



Bentuk dan Dampak Trauma Interpersonal Pada Tokoh Utama Dalam Film Tiongkok *Cry Me a Sad River* 《悲伤逆流成河》 中国电影《悲伤逆流成河》中女主角人际创伤的形式与影响

Habibah Zulfatun Ni'mah
habibahzulfatun.22019@mhs.unesa.ac.id
Universitas Negeri Surabaya

Yogi Bagus Adhimas
yogiadhimas@unesa.ac.id
Universitas Negeri Surabaya



ABSTRAK

Kata Kunci:
Trauma
Interpersonal;
Cry Me a Sad River;
Judith Herman;
Psikologi Sastra

Trauma interpersonal merupakan pengalaman traumatis akibat hubungan sosial yang menyakitkan dan dapat memengaruhi kondisi psikologis individu. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk dan dampak trauma interpersonal pada tokoh utama 易遥 (Yi Yao) dalam film *Cry Me a Sad River* 《悲伤逆流成河》. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan psikologi sastra dan teori trauma interpersonal Judith Herman. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui teknik simak dan catat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat empat bentuk trauma interpersonal yang dialami 易遥 (Yi Yao), yaitu *helplessness*, *disconnection*, *constriction*, dan *shattered trust/self-worth*. Bentuk trauma yang paling dominan adalah *shattered trust/self-worth*. Kebaruan penelitian terletak pada penggunaan trauma interpersonal sebagai fokus analisis untuk mengkaji bentuk trauma dan dampaknya pada kondisi psikologis tokoh, seperti rasa putus asa, rendah diri, kesulitan mempercayai orang lain, menarik diri dari lingkungan sosial, serta kehilangan harapan terhadap kehidupannya.



摘要

关键词:
人际创伤、
悲伤逆流成河、
朱迪思·赫尔曼、
文学心理学

在本研究中人际创伤是指由令人痛苦的社交关系所引发的创伤性经历，这类经历会对个体的心理状态造成影响。本研究旨在梳理并分析电影《悲伤逆流成河》中，主人公易遥所经历的人际创伤的具体表现形式及其造成的影响。研究采用质性描述性研究方法，以文学心理学为分析视角，并结合朱迪思·赫尔曼的人际创伤理论展开探讨；数据收集则运用了文本研读与内容记录的方式。研究结果显示，易遥所经历的人际创伤主要呈现为四种形态，分别为无助感、情感联结断裂、心



理状态压抑，以及信任崩塌与自我价值感丧失；其中，“信任崩塌与自我价值感丧失”是表现最为突出的创伤形态。本研究的创新性在于以人际创伤作为分析重点，探讨人物所经历的创伤形式及其对心理状态所产生的影响，例如绝望感、自卑感、难以信任他人、与社会环境疏离，以及对生活失去希望。

PENDAHULUAN

Salah satu fenomena psikologis yang dapat dianalisis dalam karya sastra dan film adalah trauma. Trauma merupakan pengalaman emosional yang muncul akibat peristiwa yang mengancam rasa aman, dan stabilitas psikologis individu. Trauma tidak selalu muncul dari peristiwa besar, tetapi dapat juga berasal dari pengalaman relasional yang berlangsung secara berulang dan menyakitkan. Trauma memiliki dimensi relasional yang kuat, terutama ketika terjadi dalam hubungan antarmanusia khususnya kekerasan seperti penindasan, pengucilan, maupun perundungan (Judith Herman, 1997:9). Kondisi seperti itu dapat menimbulkan perasaan tidak berdaya, ketakutan, isolasi sosial, dan juga kesulitan dalam membangun hubungan yang baik dalam relasinya.

