

**REPRESENTASI TRAUMA KOMPLEKS PADA
TOKOH RANU DALAM NOVEL UNFINISHED GOODBYE
KARYA SYAHID MUHAMMAD:
KAJIAN TEORI TRAUMA CATHY CARUTH**

Elsa Furi Farhana

Sastra Indonesia, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya
elsa.22046@mhs.unesa.ac.id

Mohammad Rokib, S.S., M.A., Ph.D.

Sastra Indonesia, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya
mohammadrokib@unesa.ac.id

Abstrak

Trauma merupakan pengalaman psikologis yang dapat meninggalkan dampak emosional dan memengaruhi kehidupan seseorang dalam jangka panjang. Pengalaman trauma tidak selalu disadari secara langsung ketika peristiwa terjadi, tetapi dapat muncul kembali melalui ingatan maupun perilaku tertentu. Fenomena tersebut juga direpresentasikan dalam karya sastra, salah satunya dalam novel *Unfinished Goodbye* karya Syahid Muhammad. Penelitian ini bertujuan menganalisis penyebab dan pemicu trauma dan bagaimana trauma ditampilkan dalam teks. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah novel *Unfinished Goodbye* karya Syahid Muhammad. Data penelitian berupa kutipan kata, frasa, kalimat, dan penggalan narasi yang berkaitan dengan trauma. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi pustaka. Analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif dengan teori trauma Cathy Caruth. Hasil penelitian yang ditemukan yaitu: (1) diketahui bahwa penyebab dan pemicu trauma tokoh Ranu di antaranya adalah kekerasan dan penekanan emosi masa kecil, pertemanan yang tidak sehat, rasa kehilangan, dan pengalaman menangani klien yang memiliki pengalaman serupa; (2) trauma direpresentasikan melalui pengalaman yang belum disadari ketika peristiwa terjadi (*unclaimed experience*), keterlambatan kesadaran (*belatedness*), dan pengalaman yang muncul kembali secara berulang (*repetition*). Berdasarkan hasil penelitian, dapat dipahami bahwa trauma tidak hanya hadir sebagai pengalaman masa lalu, tetapi juga memengaruhi kondisi emosional, pikiran, perilaku, dan hubungan sosial dalam kehidupan sehari-hari. Melalui penelitian ini dapat diketahui bahwa karya sastra tidak hanya menggambarkan trauma sebagai peristiwa masa lalu, tetapi juga memperlihatkan cara kerja trauma melalui pengalaman yang tidak disadari, pemahaman tertunda, dan kemunculan kembali pengalaman traumatis secara berulang.

Kata Kunci: Cathy Caruth, novel, representasi, trauma, *Unfinished Goodbye*

Abstract

Trauma is a psychological experience that can leave an emotional impact and affect a person's life in the long term. Traumatic experiences are not always immediately recognized when the event occurs, but can resurface through memories or certain behaviors. This phenomenon is also represented in literary works, one of which is the novel "Unfinished Goodbye" by Syahid Muhammad. This study aims to analyze the causes and triggers of trauma and how trauma is presented in the text. The data source used in this study is the novel "Unfinished Goodbye" by Syahid Muhammad. The research data consist of quotes, phrases, sentences, and narrative fragments related to trauma. The data collection technique used was a literature review. The data analysis technique was descriptive qualitative using Cathy Caruth's trauma theory. The results of the study were as follows: (1) it was discovered that the causes and triggers of Ranu's trauma included violence and emotional suppression during childhood, unhealthy friendships, feelings of loss, and experience with clients who had similar experiences; (2) trauma is represented through experiences that were not yet recognized when the event occurred (*unclaimed experience*), delayed awareness (*belatedness*), and experiences that recur repeatedly (*repetition*). Based on the research findings, it can be understood that trauma is not only present as a past experience but also influences emotional states, thoughts, behavior, and social relationships in daily life. This research reveals that literary works not only depict trauma as a past event but also demonstrate how trauma operates through unconscious experiences, delayed understanding, and the repeated recurrence of traumatic experiences.

Keywords: Cathy Caruth, novel, representation, trauma, *Unfinished Goodbye*

PENDAHULUAN

Trauma merupakan pengalaman psikologis yang meninggalkan dampak mendalam dalam kehidupan seseorang karena muncul dari peristiwa mengejutkan atau menyakitkan yang tidak sepenuhnya dapat dipahami ketika terjadi. Trauma dapat memengaruhi cara seseorang memahami diri, menjalin hubungan sosial, dan merespons tekanan emosional dalam kehidupan sehari-hari. Cavanagh (dalam Hatta, 2022) menjelaskan bahwa trauma adalah pengalaman menyakitkan yang mengganggu dan meninggalkan luka mendalam secara fisik maupun psikis. Tingkat keparahan dan dampaknya berbeda pada setiap individu karena dipengaruhi cara seseorang memaknai dan merespons kejadian trauma tidak pernah sama. Dengan demikian, trauma dapat dipahami sebagai pengalaman batin yang dampaknya berbeda bagi setiap orang karena pengaruhnya ditentukan bagaimana seseorang memaknai dan menanggapi kejadian tersebut.

Trauma tidak selalu terbentuk dari satu peristiwa saja, tetapi juga muncul dari berbagai pengalaman traumatis yang terjadi secara berulang dan saling berkaitan. Kondisi ini dikenal sebagai trauma kompleks, yaitu trauma yang terbentuk dari pengalaman menyakitkan yang berlangsung dalam jangka waktu lama, seperti kekerasan fisik dan emosional pada masa anak-anak. Trauma kompleks tidak hanya memengaruhi respons emosional sesaat, tetapi juga membentuk cara individu memandang diri, menjalin hubungan dengan orang lain, dan merespons tekanan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam novel *Unfinished Goodbye*, pengalaman masa kecil yang dialami Ranu, relasi pertemanan yang tidak sehat, dan kehilangan Sabrina, menunjukkan adanya keterkaitan antarperistiwa yang memengaruhi kondisi psikologis tokoh. Oleh karena itu, trauma yang dialami Ranu tidak bersifat tunggal karena tidak berasal dari satu peristiwa saja, tetapi bersifat kompleks karena terbentuk dari berbagai pengalaman yang saling berkaitan.

Trauma dapat dipahami sebagai pengalaman psikologis yang melampaui kemampuan individu untuk memprosesnya secara utuh pada saat kejadian berlangsung, sehingga meninggalkan dampak emosional yang berkelanjutan. Herman (1992) menjelaskan bahwa trauma dapat memengaruhi kemampuan individu dalam mengendalikan emosi, membangun kepercayaan diri, serta merespons kehidupan sehari-hari. Dampak tersebut dapat muncul dalam bentuk ingatan berulang, perilaku menghindar, gangguan emosi, maupun reaksi fisik tertentu.

Pengalaman trauma yang tidak selalu dapat diungkapkan secara langsung menjadikan sastra sebagai medium yang relevan untuk merepresentasikannya. Melalui tokoh, alur, dan konflik, karya sastra dapat

menggambarkan berbagai bentuk tekanan hidup, luka batin, dan pengalaman kehilangan yang tidak selalu dapat dijelaskan. Wellek dan Warren (2014) menyatakan bahwa karya sastra memiliki hubungan erat dengan kehidupan karena lahir dari pengalaman manusia dan realitas sosial. Dengan demikian, sastra memungkinkan pengalaman trauma diungkapkan melalui cerita yang lebih mudah dipahami dan dekat dengan pembaca.

Novel *Unfinished Goodbye* (2024) karya Syahid Muhammad mengisahkan kehidupan Ranu, seorang psikolog muda yang aktif memberikan edukasi kesehatan mental, tetapi masih menyimpan luka dari pengalaman masa lalunya. Dalam kesehariannya, Ranu menghadapi tekanan pekerjaan, kelelahan emosional, lingkungan pertemanan yang tidak sehat dan kehilangan seseorang yang dekat dengannya, yaitu Sabrina. Kehilangan tersebut tidak hanya menjadi peristiwa duka, tetapi juga meninggalkan dampak yang terus memengaruhi kehidupan Ranu, seperti kesulitan mengungkapkan ketidaknyamanannya, ingatan berulang, perasaan bersalah, dan kecenderungan menyakiti diri. Pengalaman-pengalaman tersebut menunjukkan bahwa tokoh Ranu mengalami luka batin yang belum sepenuhnya pulih.

