ketidaknyamanan dan isolasi sosial yang dialaminya, yang dapat menjadi faktor penyebab atau memperburuk trauma emosionalnya.

(Data 19)

*“Maafkan kami, Dik!” Seketika langkah Kina terhenti, tubuh itu menjadi kaku. Ia merasa bongkahan keras dalam hatinya tiba-tiba hancur dan serpihan-serpihan itu berdesakan keluar menjadi air mata. Ia meraung dengan tangisannya yang semakin*

*pecah. Ia tak tahu sedahsyat itu pengaruh kata maaf untuknya.* (Aiko, 2021: 226)

Pada data (23), respons trauma emosional pada sosok Kina saat kakak tirinya mengucapkan kata maaf atas perlakuan yang telah dibuatnya. Reaksi Kina terhadap permintaan maaf yang tiba-tiba adalah simbol dari betapa besar pengaruh kata-kata tersebut terhadapnya. Perasaan kaku yang menyertainya dan ledakan tangisannya menunjukkan betapa besar pengaruh kata maaf tersebut terhadapnya. Meskipun mungkin ada keinginan yang dalam untuk mendapatkan pengakuan atas rasa sakitnya, permintaan maaf tersebut menyentuh hatinya dan memunculkan respons emosional yang mendalam

(Data 20)

*"Jangan sekali pun berpikir untuk hidup tenang. Ingatlah gadis yang enggak pernah berhenti menangis selama delapan tahun ini! Ingatlah bagaimana anak lemah itu memohon pada kalian untuk menyudahi penderitaannya, tapi kalian semakin menyiksanya. Ingatlah berapa kali ia mencoba mengakhiri hidup, sedangkan kalian terus tertawa menikmati hidup. Jangan pernah sekali pun mengharapkan kebahagiaan. Hiduplah sepertiku dulu. Teruslah bernapas, meski itu sangat melelahkan dan menyakitkan. Aku harap Tuhan memberi kalian dan aku keadilan.* (Aiko, 2021: 138)

Pada data (20), respons trauma emosional pada sosok Kina saat ia menegaskan bahwa dia telah hidup dalam kesakitan dan penderitaan yang tak terhingga selama delapan tahun, tanpa pernah merasakan kedamaian atau kebahagiaan. Permohonannya kepada orang-orang di sekitarnya untuk mengakhiri penderitaannya tidak pernah didengar atau dipahami, bahkan ia merasa semakin disiksa oleh mereka. Perasaan putus asa dan ketidakadilan yang diungkapkan dalam kutipan ini mencerminkan dampak yang mendalam dari trauma emosional yang dialami oleh Kina. Kina merasa terpinggirkan, tidak dihargai, dan tidak memiliki harapan untuk masa depan yang lebih baik. Ini juga menyoroti pentingnya mendengarkan dan memahami perasaan orang lain serta memberikan dukungan yang diperlukan dalam mengatasi respons trauma emosional.

#### 4. Respons Trauma Kognitif

Respons trauma kognitif yang dialami oleh tokoh Kina dianalisis melalui 4 data yang ditemukan oleh peneliti. Data-data ini berasal dari kutipan-kutipan dalam novel yang secara jelas menunjukkan berbagai manifestasi respons trauma kognitif yang dialami oleh Kina.

(Data 21)

*Ia menyukai Aqlan yang ramah, tapi tidak kali ini. Aqlan terlalu naif, merasa suci dan merasa pantas menyalahkan Kina. Ia memang terlahir dari keluarga*

*muslim tetapi keadaan yang membuat Kina mengingkari akidahnya.* (Aiko, 2021: 19)

Pada data (21), respons trauma kognitif pada sosok Kina saat ia mengalami konflik internal yang dalam terkait dengan agama dan identitasnya. Dalam kutipan tersebut, terungkap bahwa Kina menyukai Aqlan yang biasanya ramah, namun kali ini merasa kecewa dengan sikapnya. Aqlan dianggap terlalu naif dan merasa suci, serta merasa pantas untuk menyalahkan Kina atas keadaannya. Meskipun Aqlan terlahir dari keluarga Muslim, namun keadaan yang dialami Kina membuatnya mengingkari akidahnya. Kondisi atau peristiwa yang dialaminya telah memicu pertanyaan dan keraguan dalam keyakinan dan kepercayaannya terhadap agama. Reaksi Kina terhadap sikap Aqlan ini juga mencerminkan betapa sulitnya bagi seseorang yang mengalami trauma kognitif untuk merasa didukung dan dipahami oleh orang-orang di sekitarnya. Sikap yang menyalahkan atau tidak memahami dapat memperburuk rasa isolasi dan kesulitan yang dirasakan oleh Kina.