Berdasarkan pengertian tersebut trauma interpersonal merupakan bentuk trauma yang terjadi dalam relasi antarmanusia yang melibatkan ketimpangan kekuasaan, kekerasan simbolik, pengucilan sosial, atau perlakuan yang merusak rasa aman individu. Berdasarkan pemikiran Judith Herman (1997). Penelitian ini mengidentifikasi empat bentuk yang digunakan sebagai fokus analisis seperti ketidakberdayaan (*helplessness*), keterputusan emosional (*disconnection*), penarikan diri secara emosional (*Constriction*), serta hancurnya rasa percaya dan harga diri (*shattered trust and self-worth*). Keempat bentuk tersebut dipilih karena paling dominan ditampilkan melalui dialog yang menggambarkan kondisi psikologis tokoh utama dalam film. Trauma dalam interpersonal berkaitan dengan gangguan fungsi sosial dan emosional individu (Hughesdon dkk., 2021). Dengan demikian, trauma interpersonal tidak hanya muncul sebagai peristiwa menyakitkan, tetapi sebagai kondisi psikologis yang memengaruhi relasi individu dengan lingkungannya yang dapat dilihat dari komunikasinya.

Trauma interpersonal yang muncul dari relasi yang menyakitkan sering terjadi melalui pengalaman perundungan yang terjadi secara berulang. Dalam konteks budaya Tiongkok, tekanan sosial untuk menyesuaikan diri dengan kelompok serta adanya stigma terhadap individu yang dianggap berbeda dapat memperburuk kondisi tersebut dan membuat korban semakin terisolasi. Sejalan dengan itu Yang dkk. (2026) menyatakan bahwa pengalaman negatif yang berlangsung lama dapat membentuk keyakinan bahwa orang lain tidak dapat dipercaya serta membuat individu enggan mencari pertolongan.

Fenomena tersebut juga tergambar pada film Tiongkok *Cry Me a Sad River* 《悲伤逆流成河》 yang menghadirkan bentuk dan dampak trauma interpersonal remaja dalam relasi sosial, tekanan dan kekerasan simbolik. Tokoh 易遥 (Yi Yao), adalah seorang remaja yang mengalami



pengucilan, stigma, serta perundungan yang berlangsung secara berulang dalam lingkungan rumah dan sekolahnya. Melalui dialog, film 《悲伤逆流成河》 membangun makna psikologis mengenai kekerasan dan tekanan sosial yang menampilkan dampak psikologis suatu peristiwa terhadap karakter. Oleh karena itu, *Cry Me a Sad River* dipilih karena menggambarkan trauma interpersonal dengan sangat kuat melalui dialog yang menggambarkan kerusakan relasi sosial serta tekanan psikologis, sehingga layak untuk dijadikan subjek penelitian.

Penelitian mengenai trauma ataupun film 《悲伤逆流成河》 telah banyak dilakukan sebelumnya (Adhimas et al., 2023). Penelitian terdahulu yang relevan dilakukan oleh Hidayat dkk. (2026) mengenai trauma remaja dalam film *Pengepungan di Bukit Duri* menunjukkan bahwa pengalaman traumatis memengaruhi pembentukan kepribadian tokoh melalui perasaan inferior, mekanisme kompensasi, dan perubahan gaya hidup, sedangkan penelitian ini berbeda karena berfokus pada trauma interpersonal dengan teori Judith Herman untuk mengidentifikasi bentuk trauma dan dampaknya terhadap kondisi psikologis tokoh. Sementara itu, penelitian Meilani (2026) mengkaji trauma dalam perspektif psikologi sastra, tetapi objek kajiannya berbeda serta tidak secara spesifik menggunakan kerangka trauma interpersonal Judith Herman. Selain itu ada penelitian Dewi (2025) yang menggunakan teori Judith Herman, tetapi berfokus pada proses pemulihan trauma. Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu tersebut, dapat diketahui bahwa kajian mengenai bentuk dan dampak trauma interpersonal pada tokoh 易遥 (Yi Yao) dalam film 《悲伤逆流成河》 dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra dan teori Judith Herman belum banyak dilakukan.

Penelitian mengenai film 《悲伤逆流成河》 ataupun trauma dalam karya sastra dan film telah banyak dilakukan sebelumnya. Namun, penelitian tersebut umumnya membahas trauma psikologis, identitas tokoh, serta proses pemulihan trauma. Sementara itu, kajian mengenai trauma interpersonal pada tokoh utama dengan menggunakan kerangka teori Judith Herman masih memiliki tempat untuk dikaji lebih lanjut, khususnya dalam masalah relasi sosial remaja. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki urgensi untuk mengisi kekosongan kajian tersebut dengan menganalisis trauma interpersonal secara lebih sistematis.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk trauma interpersonal dan menganalisis dampaknya terhadap kondisi psikologis tokoh 易遥 (Yi Yao) dalam film *Cry Me a Sad River* 《悲伤逆流成河》.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif karena data yang akan dianalisis berupa dialog dalam film yang mengandung makna psikologis trauma interpersonal. Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah, dengan peneliti berperan sebagai instrumen utama (Sugiyono, 2017: 9). Berdasarkan pendapat tersebut, metode penelitian kualitatif