Seiring perkembangan cerita, novel ini mengungkap bahwa luka yang dialami Ranu tidak hanya bersumber dari kehilangan di masa dewasa, tetapi juga berkaitan dengan pengalaman kekerasan pada masa kecil. Kekerasan tersebut menjadi pengalaman trauma yang tidak disadari dan menunjukkan dampak ketika Ranu menghadapi tekanan emosional tertentu. Hal ini memengaruhi cara Ranu memandang diri, membangun hubungan dengan orang lain, serta kemampuan menghadapi kehilangan dan tekanan emosional di masa dewasa.

Penggambaran tokoh Ranu memperlihatkan bahwa trauma tidak selalu berasal dari peristiwa yang langsung disadari. Trauma dapat terbentuk dari pengalaman masa lalu yang tidak sepenuhnya dipahami saat terjadi, lalu muncul kembali dalam bentuk ingatan, emosi, atau perilaku tertentu setelah waktu berlalu. Dalam novel ini, pengalaman kekerasan masa kecil dan kehilangan di masa dewasa saling berkaitan membentuk psikologis tokoh Ranu.

Teori trauma Cathy Caruth digunakan dalam penelitian ini untuk memahami representasi trauma dalam novel *Unfinished Goodbye*. Dalam *Unclaimed Experience: Trauma, Narrative, and History*, Caruth menjelaskan bahwa trauma merupakan respons terhadap peristiwa yang sangat mengguncang dan muncul secara tertunda. Trauma tidak sepenuhnya dipahami ketika peristiwa terjadi, tetapi hadir kembali melalui ingatan, mimpi, halusinasi, maupun perilaku yang terus berulang. Trauma dalam perspektif Caruth bukan sekadar pengalaman masa lalu, melainkan pengalaman yang terus

hadir dan memengaruhi kehidupan seseorang pada masa sekarang.

Konsep trauma menurut Cathy Caruth relevan dengan pengalaman yang dialami tokoh Ranu dalam novel *Unfinished Goodbye*. Teori tersebut digunakan sebagai alat untuk memahami trauma dalam teks, bukan sebagai alat diagnosis psikologis. Konsep-konsep seperti pengalaman yang tidak disadari (*unclaimed experience*), pemahaman tertunda (*belatedness*), dan kemunculan kembali secara berulang (*repetition*) digunakan untuk menelusuri bagaimana trauma tokoh digambarkan melalui narasi.

Sejumlah penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini telah dilakukan sebelumnya. Penelitian pertama dilakukan oleh Fajariah (2024) menemukan bahwa trauma tokoh Mama Sandra dalam cerpen “Siapa Namamu, Sandra?” muncul akibat kehilangan dan rasa bersalah yang ditunjukkan melalui kilas balik, penyangkalan, dan penarikan diri dari lingkungan sosial. Kedua, penelitian Wideanto (2023) menunjukkan trauma tokoh Amir dalam novel *The Kite Runner* bersumber dari rasa bersalah pada masa lalu yang terus muncul melalui ingatan berulang dan mimpi buruk. Ketiga, El-Gebali (2025) mengungkapkan bahwa trauma tokoh Salama dalam novel *As Long As The Lemon Trees Grow* dipengaruhi oleh pengalaman perang, kehilangan, dan rasa bersalah yang memunculkan berbagai gejala psikologis. Ketiga penelitian tersebut sama-sama menggunakan teori trauma Cathy Caruth untuk menjelaskan dampak pengalaman masa lalu terhadap kehidupan tokoh. Namun, penelitian mengenai trauma dalam novel *Unfinished Goodbye* karya Syahid Muhammad masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji penyebab dan pemicu trauma serta representasi trauma tokoh Ranu.

METODE

Dalam penelitian ini digunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada penafsiran teks, khususnya trauma dalam novel *Unfinished Goodbye* karya Syahid Muhammad. Pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti menafsirkan makna yang tersirat dalam teks melalui pembacaan mendalam berdasarkan kerangka teori yang digunakan. Pendekatan ini relevan digunakan karena penelitian menelaah kondisi psikologis tokoh yang tampak melalui narasi, alur, dan perilaku. Analisis dilakukan dengan menafsirkan gejala trauma yang muncul dalam cerita, seperti ingatan berulang, respons emosional, dan konflik batin tokoh. Melalui pendekatan kualitatif deskriptif, peneliti dapat memahami bagaimana pengalaman traumatis memengaruhi cara berpikir, bersikap, dan bertindak tokoh dalam cerita.

Sumber utama data dalam penelitian ini adalah novel *Unfinished Goodbye* karya Syahid Muhammad yang diterbitkan pada 2024 oleh Gradien Mediatama. Data dalam penelitian ini berupa kutipan-kutipan teks dalam novel *Unfinished Goodbye* karya Syahid Muhammad yang berkaitan dengan trauma tokoh, seperti kata, frasa, kalimat, dan penggalan narasi. Data dipilih berdasarkan keterkaitannya dengan konsep trauma menurut Caruth, terutama yang menunjukkan pengalaman yang tidak sepenuhnya disadari (*unclaimed experience*), kemunculan kembali trauma secara tertunda (*belatedness*), dan pengulangan pengalaman traumatis (*repetition*). Data tersebut diberi tanda, diklasifikasikan, dan dianalisis.

Selain sumber utama, dalam penelitian ini juga digunakan sumber data pendukung berupa buku *Unclaimed Experience: Trauma, Narrative, and History* (1996) karya Caruth, sebagai rujukan utama dalam memahami konsep trauma. Buku tersebut dijadikan landasan teoretis dalam menganalisis trauma dalam novel. Selain itu, penelitian ini memanfaatkan artikel jurnal yang membahas psikologi trauma untuk memperkaya pemahaman mengenai dampak trauma secara psikologis. Penelitian terdahulu yang relevan digunakan untuk mengetahui posisi penelitian ini di antara kajian-kajian sebelumnya. Sumber-sumber pendukung tersebut membantu memperkuat landasan teori dan memberikan dasar yang jelas dalam proses analisis data.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi pustaka. Peneliti membaca novel *Unfinished Goodbye* secara menyeluruh, kemudian mengidentifikasi, menandai, dan mencatat kutipan yang berkaitan dengan trauma tokoh Ranu. Data yang terkumpul diklasifikasikan berdasarkan fokus penelitian. Analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif melalui tahap identifikasi, klasifikasi, interpretasi, dan penarikan kesimpulan. Data dianalisis berdasarkan konsep pengalaman yang belum disadari (*unclaimed experience*), pemahaman yang tertunda (*belatedness*), dan pengulangan (*repetition*) untuk memahami representasi trauma tokoh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Penyebab dan Pemicu Trauma

Tokoh Ranu mengalami beberapa peristiwa yang membentuk dan memicu pengalaman traumatis dalam hidupnya. Trauma tersebut tidak muncul tiba-tiba, tetapi terbentuk melalui pengalaman-pengalaman yang terjadi sejak masa kecil dan baru disadari ketika tokoh dewasa. Pengalaman tersebut pada awalnya tidak sepenuhnya disadari sebagai trauma, tetapi dampaknya mulai terlihat ketika tokoh menghadapi berbagai situasi emosional di kemudian hari. Trauma ini memengaruhi cara tokoh memahami dirinya sendiri, menjalin hubungan dengan orang lain, dan merespons peristiwa-peristiwa yang terjadi

dalam kehidupannya. Berdasarkan hasil analisis terhadap novel, terdapat beberapa peristiwa yang menjadi penyebab dan pemicu munculnya pengalaman traumatis pada tokoh Ranu.

1.1. Kekerasan dan Penekanan Emosi pada Masa Kecil

Ranu merupakan anak laki-laki pertama dari ayah yang bekerja sebagai mandor proyek. Ayah Ranu hanya bekerja jika ada panggilan sehingga ibu Ranu memiliki tuntutan batin untuk menafkahi keluarga. Orang tua Ranu kerap bertengkar. Di tahun kedua Ranu kuliah, ia mendengar ayahnya memarahi ibunya karena Ranu sempat memiliki adik yang meninggal ketika umur satu tahun. Waktu itu Ranu berumur lima tahun. Ayah Ranu yang sangat ingin mempunyai anak perempuan merasa kecewa dengan ibu Ranu karena memiliki masalah rahim yang mengakibatkan sulit mendapatkan anak lagi.