(Data 22)

*Jangan berbicara tentang Tuhan saat kamu tidak tahu apa yang sudah kualami selama ini!"* (Aiko, 2021: 21)

Pada data (22), respons trauma kognitif pada sosok Kina saat Aqlan menjelaskan tentang adanya Tuhan yang diakuinya. Ia mengalami ketidakseimbangan dalam pemrosesan informasi yang mengarah pada pemikiran yang tidak akurat atau negatif. Dalam hal ini, Kina mengalami distorsi kognitif dengan merasa bahwa orang tersebut tidak memiliki pemahaman atau empati terhadap pengalaman traumatisnya. Kutipan ini juga mencerminkan adanya pengalaman trauma yang kuat yang telah membentuk keyakinan dan persepsi Kina terhadap Tuhan atau agama. Pengalaman traumatis yang dialami Kina telah mengubah pandangannya terhadap Tuhan atau kepercayaannya, dan dia mungkin merasa terganggu atau marah ketika orang lain berbicara tentang hal tersebut tanpa memahami pengalaman yang dia alami.

(Data 23)

*Melihat segerombolan orang membuat Kina segera memakai masker. Dari penampungan orang-orang itu, bisa ditebak jika mereka baru berkemah di lokasi wisata alam itu. Kina hanya bisa tertunduk, berjalan di balik Yasmine dan Hirka ketika rombongan itu bersimpangan dengannya.* (Aiko, 2021: 86)

Pada data (23), respons trauma kognitif pada sosok Kina saat Kina melihat segerombolan orang. Kina langsung memakai masker ketika melihat segerombolan orang mencerminkan hiperkesadaran terhadap ancaman, yang merupakan salah satu aspek trauma kognitif. Pengalaman traumatisnya membuat ia lebih sensitif terhadap potensi ancaman di sekitarnya, sehingga mereka cenderung lebih waspada dan responsif terhadap situasi

yang dapat dianggap berisiko. Sikap Kina yang tertunduk dan berjalan di belakang Yasmine dan Hirka saat rombongan itu bersimpangan dengannya mencerminkan perasaan cemas atau ketidaknyamanan sosial yang terkait dengan trauma kognitif.

(Data 24)

*"Sayang! Jalan pelan-pelan, dong!" teriak seorang pria yang berlari dari atas mengejar rombongan yang baru saja melewati Kina. Suara itu mampu membuat Kina mematung dan merasakan sakit yang amat sangat menghujam benaknya. Ia sangat mengenali suara itu dan juga sangat membencinya. Dadanya sesak, air mata mulai berjatuhan seiring dengan keringat dingin yang mulai membasahi tubuhnya. Ingatan buruk kembali terputar di memorinya. Rasa sakitnya semakin menyiksa dan napasnya mulai tersengal-sengal.* (Aiko, 2021: 87)

Pada data (24), respons trauma kognitif pada sosok Kina saat ia mendengar suara pria yang sangat ia kenali. Suara pria yang berteriak mampu memicu respons kognitif pada Kina. Kina mengenali suara itu dan memiliki hubungan negatif dengan orang yang bersuara, hal ini menjadi pemicu yang sangat kuat untuk perasaan sakit dan kecemasan yang terkait dengan trauma yang dialaminya di masa lalu. Suara tersebut memicu Kina untuk mengingat kembali pengalaman traumatis yang terkait dengan orang yang bersuara. Ingatan buruk kembali terputar di memori Kina, memperdalam rasa sakit dan kesengsaraan yang dia rasakan. Hal ini mencerminkan bagaimana pengalaman traumatis dapat terus-menerus menghantui seseorang dan memengaruhi kehidupan sehari-harinya.