sesuai digunakan dalam penelitian ini karena penelitian berfokus pada pemahaman kondisi psikologis tokoh melalui dialog dalam film, sehingga diperlukan analisis serta interpretasi yang mendalam terhadap data yang ditemukan. Sehingga diperlukan analisis dan interpretasi yang mendalam terhadap data yang telah ditemukan.

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan psikologi sastra untuk memahami aspek psikologis tokoh utama yang terlihat dari dialognya. Psikologi sastra merupakan pendekatan dalam kajian sastra yang menggabungkan ilmu psikologi untuk membaca aspek kejiwaan tokoh dalam karya. Psikologi sastra adalah salah satu jenis kajian sastra yang digunakan untuk membaca dan memaknai karya sastra, pengarang karya sastra dan pembacanya dengan menggunakan berbagai konsep dan kerangka teori yang ada dalam psikologi (Wiyatmi, 2011).

Sejalan dengan itu, Sigmund Freud. Freud (2021) menjelaskan bahwa kehidupan psikis manusia terdiri atas kesadaran dan ketaksadaran. Pembagian psikis menjadi apa yang sadar dan apa yang tak sadar merupakan premis mendasar psikoanalisis (Freud, 2021:3). Ketaksadaran menjadi tempat tersimpannya pengalaman, dorongan, dan juga ingatan yang tidak mampu diterima secara sadar oleh individu. Freud (2021) juga menjelaskan konsep represi, yaitu kondisi ketika gagasan atau pengalaman tertentu ditekan ke dalam ketaksadaran sebelum menjadi kesadaran penuh. Pengalaman yang direpresi tidak hilang, tetapi tetap tersimpan dan dapat mempengaruhi kondisi psikologis individu. Dalam konteks trauma, pengalaman yang menyakitkan sering direpresi karena terlalu berat untuk dihadapi secara langsung, dan dapat muncul kembali sebagai dampak psikologis maupun perilaku tertentu.

Sejalan dengan itu konsep trauma Caruth (1995) menjelaskan bahwa trauma tidak selalu hadir secara langsung, tetapi dapat muncul kembali secara berulang melalui ingatan, emosi, atau pengalaman yang tidak terkendali. Hal ini menunjukkan bahwa trauma sering berkaitan dengan pengalaman yang direpresi dan tersimpan dalam ketaksadaran. Dalam penelitian ini, konsep trauma digunakan untuk memahami bagaimana pengalaman menyakitkan yang dialami tokoh 易遥 (Yi Yao) terus memengaruhi kondisi psikologisnya dan muncul melalui dialog serta perilaku dalam film *Cry Me a Sad River* 《悲伤逆流成河》.

Judith Herman (1997) dalam *Trauma and Recovery* menjelaskan bahwa pengalaman traumatis dapat menimbulkan berbagai kondisi psikologis. Berdasarkan konsep trauma interpersonal Judith Herman, penelitian ini memfokuskan analisis hanya pada empat bentuk trauma, yaitu *helplessness*, *disconnection*, *constriction*, dan *shattered trust/self-worth*, yang dipilih karena paling relevan dengan data yang ditemukan pada film 《悲伤逆流成河》.

Helplessness adalah kondisi ketika individu merasa tidak berdaya dan kehilangan kendali terhadap masalah yang dialaminya. *Disconnection* adalah kondisi keterputusan emosional individu dengan lingkungan sosial maupun orang-orang di sekitarnya. *Constriction* merupakan bentuk trauma yang ditunjukkan melalui pembatasan emosi, penghindaran, atau usaha melindungi diri dari pengalaman yang menyakitkan. Sementara itu, *shattered trust/self-worth* adalah kondisi rusaknya rasa percaya dan harga diri individu akibat pengalaman traumatis yang dialaminya. Dampak trauma interpersonal dapat memengaruhi kondisi psikologis individu. Dalam penelitian ini, dampak trauma



interpersonal difokuskan pada kondisi psikologis yang muncul akibat pengalaman traumatis yang dialami tokoh utama 易遥 (Yi Yao) dalam film 《悲伤逆流成河》.