Ibu Ranu yang sering dimaki dan dimarahi ayah Ranu merasa frustrasi dan melampiaskan amarahnya ke Ranu. Ranu dianggap sebagai penyebab adiknya meninggal karena selalu dekat-dekat dan mengajak adiknya bermain. Ketika marah, Ibu Ranu memukul menggunakan gagang sapu, sapu lidi, dan gesper milik ayah Ranu. Ibunya juga mendiamkan Ranu berhari-hari sampai berminggu-minggu. Keheningan itu membuat Ranu merasa lebih baik dipukuli daripada didiamkan. Berikut data yang menunjukkan bahwa Ranu mengalami kekerasan dari orang tuanya.

(PT.01)

“Jadi, selama bertahun-tahun, aku jadi kanvas dendam. Baret-baret di tubuhku adalah karya satu orang sialan itu; ayahku. Ibuku hanya kuas yang dipakainya” (Muhammad, 2024: 282).

Data tersebut dapat dipahami bahwa Ranu menganggap ayahnya adalah pihak yang bertanggung jawab atas kekerasan yang dialaminya. Meskipun, secara langsung kekerasan fisik dilakukan oleh ibunya, Ranu memahami bahwa tindakan tersebut terjadi sebagai bentuk pelampiasan kemarahan yang diterima ibunya dari ayahnya. Ibu Ranu kemungkinan frustrasi akibat sering menerima makian dan perlakuan kasar dari Ayah Ranu. Dengan demikian, kekerasan yang dialami Ranu dapat dipahami sebagai dampak dari konflik yang terjadi antara Ayah dan Ibu Ranu yang kemudian dilampiaskan kepada Ranu.

Pengalaman kekerasan yang dialami Ranu sejak kecil juga berdampak pada caranya mengekspresikan emosi. Ranu terbiasa menahan perasaan dan tidak berani menyuarakan apa yang ia rasakan karena setiap berusaha untuk membela diri justru berakhir dengan hukuman. Situasi tersebut membuat Ranu terbiasa memendam emosi dan memilih diam sebagai cara melindungi diri. Kebiasaan menekan perasaan ini kemudian terbawa hingga Ranu dewasa, sehingga Ranu sering kesulitan mengungkapkan

apa yang sebenarnya ia rasakan ketika menghadapi konflik atau tekanan emosional. Hal tersebut dapat diketahui dari data berikut.

(PT.02)

“Akhirnya, aku mengerti kenapa tubuhku selalu membeku setiap kali aku harus melawan, karena dahulu malah dihukum setiap kali aku bersuara untuk diriku sendiri” (Muhammad, 2024: 280).

Data tersebut dapat dipahami bahwa reaksi tubuh Ranu yang sering membeku ketika menghadapi konflik merupakan dampak dari pengalaman masa lalu yang membuatnya terbiasa menekan emosi. Setiap upaya untuk menyuarakan perasaan pada masa kecil justru direspons dengan hukuman sehingga Ranu secara tidak sadar membentuk mekanisme perlindungan diri dengan cara menahan emosi dan menghindari perlawanan. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa pengalaman kekerasan yang dialami Ranu pada masa kecil memengaruhi respons emosional dan tubuh Ranu hingga dewasa.

1.2 Lingkungan Pertemanan yang Tidak Sehat

Pengalaman traumatis yang dialami Ranu juga dipengaruhi oleh lingkungan pertemanan di komunitas lari yang ia ikuti. Ranu memiliki teman-teman yang sering membicarakan kehidupan pribadi orang lain. Percakapan tersebut sering kali berupa gosip dan prasangka yang membuat Ranu merasa tidak nyaman. Ketika teman-temannya membicarakan Sabrina, Ranu sebenarnya merasa tidak setuju dengan apa yang mereka katakan. Berikut data yang menunjukkan situasi tersebut.

(PT.03)

Namun, setiap kali ia terlalu sering bertemu mereka, rasa mual itu muncul kembali. Terlebih saat mereka menggossipkan Sabrina untuk kesekian kalinya...Tubuh Ranu spontan merasa tersudutkan, kesemutan menjalar di punggungnya. Rasa malu tiba-tiba mencekiknya. Ia mulai habis kesabaran (Muhammad, 2024: 30).

Data tersebut dapat dipahami bahwa percakapan teman-teman Ranu mengenai Sabrina membuat Ranu merasa tersudut. Meskipun merasa tidak nyaman, Ranu tidak mampu mengungkapkan perasaannya kepada teman-temannya. Kondisi tersebut dapat dipahami bahwa Ranu kesulitan mengekspresikan perasaannya ketika berada dalam situasi yang menekan. Reaksi tersebut berkaitan dengan pengalaman masa kecil Ranu. Sejak kecil sampai remaja, Ranu terbiasa dihukum ketika mencoba menyuarakan perasaannya sehingga ia terbiasa memilih diam. Kebiasaan tersebut terbawa hingga dewasa sehingga ketika menghadapi situasi yang membuatnya tidak nyaman, Ranu lebih memilih memendam perasaannya daripada mengungkapkannya agar ia diterima di lingkungannya. Dengan demikian, lingkungan pertemanan yang tidak mendukung menjadi salah satu faktor yang

kembali memicu munculnya pengalaman traumatis yang dialami Ranu.

1.3 Kematian Sabrina

Peristiwa lain yang memicu pengalaman traumatis Ranu adalah kematian Sabrina. Sabrina merupakan seorang teman di komunitas lari yang memiliki kedekatan emosional dengan Ranu. Kehilangan Sabrina membuat Ranu mengalami kesedihan yang mendalam dan memunculkan perasaan bersalah karena ia sempat menjauhi Sabrina setelah teman-temannya menggosipkan hubungan mereka. Teman-teman Ranu dan Sabrina mengatakan bahwa Sabrina adalah pacar Ranu dan menyebarkan anggapan bahwa Sabrina menyukai Ranu. Gosip tersebut membuat Ranu merasa tidak nyaman sehingga ia memilih menjaga jarak dengan Sabrina. Keputusan tersebut menimbulkan penyesalan yang mendalam karena Sabrina meninggal dan Ranu tidak sempat memperbaiki hubungannya dengan Sabrina. Berikut data yang menunjukkan reaksi Ranu ketika mengetahui kabar bahwa Sabrina meninggal.

(PT.04)

“Sampai tiba malam itu, ketika seseorang di grup *chat* memanggil namanya dan mengumumkan kematian Sabrina. Waktu dan tubuhnya membeku. Kamarnya seolah-olah berputar dan siap melahapnya. Disusul kebingungan dan kekosongan yang panjang nan mencekam” (Muhammad, 2024: 35).

Data tersebut dapat dipahami bahwa kabar kematian Sabrina memberikan dampak emosional yang besar bagi Ranu. Selain merasakan kesedihan, pikiran Ranu juga dipenuhi oleh kenangan bersama Sabrina. Ranu membuka kembali percakapan dua tahun ke belakang dengan Sabrina dan membaca pesan-pesan yang mereka kirimkan satu sama lain. Ranu merasakan penyesalan atas jarak yang ia ciptakan pada Sabrina.

1.4 Pengalaman Menangani Klien

Selain peristiwa dalam kehidupan pribadinya, pengalaman Ranu dalam menangani klien juga memicu traumanya. Beberapa kasus yang ditangani Ranu justru memunculkan kembali ingatan dan luka emosional yang pernah ia alami sebelumnya. Salah satu klien Ranu adalah seorang ibu rumah tangga yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga dan diselingkuhi berkali-kali oleh suaminya. Hal tersebut membuat klien mengalami keputusan sehingga muncul keinginan untuk mengakhiri hidup bersama kedua anaknya untuk membalas dendam kepada suaminya. Kondisi klien tersebut mengingatkan Ranu pada seseorang dalam kehidupannya. Hal tersebut dapat diketahui dari data berikut.