## 5. Respons Trauma Perilaku

Respons trauma perilaku yang dialami oleh tokoh Kina dianalisis melalui 4 data yang ditemukan oleh peneliti. Data-data ini berasal dari kutipan-kutipan dalam novel yang secara jelas menunjukkan berbagai manifestasi respons trauma perilaku yang dialami oleh Kina.

(Data 25)

*Dengan gusar ia menatap pria dengan hem full face itu. Resah dan takut. Tangannya terus memeluk badannya dengan sesekali mengusap lengan yang tanpa sadar malah menimbulkan luka gores karena kuku-kunya.* (Aiko, 2021: 10)

Pada data (25), Respons trauma perilaku pada sosok Kina saat ia terjebak dalam keadaan gusar, resah, dan takut ketika menghadapi seorang pria dengan hem full face. Dia secara refleks memeluk badannya sendiri dan mengusap lengan, menimbulkan luka gores karena kuku-kunya. Sikapnya mencerminkan tingkat kecemasan yang tinggi dan ketidakstabilan. Tangannya terus memeluk badannya dengan sesekali mengusap lengan yang tanpa sadar malah menimbulkan luka gores. Perilaku ini merupakan bentuk

dari respons melindungi diri yang tidak sadar, di mana Kina mencoba untuk menenangkan dirinya sendiri atau mengalihkan perhatiannya dari kecemasan yang dirasakannya. Namun, tindakan ini dapat menyebabkan cedera fisik tambahan, yang menunjukkan betapa kuatnya dampak trauma pada perilaku dan fisik Kina.

(Data 26)

*Pagi ini Kina berjongkok di antara tanaman yang menghiasi halaman. Tatapan matanya terlihat kosong dan pikirannya penuh banyak hal. Ia mengadu kuku ibu jarinya dan tanpa sadar membuatnya terluka. Berulang kali ia menghela napas, berusaha menguasai diri. Namun, perhatiannya teralihkan pada ulat hijau yang tengah menggeroti daun. Bahunya bergidik karena geli dan jijik.* (Aiko, 2021: 15)

Pada data (26), Respons trauma perilaku dapat dilihat pada sosok Kina saat ia berdiam sendiri, menatap kosong dan pikirannya penuh banyak hal. Tanpa sadar ia melukai ibu jarinya. Hal ini menunjukkan bahwa Kina mengalami kesulitan untuk mengendalikan dirinya sendiri atau merasa kacau. Tindakan ini bisa menjadi hasil dari tekanan atau kecemasan yang dialaminya sebagai respons dari trauma yang mungkin masih mempengaruhi dirinya. Meskipun berusaha untuk menguasai diri, perhatian Kina teralihkan pada ulat hijau yang menggeroti daun. Reaksi bahunya bergidik karena geli dan jijik menunjukkan bahwa Kina merasa terganggu dan cemas oleh situasi di sekitarnya, bahkan oleh hal-hal kecil seperti ulat hijau tersebut. Hal ini mencerminkan tingkat kepekaan dan kecemasan yang mendalam yang mungkin dialami oleh Kina sebagai dampak dari trauma yang telah dia alami.

(Data 27)

*Semalam suntuk Kina tidak bisa terlelap. Ia memikirkan banyak hal dibatas tempat tidur. Ia memandang pantulan dirinya pada standing mirror. Berapa lama ia tidak mengamati diri sendiri. Wajahnya khas perempuan Asia, berkulit putih bersih dan wajah yang bisa dikatakan dalam kategori cantik. Ia yakin, siapa pun akan memujinya jika dia adalah seseorang yang normal. Tidak seperti saat ini, yang terlihat gelisah dan bisa marah kapan pun jika ada sesuatu yang membuatnya tidak nyaman.* (Aiko, 2021: 32)

Pada data (27), Respons trauma perilaku dapat dilihat pada sosok Kina saat ia tidak bisa terlelap. Kina tidak bisa tidur dan terus memikirkan banyak hal, menunjukkan kecemasan dan pikiran yang tidak bisa berhenti. Melihat pantulan dirinya di cermin, dia merasakan keterasingan dari identitas dirinya yang sebenarnya. Meskipun dia memiliki penampilan yang cantik, dia merasa bahwa kecantikannya tidak ada artinya karena kondisinya yang saat ini gelisah dan mudah marah. Ini mencerminkan

perasaan tidak puas dengan diri sendiri. Kina merasa bahwa dia tidak sesuai dengan ekspektasi orang lain atau standar sosial karena masalah emosional dan psikologis yang dia hadapi.

(Data 28)

*"Aku enggak bisa berhenti memikirkan hal-hal buruk yang akan terjadi padaku. Aku takut. Enggak nyaman. Gelisah. Resahku enggak berujung." Kina menepuk dada dan kepalanya bergantian. "Hati dan pikiranku capek. Tapi aku enggak tahu bagaimana mengistirahatkannya. Bukan tidur yang kubutuhkan dan aku sendiri bingung apa yang kuinginkan saat ini."* (Aiko, 2021: 108)

Pada data (28), Respons trauma perilaku dapat dilihat pada sosok Kina saat ia Pengakuan Kina tentang ketidakmampuannya untuk berhenti memikirkan hal-hal buruk menunjukkan pola pikir yang diliputi oleh kecemasan yang berlebihan. Penggunaan kata-kata seperti "takut", "enggak nyaman," "gelisah," dan "resahku enggak berujung" menggambarkan kondisi mental yang sangat tidak stabil. Menepuk dada dan kepala menunjukkan adanya manifestasi fisik dari stres. Kina tidak hanya membutuhkan istirahat fisik tetapi juga penyembuhan emosional, namun dia tidak tahu bagaimana cara mencapainya.

## 6. Respons Trauma Fisik

Respons trauma fisik yang dialami oleh tokoh Kina dianalisis melalui 4 data yang ditemukan oleh peneliti. Data-data ini berasal dari kutipan-kutipan dalam novel yang secara jelas menunjukkan berbagai manifestasi respons trauma fisik yang dialami oleh Kina.

(Data 29)

*"Cari lagi, Mas! Katanya ada di sekitar sini!" Degup jantung Kina kembali tak karuan saat mendengar seruan itu. Ia semakin erat memeluk lutut, lalu menenggelamkan wajah disana sebelum lengannya berpindah merengkuh bahu dengan erat. Tubuhnya bergetar hebat ketika mendengar derap langkah kaki mendekat. Ingin lari, tapi ia mematung dan terpaku di tempat.* (Aiko, 2021: 10)

Pada data (29), respons trauma fisik dapat dilihat pada sosok Kina saat degup jantung yang tidak karuan dan tubuh yang bergetar hebat menunjukkan bahwa Kina merasa sangat ketakutan. Suara seruan dan derap langkah kaki mendekat membuatnya merasa terancam. Kina memeluk lutut dan merengkuh bahu dengan erat adalah tanda bahwa Kina sedang berusaha mencari rasa aman. Hal ini adalah reaksi fisik umum terhadap kecemasan tinggi. Ingin lari tapi mematung di tempat menunjukkan bahwa Kina merasa terjebak dan tidak tahu harus melakukan apa. Perasaan tidak mampu bergerak meski

ingin melarikan diri mencerminkan keputusan yang mendalam.

(Data 30)

*Maaf kalau kami membuatmu enggak nyaman, soalnya Gus Aqlan sudah memiliki calon istri. Namanya Mbak Anna. "Kina terkejut segera berdiri sampai membuat kursinya terjatuh. "Ma-maaf!" Ujarnya panik dan segan atas tingkahnya. Ia mencengkram erat ujung baju dan mundur sampai menabrak dinding di belakangnya.* (Aiko, 2021: 20)

Pada data (30), respons trauma fisik dapat dilihat pada sosok Kina saat ia terkejut dan panik. Kina terkejut hingga berdiri mendadak dan menjatuhkan kursi. Kepanikan ini terlihat dari cara dia meminta maaf dan mencengkram erat ujung bajunya. Ia juga merasa malu dan tidak nyaman dengan respons perilaku mencengkram baju dan mundur sampai menabrak dinding menunjukkan bahwa Kina merasa sangat malu dan tidak nyaman dengan situasi tersebut, memperlihatkan keinginan untuk menarik diri dan mencari perlindungan.