(PT.05)

Klien terakhir adalah seorang ibu rumah tangga yang mengalami tekanan emosional dan fisik

selama lima tahun terakhir ... Ia dihantui bisikan untuk mengakhiri hidupnya bersama dua anaknya ... Ibu itu mengingatkan Ranu pada seseorang. Begitu perempuan itu menghilang di balik pintu, Ranu meneguk tiga gelas air putih tanpa jeda, lalu keluar ke parkir tanpa menghiraukan siapapun. Ia mengemudikan sedan 2013-an menuju rumah kontrakannya, dengan benak yang melayang-layang ke banyak waktu. Semua pikiran berloncatan itu bermuara pada satu percobaan yang bersarang di kepalanya belakangan ini (Muhammad, 2024: 8).

Data tersebut dapat dipahami bahwa pengalaman klien yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga memicu kembali ingatan tokoh terhadap seseorang dalam kehidupannya. Hal tersebut terlihat dari respons yang muncul setelah sesi konseling berakhir. Tokoh mengalami kegelisahan setelah mendengar cerita klien yang memiliki kemiripan dengan pengalaman hidupnya. Ingatan tersebut hadir secara tidak teratur dan berloncatan kemudian bermuara pada satu percobaan yang bersarang di kepalanya, yaitu keinginan untuk mengakhiri hidup. Kondisi ini dapat dipahami bahwa pengalaman traumatis yang pernah dialami tokoh masih membekas dalam ingatan dan muncul kembali ketika ia dihadapkan pada situasi serupa. Dengan demikian, trauma tidak hanya tersimpan sebagai pengalaman masa lalu, tetapi juga terus mengganggu kehidupan tokoh ketika dihadapkan pada peristiwa yang mengingatkannya pada pengalaman traumatis tersebut.

2. Representasi Trauma

2.1 Pengalaman yang Belum Disadari (*Unclaimed Experience*)

Unclaimed Experience merujuk pada pengalaman traumatis yang tidak sepenuhnya disadari atau dipahami individu pada saat peristiwa terjadi. Trauma tidak langsung hadir sebagai ingatan yang utuh, tetapi muncul dalam respons yang tidak disadari. Kondisi ini dapat terlihat melalui kesulitan mengekspresikan perasaan, kebingungan dalam menghadapi emosi, dan kesulitan memahami diri sendiri. Dalam novel *Unfinished Goodbye*, kondisi tersebut terlihat melalui respons emosional dan fisik yang dialami tokoh Ranu dalam situasi tertentu.

Dalam situasi setelah Ranu menangani klien yang menjadi korban perselingkuhan, mengalami kekerasan dalam rumah dan memiliki keinginan mengakhiri hidup bersama anak-anaknya, memunculkan respons emosional dalam diri Ranu. Klien tersebut mengingatkan Ranu pada sosok dalam hidupnya, sehingga memicu reaksi yang tidak hanya berkaitan dengan peristiwa yang sedang ia hadapi, tetapi juga berkaitan dengan pengalaman yang pernah ia alami. Setelah pertemuan tersebut, Ranu mengalami ledakan emosi yang tidak dapat dikendalikan hingga mendorongnya pada keinginan untuk menyakiti dirinya

sendiri. Pada situasi ini, Ranu tidak sepenuhnya memahami apa yang sedang terjadi dalam dirinya karena respons yang muncul di luar kendalinya. Hal ini dapat dilihat pada data berikut.

(UE.01)

Di atas sofa, dengan tali yang menggantung di lehernya, badai emosi berdentuman di dadanya beserta kilatan acak yang mencakar kepalanya. Kuku tangannya yang belum ia potong, hampir melukai telapak tangannya karena kepalannya sangat kencang. Tak pernah ia mengalami perasaan ingin menyakiti orang seperti ini (Muhammad, 2024: 10)

Data tersebut dapat dipahami bahwa Ranu mengalami respons emosional dan fisik setelah menghadapi klien yang mengingatkannya pada sosok dalam hidupnya. Badai emosi yang berdentuman di dadanya menunjukkan bahwa perasaan yang muncul tidak stabil dan datang secara kuat. Selain itu, kemunculan kilatan acak di kepalanya menunjukkan bahwa pengalaman yang muncul tidak hadir secara utuh, tetapi terpecah-pecah dan tidak teratur. Kondisi ini diperkuat dengan reaksi tubuh, tangan yang mengepal sangat kencang hingga hampir melukai diri menunjukkan bahwa respons yang dialami Ranu tidak hanya bersifat emosional, tetapi juga memengaruhi tubuhnya secara langsung. Pernyataan bahwa Ranu tidak pernah mengalami perasaan seperti itu menunjukkan bahwa Ranu sendiri tidak memahami apa yang sedang terjadi dalam dirinya.

Selain itu, Ranu juga menunjukkan ketidakmampuan dalam mengungkapkan pengalaman masa lalunya kepada orang lain. Meskipun, Ranu merasa aman apabila ia bercerita pada orang tersebut, Ranu tetap memilih untuk menutup dirinya. Hal tersebut dapat dipahami bahwa terdapat hambatan dari dalam diri Ranu yang membuatnya sulit untuk terbuka. Kondisi ini dapat dilihat pada data berikut.

(UE.02)

“Ranu tidak pernah ingin membuka masa lalunya pada Sabrina, meski Ranu bisa menjamin telinga Sabrina adalah tempat teraman di muka Bumi untuk rahasia paling gelap” (Muhammad, 2024: 24).

Data tersebut dapat dipahami bahwa tokoh tidak mampu mengungkapkan masa lalunya meskipun telah memercayai Sabrina. Kondisi tersebut dapat dipahami sebagai bentuk kesulitan dalam mengekspresikan pengalaman dan perasaan yang selama ini dipendam. Sikap tertutup ini berkaitan dengan pengalaman masa lalu yang memengaruhi cara berinteraksi dan mengekspresikan emosi kepada orang lain. Hal tersebut dapat dipahami sebagai pengaruh pengalaman traumatis yang tidak hanya tersimpan dalam ingatan, tetapi juga memengaruhi hubungan sosial dalam kehidupan sehari-hari.

(UE.03)

“Tubuh Ranu spontan merasa tersudutkan, kesemutan menjalar di punggungnya. Rasa malu tiba-tiba mencekiknya. Ia mulai habis kesabaran” (Muhammad, 2024: 30).

Data tersebut dapat dipahami bahwa tubuh Ranu bereaksi secara spontan ketika teman-temannya mengatakan bahwa Ranu pacar Sabrina, padahal ia dan Sabrina tidak memiliki hubungan seperti itu. Respons tubuh Ranu yang muncul secara tiba-tiba, seperti kesemutan dan rasa malu yang mencekik, menunjukkan bahwa reaksi tersebut tidak sepenuhnya berada dalam kendalinya. Dapat diketahui bahwa dalam kondisi ini Ranu tidak memahami secara jelas mengapa ia merespons situasi tersebut dengan intens. Kondisi tersebut dapat dipahami sebagai pengalaman yang belum sepenuhnya disadari, tetapi memengaruhi cara tokoh merespons situasi sosial.

Selain itu, kesulitan dalam memahami kebutuhan emosional juga dialami tokoh. Tokoh tidak hanya kesulitan dalam mengungkapkan perasaan, tetapi juga tidak menyadari bahwa dirinya membutuhkan bantuan orang lain. Hal ini berkaitan dengan pengalaman masa lalu yang memengaruhi cara tokoh memahami dirinya sendiri. Kondisi ini dapat dilihat pada data berikut.

(UE.04)

Ia menyadari, sebagai anak yang tak pernah merasa punya orang tua, bahkan saat kondisinya butuh pertolongan, ia tidak tahu caranya sama sekali untuk meminta bantuan. Tubuhnya lupa caranya membutuhkan orang lain. Bahkan ia tidak tahu rasanya punya kerinduan pada orang tuanya sendiri (Muhammad, 2024: 45).

Data tersebut dapat dipahami bahwa Ranu yang sedang sendirian terbaring di IGD tidak mengetahui cara meminta bantuan ketika ia membutuhkannya, bahkan pada orang tuanya sendiri. Kondisi tersebut berkaitan dengan pengalaman yang membuat Ranu terbiasa menahan dan tidak mengekspresikan kebutuhannya.