(Data 31)

*Kina menutupi tubuhnya yang menggigil dengan sarung pemberian Ratih. Ia pejamkan matanya. Sesaat kemudian, cairan bening mulai berdesakan keluar dari balik matanya.* (Aiko, 2021: 20)

Pada data (31), respons fisik dapat dilihat pada sosok Kina saat ia ketakutan dan cemas. Tubuh yang menggigil menunjukkan tingkat ketakutan yang tinggi. Menutupi tubuh dengan sarung adalah tindakan mencari kenyamanan dan perlindungan. Ia juga merasakan kesedihan yang mendalam. Ia menangis menunjukkan bahwa merasa sangat sedih dan putus asa, dengan air mata yang tidak bisa dibendung.

(Data 32)

*"Jangan katakan pada siapa pun kalau aku melukaimu. Mereka akan menjauhiku. Mereka akan takut padaku. Semua orang akan menganggapku berbahaya." Kina meraih tangan kanan Hirka dan menggenggamnya, tidak ada penolakan dari pria tersebut. "Kumohon...percaya padaku." Ia menelungkupkan wajah di genggaman tangannya.* (Aiko, 2021: 96—97)

Pada data (32), respons fisik dapat dilihat pada sosok Kina saat ia tidak sengaja melukai Hirka. Kina merasa takut bahwa jika orang lain mengetahui bahwa dia melukai Hirka, mereka akan menjauhinya dan menganggapnya berbahaya. Hal ini mencerminkan kecemasan yang mendalam akan penolakan sosial dan isolasi, yang bisa menjadi akibat dari pengalaman trauma yang dialaminya. Ia meraih tangan Hirka dan memohon agar dia tidak memberitahu siapa pun tentang kejadian tersebut. Tindakan ini menunjukkan bahwa Kina mungkin merasa sangat tergantung pada hubungan dengan Hirka untuk

mendapatkan dukungan, pengertian, dan penerimaan, yang mencerminkan kebutuhan akan koneksi yang stabil setelah mengalami trauma.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai bentuk trauma dan respons trauma tokoh Kina dalam novel *Halaqah Cinta* karya Lin Aiko terdapat 2 bentuk trauma dan 4 respons trauma. Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan bagaimana bentuk trauma dan respons trauma yang dialami tokoh Kina dengan melihat dari beberapa data pada kutipan novel tersebut. Dari data yang diperoleh dan telah dianalisis, terdapat dua bentuk trauma yang dialami oleh tokoh Kina dalam novel *Halaqah Cinta* yaitu bentuk trauma situasional dan bentuk trauma intrapsikis.

Trauma situasional tersebut ditunjukkan oleh beberapa kutipan, yaitu berkaitan dengan kehilangan orang yang dicintai. Kesedihan yang mendalam karena ibu dan ayah Kina meninggal dunia. Selain itu, Kina mengalami trauma akibat kekerasan seksual yang dilakukan oleh ayah tiri dan kedua kakaknya. Hal ini berimbas pada kepribadian Kina yang menjadi tertutup, kehilangan harapan, dan sering melakukan tindakan yang membahayakan dirinya sendiri. Selain itu muncul rasa kekecewaan yang mendalam terhadap figur yang disebutnya sebagai ayahnya karena terkianati ayah yang seharusnya melindunginya dan menyayanginya justru menyiksa dan merusaknya.

Trauma intrapsikis yang ditemukan dalam novel antara lain merasa putus asa dan kehilangan harapan karena kenyataan hidup yang tidak sesuai dengan harapannya, merasa cemas dan takut tanpa alasan yang jelas, mudah tersinggung dan mengalami kesulitan, melarikan diri dari situasi yang dianggapnya menekan, sering kali menafsirkan situasi sehari-hari sebagai ancaman. Hal tersebut menunjukkan bahwa trauma intrapsikis yang dialaminya mempengaruhi cara Kina memproses informasi dan bereaksi terhadap dunia di sekitarnya.

Selain bentuk trauma, terdapat juga empat respons antara lain respons trauma emosional, respons trauma kognitif, respons trauma perilaku, respons trauma fisik. Respons emosional pada tokoh Kina mencakup perasaan tidak aman dan ketakutan yang mendalam, tidak memiliki kontrol atas situasinya. Perasaan ketidaknyamanan karena merasa terasingkan, isolasi sosial yang dialaminya yang dapat menjadi faktor penyebab atau memperburuk trauma emosionalnya, pentingnya mendengarkan dan memahami perasaan orang lain serta memberikan dukungan yang diperlukan dapat memberikan pengaruh dalam mengatasi respons trauma emosional.

Respons kognitif yang muncul pada tokoh mencakup pengalaman berulang kali kilas balik atau ingatan terhadap peristiwa traumatis, kesulitan dalam fokus atau

konsentrasi, kesulitan dalam menyelesaikan masalah, menyalahkan diri sendiri.

Respons trauma perilaku yang dialami oleh tokoh yaitu kesulitan dalam mengendalikan tindakannya. Lebih tertutup atau sulit untuk berbicara tentang pengalaman traumatisnya, Kina juga menunjukkan respons yang lebih sensitif terhadap rangsangan eksternal. Dia bisa menjadi mudah terkejut atau terganggu oleh situasi atau suara yang tidak signifikan bagi orang lain, tetapi memicu ingatan traumatis dalam dirinya.

Adapun respons trauma fisik dialami oleh tokoh Kina tidak tampak secara fisik seperti luka atau cedera yang tampak, tetapi dampak fisik yang lebih terinternalisasi atau psikosomatik, di mana kondisi fisiknya dipengaruhi oleh keadaan mentalnya, seperti degup jantung yang tidak karuan, tubuh yang bergetar hebat, terkejut hingga menabrak dinding, tubuh yang menggigil, tidak sengaja melukai Hirka dan masalah fisik lainnya yang tidak memiliki penyebab medis yang jelas.

## DAFTAR RUJUKAN

- Abdussamad, Z. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. Makassar: Syakir Media Press.
- Adhimah, S. (2020). Peran Orang Tua dalam Menghilangkan Rasa Canggung Anak Usia Dini: Studi Kasus di Desa Karangbong RT. 06 RW. 02 Gedangan-Sidoarjo. *Jurnal Pendidikan Anak*, 9 (1), 57-62.
- Afifah, Indah Nur. (2022). Resiliensi Tokoh Sari Terhadap Trauma Tragedi Banyuwangi 1998 dalam Novel Perempuan Bersampur Merah Karya Intan Andaru. Skripsi, Universitas Islam Malang.
- Agustin, M., & Ahmadi, A. (2023). Gangguan Stres Pascatrauma (GSPT) tokoh 福贵 Fú Guì dalam Novel 《活着》 Huózhe Karya 余华 Yú Huá ditinjau dari Psikologi Abnormal. *Jurnal Pendidikan Bahasa Mandarin Unesa*, 1(1), 62 – 86.
- Ahmadi, A. (2019a). *Metode penelitian sastra*. Gresik: Graniti.
- Ahmadi, A. (2019b). Narasi kematian dalam fiksi Indonesia modern: perspektif psikologi kematian. *Jurnal Bahasa Lingua Scientia*, 11(1), 27-40.
- Ahmadi, A. (2015). *Psikologi sastra*. Surabaya: Unesa University Press.
- Ahmadi, A. (2021). The traces of oppression and trauma to ethnic minorities in Indonesia who experienced rape on the 12 May 1998 tragedy: a review of literature. *Journal of Ethnic and Cultural Studies*, 8(2), 126–144. <https://doi.org/10.29333/ejecs/744>