Ranu juga terjebak dalam mode lumpuh ketika ia ingin menyampaikan apa yang selama ini ingin ia katakan. Banyak hal yang ingin Ranu katakan dalam situasi tertentu, terutama ketika kecewa. Namun, ia tidak mampu menyampaikan hal tersebut secara langsung. Kondisi tersebut dapat dipahami sebagai hambatan yang membuat dirinya sulit untuk mengatakan apa yang ia rasakan. Hal ini dapat dilihat pada data berikut.

(UE.05)

“Pikiran barusan terasa sangat nyata. Lagi-lagi, Ranu terjebak di satu dimensi yang ia harap nyata, keadaan yang membuatnya bisa menyampaikan apa yang ingin ia katakan selama ini. Namun, setiap kali ia punya kesempatan, ia terjebak dalam mode lumpuh” (Muhammad, 2024: 51).

Data tersebut dapat dipahami bahwa “pikiran barusan” merujuk pada isi batin yang berisi perasaan kecewa dan kelelahan terhadap respons teman-temannya. Banyak hal yang sebenarnya ingin disampaikan tokoh, seperti rasa kesal karena merasa tidak dipahami, tetapi hal tersebut hanya muncul dalam pikirannya. Ketika memiliki kesempatan untuk berbicara, justru terjebak dalam mode lumpuh sehingga tidak mampu berkata-kata. Kondisi ini dapat dipahami sebagai *unclaimed experience* karena tokoh belum sepenuhnya memahami dan menyadari pengalaman yang memengaruhi dirinya.

(UE.06)

“Sang sopir keluar dari mobilnya untuk mengambil koper di bagasi. Ranu masih kebingungan tak berdaya di kursinya seperti ada yang baru saja menculik jiwanya” (Muhammad, 2024: 67).

Data tersebut dapat dipahami bahwa kondisi kebingungan dan ketidakberdayaan dialami tokoh Ranu setelah menyadari bahwa dirinya baru saja ditipu oleh sopir taksi. Meskipun, mengetahui bahwa harga yang diberikan terlalu mahal, ia tidak berusaha membela diri atau menunjukkan perlawanan, tetapi justru tetap memberikan uang tersebut. Setelah peristiwa tersebut, ia hanya terdiam di kursi mobil dengan perasaan seolah-olah jiwanya diculik. Kondisi tersebut dapat dipahami sebagai bentuk ketidakmampuan dalam merespons situasi hingga kehilangan kendali atas diri sendiri. Ia juga tidak memahami alasan dirinya tidak melakukan perlawanan, meskipun berada dalam situasi yang merugikan. Ketidakmampuan tersebut berkaitan dengan pengalaman masa lalu yang membentuk kebiasaan untuk tidak bersuara dan membela diri. Namun, pengalaman tersebut tidak hadir sebagai sesuatu yang disadari secara langsung, tetapi memengaruhi respons secara tidak disadari.

Hal serupa juga terlihat dari respons Ranu ketika bertemu dengan Damira yang merupakan sahabat Sabrina. Dalam pertemuan tersebut, Damira mengatakan bahwa selama ini Sabrina bersyukur memiliki Ranu dalam hidupnya. Kondisi tersebut diiringi munculnya respons emosional dalam diri Ranu. Ia mengalami reaksi ketika menerima cerita tersebut. Respons yang muncul tidak diiringi dengan kemampuan untuk memahami dan mengungkapkannya secara langsung. Hal ini dapat dilihat melalui data berikut.

(UE.07)

“Tubuhnya membatu, rasa bersalah mengeroyoknya habis-habisan. Ranu menahan badai yang melahapnya sendirian di kepalanya. Ia berniat menceritakan apa yang sebetulnya terjadi, tetapi anak-anak kata bersembunyi” (Muhammad, 2024: 112).

Data tersebut dapat dipahami bahwa tubuh Ranu yang membatu menunjukkan bahwa ia tidak mampu

mengendalikan reaksi yang muncul dalam dirinya. Rasa bersalah muncul dengan kuat, tetapi tidak diiringi dengan kemampuan untuk merespons dan mengungkapkannya secara langsung. Di dalam teks, tidak ditunjukkan bahwa Ranu menyadari dan memahami perasaannya secara utuh. Kondisi ini disebut sebagai *unclaimed experience* karena pengalaman tersebut belum sepenuhnya diproses secara sadar sehingga muncul respons emosional dan fisik yang tidak terkendali.

2.2 Kesadaran yang Muncul Bertahap

Selain *unclaimed experience*, trauma yang dialami Ranu juga dapat dilihat melalui konsep *belatedness*. Dalam kondisi ini, tokoh mulai menyadari dan memahami penyebab dari pengalaman traumatis yang dialaminya. Pemahaman tersebut tidak muncul saat peristiwa terjadi, tetapi baru disadari setelahnya. Trauma tidak langsung disadari dan dipahami, tetapi dialami secara tertunda. Dalam teks, proses ini digambarkan melalui upaya Ranu mengingat kembali pengalaman yang pernah ia alami serta mengaitkannya dengan kondisi yang ia rasakan saat ini. Kesadaran tersebut muncul bertahap dan tidak selalu langsung jelas, tetapi perlahan membentuk pemahaman dalam diri Ranu. Hal ini dapat dilihat pada data berikut.

(BE.01)

“..., Ranu menyelami kembali hidupnya. Menyusuri kelokan demi kelokan yang pernah ia lewati, mencari titik lebur kapan semua ini bermula” (Muhammad, 2024: 11).

Data tersebut dapat dimaknai bahwa upaya memahami pengalaman yang memicu trauma digambarkan melalui narasi “menyusuri” dan “mencari titik lebur”, yang menandakan proses penelusuran terhadap masa lalu. Tokoh tidak hanya merasakan emosi, tetapi juga mulai mencari asal dari perasaan yang dialaminya pada masa sekarang. Selain itu, hubungan antara peristiwa masa lalu dan kondisi yang dirasakan saat ini mulai dipahami secara perlahan. Proses tersebut menunjukkan bahwa pemahaman terhadap pengalaman traumatis tidak muncul secara langsung. Kondisi ini disebut sebagai *belatedness* karena pengalaman traumatis baru disadari dan dipahami setelah peristiwa tersebut berlalu. Dengan demikian, trauma tidak hanya dirasakan, tetapi juga mulai dimaknai melalui proses penelusuran terhadap masa lalu.

Hal ini juga terlihat ketika Ranu mulai menyadari pemicu traumanya. Pada bagian ini, Ranu tidak hanya merasakan ketidaknyamanan, tetapi mulai memahami apa yang memunculkan perasaan tersebut. Kesadaran ini muncul setelah Ranu mengalami peristiwa yang membuatnya merasa tersudutkan dan tidak nyaman. Hal ini dapat dilihat pada data berikut.

(BE.02)

“Akhirnya ia sadar kalau orang-orang itu telah memicu trauma masa lalunya, karena membuat

Ranu merasa malu untuk terus berteman dekat dengan Sabrina” (Muhammad, 2024: 32-33).

Data tersebut dapat dipahami bahwa Ranu mulai menyadari pemicu dari kondisi emosional yang ia alami. Hal ini terlihat dari frasa “Akhirnya ia sadar” dapat dimaknai adanya proses sebelum pemahaman tersebut muncul. Rasa malu yang dirasakan Ranu untuk terus berteman dekat dengan Sabrina tidak muncul begitu saja, tetapi dipicu oleh situasi yang membuat Ranu merasa disudutkan dan dikaitkan dengan penilaian negatif terhadap Sabrina. Perasaan tersebut kemudian memunculkan kembali pengalaman masa lalu yang berkaitan dengan tekanan yang pernah Ranu alami. Kondisi ini dapat disebut sebagai *belatedness* karena Ranu mulai memahami bahwa teman-teman larinya menjadi pemicu munculnya trauma yang memengaruhi perasaannya.

Ranu juga mulai memahami keterkaitan antara pengalaman yang ia alami dengan luka masa kecilnya. Hal ini tampak melalui tulisan Ranu yang seolah-olah ia tujuan kepada Sabrina. Melalui tulisan tersebut, Ranu mulai mengungkapkan dan menelusuri perasaannya secara lebih sadar. Hal ini dapat dilihat pada data berikut.

(BE.03)

Jadi sepertinya, semua ini berasal dari luka masa kecil yang belum tuntas. Aku belum tahu pasti, tapi, pertemanan kemarin ternyata membangunkan luka-luka itu.

Lingkaran yang saling menghakimi dan mengkhianati itu, ternyata berdampak buruk padaku. Aku jadi sinis melihat dunia. Aku melihat turis-turis seperti monster pemakan anak kecil. Lalu saat kesialan menimpaku, aku menghakimi diriku sangat kejam, Sab.

Dari mana aku belajar menghakimi diri kalau nggak ada yang saling menghakimi di sekitarku? Mengerti, kan? (Muhammad, 2024: 89).

Data tersebut dapat dimaknai bahwa Ranu mulai memahami bahwa kondisi yang ia alami berkaitan dengan pengalaman masa lalunya yang berhubungan dengan kebiasaan saling menghakimi. Hal ini terlihat dari pernyataan yang menyinggung bahwa sikap menghakimi diri sendiri muncul dari lingkungan yang juga saling menghakimi. Selain itu, Ranu menyadari bahwa pertemanan yang ia jalani menjadi pemicu munculnya kembali pengalaman tersebut. Pernyataan “Sepertinya” dan “Aku belum tahu pasti” dapat dimaknai sebagai pemahaman yang muncul secara bertahap. Kondisi ini termasuk *belatedness* karena pemahaman terhadap pengalaman traumatis baru muncul setelah pengalaman tersebut kembali diingat dan diproses.

Proses pemahaman tersebut juga terlihat ketika Ranu mulai berusaha mengaitkan berbagai pengalaman yang ia alami dalam waktu yang berbeda. Upaya Ranu tidak hanya mengingat, tetapi juga mencari hubungan antara

pengalaman saat ini dengan pengalaman di masa lalu. Upaya tersebut dapat diartikan bahwa Ranu mulai memaknai pengalaman yang ia alami secara lebih sadar. Hal ini dapat dilihat pada data berikut.

(BE.04)

“Ranu tak ingin berlarut-larut di ingatan itu, tetapi ia harus mencari hubungan antara kejadian yang terjadi di sini, sikap teman temannya selama dua tahun terakhir, dan pola asuh masa kecilnya” (Muhammad, 2024: 90).

Data tersebut dapat dimaknai bahwa proses pemahaman Ranu digambarkan melalui upaya “mencari hubungan” antara berbagai pengalaman yang ia alami. Ranu tidak hanya mengingat peristiwa yang terjadi, tetapi mulai mengaitkan pengalaman saat ini dengan pengalaman di masa lalunya. Hal ini dapat dipahami bahwa Ranu sedang berusaha memahami keterkaitan antara pengalaman-pengalaman tersebut secara lebih menyeluruh. Melalui proses tersebut, data dalam teks memperlihatkan kondisi *belatedness* karena pengalaman traumatis baru dimaknai setelah kembali hadir dalam ingatan dan dihubungkan dengan peristiwa lain.

Dalam percakapannya dengan Janelle, Ranu mengungkapkan alasan di balik sikap pasif yang selama ini ia tunjukkan dalam menghadapi perlakuan yang merugikan, terutama ketika Ranu memilih untuk tidak melawan dan lebih menerima keadaan. Ranu tidak hanya menyadari perilakunya di masa kini, tetapi juga mengaitkannya dengan ketakutan yang berasal dari dalam dirinya sendiri, yang berkaitan dengan pengalaman masa lalu. Hal ini dapat dilihat pada data berikut.

(BE.05)

Ada hal yang membuat Ranu tidak pernah membalas apa pun yang merugikan. Bukan karena ia takut pada orang lain, melainkan takut pada dirinya sendiri karena ingatan masa lalunya. Jadi, ia merasa lebih tenang ketika dirinya menerima ketimbang melawan. Namun, Ranu setuju kalau perangai pasifnya itu telah membuat teman-temannya di Indonesia berlaku seenaknya. “Aku tidak tahu seseorang bisa takut pada dirinya sendiri.”

“Bisa, saat kau pernah gagal mengendalikan diri dan berakhir menjadi monster.” Ingatan Ranu pergi ke masa kecilnya (Muhammad, 2024: 135).

Data tersebut dapat dimaknai bahwa Ranu mulai menyadari bahwa sikap pasif yang ia tunjukkan selama ini bukan sekadar pilihan, melainkan berkaitan dengan pengalaman masa lalunya. Ranu menyadari ketakutannya bukan ditujukan kepada orang lain, melainkan kepada dirinya sendiri karena pengalaman ketika ia gagal mengendalikan diri. Hal ini membuat Ranu memilih untuk tidak melawan dan lebih memilih menerima perlakuan yang merugikan. Kesadaran ini semakin jelas ketika Ranu mengaitkan ketakutan tersebut dengan ingatan masa

kecilnya. Kalimat “Ingatan Ranu pergi ke masa kecilnya” dapat dimaknai bahwa dalam proses tersebut, pengalaman masa lalu muncul kembali dan membantu Ranu memahami kondisi yang ia alami saat ini. Dengan demikian, Ranu tidak hanya merasakan dampak trauma, tetapi juga mulai menelusuri asal-usulnya.

(BE.06)

Saat ini emosi yang terekam di tubuhnya itu menyala dan membuka pintu-pintu trauma lainnya. Seakan-akan, tubuhnya melakukan perjalanan lintas waktu menuju dimensi yang saling terhubung.

Di sekitar arus emosi yang berombak itu, Ranu masih bisa melihat celah tentang dirinya yang terdampak tragedi. Bagaimana ia menjadi orang yang tertutup, kenapa ia menyukai buku-buku, cara melihat dunia yang ternyata hitam putih seperti anak kecil. Dari celah itu, ia bisa menengok masa lalu yang menikamnya malu-malu (Muhammad, 2024: 151).

Data tersebut dapat dimaknai bahwa proses pemahaman Ranu terhadap trauma yang dialaminya digambarkan melalui kemunculan kembali emosi yang menyala dan membuka ingatan lain yang saling terhubung. Ranu mulai melihat dampak peristiwa yang ia alami terhadap dirinya, seperti kecenderungan menjadi tertutup dan cara memandang dunia. Selain itu, pernyataan “Baru ia sadari” dapat dipahami bahwa pemahaman tersebut tidak hadir sejak awal, tetapi muncul setelah pengalaman tersebut kembali dirasakan.

(BE.07)

Damira setia menopang tubuh yang luruh seperti ibu yang menyambut anaknya yang baru lahir. Ranu tidak bisa berhenti menangis, tubuhnya melingkar seperti siput. Ia lupa kapan air mata terakhir tumpah. Ingatan tentang ibu dan ayahnya beratraksi dalam kepalanya berbentuk kilatan. Ingatan itu yang selama ini mengkristalkan air matanya selama ini (Muhammad, 2024: 168).

Data tersebut dapat dimaknai bahwa ingatan masa lalu Ranu muncul kembali dalam bentuk kilatan-kilatan yang tidak utuh. Ingatan tersebut berkaitan dengan pengalaman bersama orang tuanya yang kembali hadir di pikirannya. Kemunculan ingatan tersebut terjadi ketika Ranu bertemu dengan Damira, sahabat Sabrina yang berada di Kazakhstan. Ranu menangis ketika Damira mengatakan kepadanya untuk berhenti merasa bertanggung jawab atas segala sesuatu. Ranu yang merasa bersalah atas kematian Sabrina, menangis sehancur-hancurnya. Dalam kondisi tersebut, Ranu menyadari bahwa selama ini ia tidak pernah benar-benar merasa dipahami dan tidak memiliki sosok yang bisa diandalkan. Ranu juga mulai merasakan rasanya diperhatikan dengan cara yang tepat, sesuatu yang belum pernah ia alami sebelumnya. Kemunculan ingatan tentang orang tuanya dalam bentuk kilatan tersebut memperlihatkan bahwa pengalaman masa lalu yang

selama ini tersimpan mulai kembali hadir dan berkaitan dengan perasaan yang ia alami saat itu. Ingatan tersebut seolah menjadi sumber emosi yang selama ini tertahan, hingga akhirnya mengkristalkan air mata Ranu.

Proses pemahaman lainnya terlihat ketika Ranu mulai menelusuri harapan-harapannya terhadap orang lain melalui tulisan yang ia buat. Dalam bagian ini, Ranu mengurai perasaannya dan menemukan bahwa harapan-harapannya berkaitan dengan rasa kesepian yang ia alami. Dari proses tersebut, Ranu sampai pada kesadaran yang muncul secara tiba-tiba tentang pola dalam dirinya.