- Aiko, L. (2022). *Halaqah cinta*. Depok: Cloud Books.
- Aulia, B. (2020). Trauma kejiwaan tokoh utama dalam Novel Lelaki Harimau karya Eka Kurniawan. *Jurnal Bindo Sastra*. Vol. 4(1).
- Cavanagh, M. (1982). *The caunseling experience: a theoritical and practical approach*. California: Cole Publishing Company
- Chamalah, E. & Reni Nuryyati. (2023). Kepribadian anak dalam novel Sesuk karya Tere Liye: analisis psikologi sastra Sigmun Freud. *Jurnal Sastra Indonesia*. 12(2): 139.
- Chaplin, J.P. (2006). Kamus lengkap psikologi (terjemah Kartini Kartono). Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Diwyarthi, N.D.M.S., dkk. (2022). *Psikologi Umum*. Padang: PT Global Eksekutif Teknologi
- Faradillah, S., dkk. (2020). *Cognitive behavioral therapy* dengan teknik *thought stopping* untuk menangani trauma psikologis mahasiswa yang mengalami *broken home*. *Jurnal Prophetic*. Vol. 3(1).
- Gold, S., dkk. (2017). *Handbook of trauma psycology*. Wasington: American Psychological Association.
- Harumi, B. Hartini N, Cahyanti, I. (2021) Efektivitas cognitive behavior therapy (CBT) pada dewasa autistik yang mengalami depresi. *Jurnal Diversita*. Vol.7 (2).
- Hatta, Kusmawati. (2016). *Trauma dan pemulihannya*. Banda Aceh : Dakwah Ar- Raniry Press.
- Hidayati, K. B., & Farid, M. (2016). Konsep diri, adversity quotient, dan penyesuaian diri pada remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(2), 137-144.
- Irwanto & Hani Kumala. (2020). *Memahami trauma dengan perhatian khusus pada masa kanak-kanak*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Iza, I. (2020). Religiositas dalam novel Cinta dalam 99 Nama-Mu karya Asma Nadia. *BAPALA*. Vol. 7(1).
- Kurniawan, W. & Hapsoh, S. (2019). Sumber Kejahatan dalam Perspektif Psikologi Islam. *Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan Mawa'izh*. 10 (2), 214-230.
- Kusumastuti, A. & Khoiron, A.M. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif*. Semarang: Lembaga Pendidikan Sukarno Pressindo (LPSP).
- Lestari, F.A., & Sugiarti. (2023). Konflik batin pada tokoh utama dalam novel Rasa karya Tere Liye: analisis psikologi sastra. *Jurnal Sinteksis*. 12(2): 143.
- Levine, Peter A. (2015). *Trauma and memory* California: Buku Atlantik Utara.
- Lieberman, D. J. (2023). *The psychology of emotions*. Tangerang Selatan: Baca.
- Marniati, (2023). *Trauma Tokoh Utama dalam Novel Shokuzai Karya Minato Kanae*. Skripsi, Universitas Hasanuddin.
- Mendatu, A (2010). *Pemulihan trauma*. Yogyakarta: Panduan.
- Minderop, Albertine. (2018). *Psikologi sastra*. Jakarta : Pustaka Obor Indonesia.
- Oktavia, E., Sanjaya, M.D., & Muhamad R.S. (2023). Analisis psikologis dalam novel Menantimu di Ujung Rindu karya Riri Abdillah. *Jurnal Bindo Sastra*. Vol. 7(1).
- Puspitasari, D., & Darni. (2022). kuriositas tokoh utama dalam novel Pulung Gantung Tali Pati karya Iman Budhi Santosa (kajian psikologi sastra). *Jurnal Baradha*. Vol. 18(4).
- Ramadadhanti, Putri S. (2022). *Guided imagery for trauma*. Bogor: Guepedia.
- Saloom, G. (2021). Ujaran kebencian: perspektif ilmu psikologi. *Jurnal Dakwah & Ilmu Komunikasi*. Vol. 8(2).
- Santrock, J. W. (2002). *Life span development*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Saragih, E.I., Eka, R., & Siti Eka. (2023). Analisis trauma dalam novel *Atonement* karya sastra abad 21 dan korelasinya dengan peristiwa serangan 9/11. *Jurnal Sinta*. Vol. 9.
- Satriani, Agus, E. & Eva, D. (2023) Depresi tokoh Raisa dalam novel Hikimori-Chan karya Ghyna Amanda. *PESHUM*. Vol. 3(1).
- Syawalya, D., dkk. (2023). Trauma coping dalam film 27 Steps of May. *Jurnal Komunikasi Univesitas Garut*. Vol. 9(1).
- Tentama, Fatwa. (2014). Dukungan sosial dan post traumatic stress disorder pada remaja korban penyintas gunung Merapi. *Jurnal Psikologi Undip*, 13 (2), 133-138.
- Wardhani, Ari Kusuma & Nita, W. (2021). Konflik psikologis tokoh Terry dalam novel Janji Pelangi karya Fahrul Khakim. *Journal of Language, Literature, and Arts*, 1(1), 90–105.
- Widyatama, T. (2010). *Kamus Psikologi*. Jakarta: Widyatama.