(BE.08)

Tiba-tiba matanya terbelalak, sesuatu menabrak kepalanya. *Aku menempatkan kebahagiaanku pada orang lain!* Serunya dalam hati. Ya! Dari sanalah harapan dan standar itu muncul. Ia memaksa orang di sekitarnya persis seperti apa yang ia butuhkan, untuk memberinya kasih yang tak pernah ia dapat (Muhammad, 2024: 248).

Data tersebut dapat dimaknai bahwa pemahaman Ranu digambarkan melalui reaksi spontan “Matanya terbelalak” dan “Sesuatu menabrak kepalanya”, yang menandakan kesadaran secara tiba-tiba. Kejadian tersebut muncul setelah Ranu menuliskan harapan terhadap teman-temannya yang sebelumnya ia anggap sebagai sesuatu yang wajar, misalnya teman tidak saling menghakimi, tidak membicarakan, dan harus saling menjaga. Melalui kesadaran ini, Ranu mulai memahami bahwa ia menempatkan kebahagiaannya pada orang lain sebagai bentuk pemenuhan atas kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi.

Ranu juga mulai menyadari keterkaitan antara respons tubuhnya dalam menghadapi sesuatu dengan pengalaman yang pernah ia alami di masa lalu. Ingatan Ranu yang ketika kecil dipukuli ketika bicara dengan ibunya, yang membuat Ranu akhirnya menyadari sumber traumanya ketika dewasa. Hal ini dapat dilihat pada data berikut.

(BE.09)

“Akhirnya, aku mengerti kenapa tubuhku selalu membeku setiap kali aku harus melawan, karena dahulu malah dihukum setiap kali aku bersuara untuk diriku sendiri” (Muhammad, 2024: 280).

Data tersebut dapat dimaknai bahwa pemahaman Ranu ditampilkan melalui pernyataan “Akhirnya, aku mengerti”, yang dapat dipahami bahwa kesadaran tersebut muncul setelah melalui proses tertentu. Sebelumnya, Ranu tidak sepenuhnya paham mengapa tubuhnya membeku ketika harus melawan atau menyatakan sesuatu yang ia rasakan dan bertentangan dengan orang lain. Dalam bagian ini, Ranu mulai mengaitkan respons tersebut dengan pengalaman di masa lalu, yaitu ketika ia dihukum saat berusaha membela dirinya. Hal ini dapat dipahami bahwa pemahaman terhadap pengalaman traumatis hadir secara tertunda.

2.3 Pengalaman yang Muncul Kembali (*Repetition*)

Selain *unclaimed experience* dan *belatedness*, trauma yang dialami Ranu juga terlihat melalui konsep *repetition*. Dalam kondisi ini, pengalaman traumatis muncul kembali secara berulang melalui respons emosi dan tubuh. Hal ini digambarkan ketika Ranu menghadapi situasi yang mengingatkannya pada pengalaman masa lalu sehingga memunculkan kembali reaksi dalam diri Ranu. Peristiwa ini terlihat ketika Ranu menangani klien yang mengalami pengalaman serupa, yang kemudian memicu ingatan yang pernah dialami Ranu. Hal ini dapat dilihat pada data berikut.

(RE.01)

Klien terakhir adalah seorang ibu rumah tangga yang mengalami tekanan emosional dan fisik selama lima tahun terakhir, terus mengeluh merasa tidak cukup sebagai istri karena suaminya selingkuh berkali-kali. Ia dihantui bisikan untuk mengakhiri hidupnya bersama dua anaknya untuk membalas dendam pada suaminya. Ibu itu mengingatkan Ranu pada seseorang (Muhammad, 2024: 8).

Data tersebut dapat dipahami bahwa kemunculan kembali pengalaman traumatis Ranu digambarkan melalui perubahan emosi setelah berinteraksi dengan klien yang mengingatkan Ranu pada seseorang. Hal ini terlihat dari tindakan Ranu setelah sesi konseling selesai, yaitu meneguk tiga gelas air tanpa jeda, keluar ke parkir tanpa menghiraukan siapapun, pikirannya melayang ke banyak waktu. Kondisi ini dapat dipahami bahwa pertemuan dengan klien bukanlah peristiwa biasa, melainkan memicu munculnya ingatan yang berkaitan dengan peristiwa yang pernah dialami Ranu. Sesampainya Ranu di kontrakan, muncul dorongan untuk melakukan percobaan bunuh diri. Hal ini dapat diketahui bahwa trauma tidak hadir sebagai ingatan yang tenang, tetapi muncul secara tidak terkendali dan memengaruhi kondisi mental.

(RE.02)

“Gejala psikosomatis pada tubuhnya membesar. Ia kerap merasa sulit bernapas, mulai muncul gangguan pencernaan dan lambung, disorientasi, sampai dada yang terasa sangat panas. Sering kali juga ia tak bisa terbangun dari tempat tidurnya karena diserbu mimpi buruk” (Muhammad, 2024: 43).

Data tersebut dapat dipahami bahwa kemunculan kembali pengalaman traumatis dalam diri Ranu tidak hanya muncul dalam bentuk emosi, tetapi juga melalui gejala pada tubuh dan mimpi. Ranu mengalami kondisi sulit bernapas, gangguan pencernaan, disorientasi, hingga dada yang terasa panas. Selain itu, kemunculan mimpi buruk yang berulang memperlihatkan bahwa pengalaman yang dialami Ranu terus hadir. Kondisi ini termasuk *repetition* karena pengalaman traumatis muncul melalui respons tubuh dan mimpi yang dialami tokoh.

(RE.03)

“Seorang diri di kasur IGD dengan jarum yang menembus pergelangan tangan, Ranu merenungi nasibnya penuh keputusasaan. Jiwanya hancur lebur mengingat masa lalu yang kembali hadir, bersahutan dengan ingatan tentang Sabrina, teman-temannya, dan klien yang meninggal” (Muhammad, 2024: 44).

Data tersebut dapat dipahami bahwa kemunculan kembali pengalaman traumatis dalam diri Ranu hadir melalui ingatan yang muncul secara bersamaan dan tidak terkontrol. Hal ini terlihat dari kondisi Ranu yang “mengingat masa lalu kembali hadir” dan diikuti ingatan tentang Sabrina, teman-temannya, dan klien yang meninggal. Melalui situasi ini, dapat diketahui bahwa pengalaman yang pernah dialami Ranu terus kembali dan menguasai pikirannya, meskipun peristiwa tersebut telah berlalu. Kondisi ini dapat dipahami bahwa Ranu terjebak dalam pengulangan pengalaman melalui ingatan yang muncul terus-menerus. Dengan demikian, data ini termasuk *repetition* karena pengalaman traumatis muncul kembali dan hadir secara berulang dalam bentuk ingatan dan memengaruhi kondisi emosional tokoh.

(RE.04)

.... Aku bisa merasakan tubuhku menyusut jadi anak kecil, diikuti kesunyian panjang sampai akhirnya anak kecil itu mulai bicara.

“Kenapa ... Ibu mukulin aku? Suara anak kecil dari mulutku merobek hening.

Air mataku jatuh. Ini di luar rencana dan kendaliku. Rasanya seperti terpisah dari tubuhku, dan menyaksikan aku masa kecil sedang bicara pada Ibu. Lalu, ingatan akan lidi-lidi tipis yang mengiris punggungku, gagang sapu yang menempa bahu, sorotan mata Ibu yang bukan milik Ibu.

“Kenapa Ibu teriakin aku?”

Pandanganku gelap, tertutup kenangan buruk. Teriakan-teriakan yang menggetarkan tubuh kecilku dahulu, menggema di telingaku. Suara yang membuat tidur-tidurku tak pernah lelap. Ingatan-ingatan melawan Ibu saat beranjak remaja, yang selalu mendapat teriakan yang lebih kencang, atau kesunyian yang menikam selama berhari-hari (Muhammad, 2024: 279).

Data tersebut dapat dipahami bahwa pengalaman masa lalu muncul kembali ketika tokoh Ranu berbicara dengan ibunya, setelah delapan tahun meninggalkan rumah. Hal ini terlihat dari pernyataan bahwa tubuhnya “menyusut jadi anak kecil”, yang dapat dimaknai seolah-olah dirinya kembali ke masa lalu. Selain itu, dirinya juga merasa seperti terpisah dari tubuhnya dan seolah menyaksikan ia kecil berbicara dengan ibunya, kejadian ini terjadi di luar kendalinya. Ingatan tentang kekerasan yang dialaminya muncul secara jelas melalui gambaran fisik dan suara yang kembali terdengar, sehingga trauma tersebut tidak hanya diingat, tetapi dialami kembali secara nyata. Kondisi

tersebut dapat dipahami sebagai kemunculan kembali pengalaman traumatis dalam bentuk pengalaman yang seolah-olah terjadi ulang. Dengan demikian, data ini termasuk *repetition* karena pengalaman traumatis muncul kembali dan memengaruhi kesadaran serta respons emosional tokoh.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa trauma yang dialami tokoh Ranu dalam novel *Unfinished Goodbye* karya Syahid Muhammad disebabkan dan dipicu oleh kekerasan dan penekanan emosi masa kecil, pertemanan yang tidak sehat, rasa kehilangan, dan pengalaman menangani klien yang memiliki pengalaman serupa. Trauma direpresentasikan melalui tiga konsep menurut Caruth, yaitu *unclaimed experience*, *belatedness*, dan *repetition*. Ketiga konsep tersebut menunjukkan bahwa trauma tidak hanya hadir sebagai pengalaman masa lalu, tetapi terus memengaruhi kondisi emosional, pikiran, dan tubuh tokoh dalam kehidupan sehari-hari.

Pada konsep *unclaimed experience*, trauma digambarkan sebagai pengalaman yang tidak sepenuhnya disadari pada saat peristiwa terjadi. Hal ini terlihat melalui respons emosional dan fisik yang muncul secara spontan, seperti kebingungan, ketidakmampuan mengekspresikan perasaan, dan reaksi tubuh yang tidak terkendali. Berdasarkan kondisi tersebut, dapat diketahui bahwa trauma memengaruhi kehidupan tokoh, meskipun belum dipahami secara utuh oleh kesadaran.

Pada konsep *belatedness*, dapat diketahui bahwa pemahaman tokoh terhadap trauma muncul secara tertunda. Ranu mulai menyadari penyebab dan pemicu dari kondisi yang ia alami setelah melalui proses mengingat, menelusuri, dan mengaitkan pengalaman masa lalu dengan keadaan di masa kini. Kesadaran tersebut tidak muncul secara langsung, tetapi berkembang secara bertahap melalui perenungan terhadap pengalaman hidupnya.

Pada konsep *repetition*, dapat diketahui bahwa pengalaman traumatis Ranu muncul kembali secara berulang melalui ruminasi, gejala psikosomatis, mimpi buruk, dan perilaku destruktif. Selain itu, pengalaman masa lalu juga kembali hadir ketika Ranu menghadapi situasi yang menyerupai peristiwa yang pernah ia alami sebelumnya. Hal ini dapat dipahami bahwa trauma tidak hilang, tetapi terus berulang dan memengaruhi kondisi ataupun respons tokoh.

Dengan demikian, melalui penelitian ini dapat dipahami bahwa karya sastra tidak hanya menggambarkan trauma sebagai peristiwa masa lalu, tetapi juga memperlihatkan cara kerja trauma sebagaimana dikemukakan oleh Caruth, yaitu melalui pengalaman yang

tidak disadari, pemahaman tertunda, dan kemunculan kembali secara berulang. Trauma dalam diri tokoh Ranu memengaruhi cara tokoh memahami diri, orang lain dan lingkungan sekitarnya.

SARAN

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji karya sastra dengan objek yang berbeda atau memperluas data penelitian agar dapat menghasilkan temuan yang lebih beragam. Selain itu, penelitian juga dapat dilakukan dengan sudut pandang atau pendekatan lain dalam menganalisis karya sastra, sehingga dapat menghasilkan pemahaman yang lebih menyeluruh. Dengan demikian, kajian terhadap karya sastra tidak hanya fokus pada satu aspek, tetapi mampu melihat berbagai kemungkinan makna yang terkandung di dalamnya.

DAFTAR RUJUKAN

- Aniswatul, U. (2025). *Analisis Psikologi Sastra Novel Unfinished Goodbye Karya Syahid Muhammad serta Relevansinya terhadap Pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA* [Skripsi, IKIP PGRI Bojonegoro].
https://repository.ikipqribojonegoro.ac.id/3126/1/Aniswatul_Ulya-1-25.pdf
- Asri, Z. A. (2020). "Bernegosiasi dengan Trauma dalam Novel *Breath, Eyes, Memory* Karya Edwidge Danticat". *Batra: Bahasa dan Sastra*, Volume 6 nomor 1. Hlm. 54–62. [BERNEGOSIASI-DENGAN-TRAUMA-DALAM-NOVEL-BREATH-EYES-MEMORY-KARYA-EDWIDGE-DANTICAT-Negotiating-with-Trauma-in-Novel-Breath-Eyes-Memory-by-Edwidge-Danticat.pdf](https://doi.org/10.24054/BERNEGOSIASI-DENGAN-TRAUMA-DALAM-NOVEL-BREATH-EYES-MEMORY-KARYA-EDWIDGE-DANTICAT-Negotiating-with-Trauma-in-Novel-Breath-Eyes-Memory-by-Edwidge-Danticat.pdf)
- Azizah, A. (2019). Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh dalam Novel *Kambing dan Hujan* Karya Mahfud Ikhwan [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surabaya].
<https://repository.um-surabaya.ac.id/id/eprint/7565/3/BAB%202.pdf>
- Caruth, C. (1996). *Unclaimed Experience Trauma, Narrative, and History*. Baltimore: The Johns Hopkins University Press.
- El Gebali, M. (2025). "Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) in Zoulfa Katouh's *As Long as the Lemon Trees Grow*. *Philosophy, Ethics, and Humanities in Medicine*". Volume 20 nomor 1.
<https://doi.org/10.1186/s13010-025-00196-w>
- Endraswara, S. (2013). *Metodologi Penelitian Sastra: Epistemologi, Model, Teori, dan Aplikasi*. Yogyakarta: CAPS.
- Fajariah, W. (2024). "Memori dan Rekonsiliasi Trauma dalam Cerpen *Siapa Namamu, Sandra?*". *Jurnal Bahasa, Sastra, Seni dan Budaya*. Volume 8 nomor 3. Hlm. 292–303.
<https://id.search.yahoo.com/search?fr=mcafee&type=E210ID91215G0&p=Fajariah+memori+d+an+rekonsiliasi+trauma>
- Haenam, K., & Park, J. (2021). *Kupikir Segalanya Akan*

- Beres Saat Aku Dewasa*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Hatta, K. (2022). *Trauma dan Penanganannya pada Korban Konflik Bersenjata di Asia: Suatu Analisis Komparatif di Selatan Thailand dengan Aceh*. Indonesia. <https://123dok.com/article/pengertian-trauma-konsep-trauma-trauma-penanganannya-konflik-bersenjata.q5mq19pw>
- Herman, J. L. (1992). *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence from Domestic Abuse to Political Terror*. New York: Basic Books.
- Lathifah, N. N. (2022). "Elizabeth Gilbert's Self-Healing Efforts from Past Trauma in the Novel *Eat Pray Love*". *Lakon : Jurnal Kajian Sastra dan Budaya*. Volume 11 nomor 2. Hlm. 131–141. <https://doi.org/10.20473/lakon.v11i2.36870>
- Muhammad, S. (2024). *Unfinished Goodbye*. Gradien Mediatama.
- Nurgiyantoro, B. (2012). *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Ratna, N. K. (2009). *Teori, Metode, dan Teknik Penelitian Sastra*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Wideanto. (2023). *The Trauma of the Main Character Amir in Khalid Hosseini's The Kite Runner*.
- Yuniardi, F. (2022). "Jejak Trauma Personal: Rasa Malu dan Bersalah sebagai Refleksi Masa Lalu dalam Cerpen Ave Maria." *Suar Betang*. Volume 17 nomor 2. Hlm. 195–209. <https://doi.org/10.26499/surbet.v17i2.374>
- Wellek, R., & Warren, A. (2014). *Teori Kesusastraan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