Objek penelitian ini adalah film 《悲伤逆流成河》 yang menjadi sumber data primer dalam penelitian. Abubakar, (2021: 57) menjelaskan, sumber data dalam penelitian adalah subjek tempat data diperoleh atau diambil. Sejalan dengan itu menurut Undari Sulung (2024:112) data primer merupakan sumber informasi utama yang dikumpulkan secara langsung oleh peneliti pada saat proses penelitian. Berdasarkan pendapat tersebut, sumber data pada penelitian ini berupa dialog tokoh utama pada film 《悲伤逆流成河》 Cry Me A Sad River yang diperoleh secara langsung sebagai data utama untuk menganalisis bentuk dan dampak trauma interpersonal. Data yang dianalisis berupa dialog-dialog tokoh, khususnya tokoh 易遥 (Yi Yao), yang menunjukkan bentuk trauma interpersonal seperti *helplessness* (ketidakberdayaan), *disconnection* (keterputusan relasi sosial), *constriction* (penyempitan respons emosional), dan *shattered self-worth* (kerusakan harga diri), serta dampaknya terhadap kondisi psikologis tokoh.

Teknik pengumpulan data pada penelitian dilakukan melalui teknik simak bebas libat cakap (SBLC) dan teknik catat. Teknik SBLC digunakan dengan menyimak film *Cry Me a Sad River* 《悲伤逆流成河》 secara teliti dan berulang tanpa keterlibatan langsung dalam tuturan, sehingga peneliti berperan sebagai pengamat terhadap dialog tokoh. Selanjutnya, teknik catat digunakan untuk mencatat data-data yang relevan dengan fokus penelitian, yaitu dialog yang menunjukkan bentuk dan dampak trauma interpersonal pada tokoh utama 易遥 (Yi Yao). Proses pengumpulan data dilakukan melalui tahap menyimak, mengidentifikasi, menerjemahkan, mencatat, dan mengkode data untuk mempermudah proses analisis.

Sejalan dengan hal tersebut, Haryoko dkk. (2020:193) menyatakan bahwa analisis data merupakan proses memahami data, menyusunnya, memilah dan mengolahnya secara sistematis sehingga menghasilkan informasi yang bermakna. Berdasarkan konsep tersebut, analisis data dapat dipahami sebagai suatu proses pengolahan data agar tersusun secara teratur dan memiliki makna. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara sistematis dan bertahap agar data yang diperoleh dapat dipahami dengan jelas. Penelitian ini menggunakan model analisis data kualitatif yang terdiri atas tiga tahap, yaitu reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini diperoleh melalui proses penyimak 《悲伤逆流成河》 secara berulang menggunakan teknik Simak Bebas Libat Cakap (SBLC) dan teknik catat. Data pada penelitian ini berupa dialog tokoh pada adegan-adegan yang menunjukkan bentuk dan juga dampak trauma interpersonal pada tokoh utama 易遥 (Yi Yao). Berdasarkan konsep Judith Herman tentang trauma interpersonal dalam *Trauma and Recovery*, data penelitian analisis menggunakan *helplessness*,



disconnection, constriction, dan shattered trust/self-worth, kemudian dari empat bentuk trauma tersebut dapat dilihat dampak trauma interpersonal terhadap kondisi psikologis tokoh utama.

1. Bentuk Trauma Interpersonal *Helplessness* dan Dampaknya Terhadap Kondisi Psikologi Tokoh Utama.

Menurut Judith Herman (1997) pengalaman traumatis yang membuat individu merasa terjebak, tertekan, dan mengalami kekerasan secara terus-menerus dapat menimbulkan *helplessness* (ketidakberdayaan) dan ketakutan yang mendalam. Trauma tersebut menyebabkan individu merasa kehilangan kendali serta tidak mampu melindungi dirinya sendiri dari situasi yang dialami. Dalam film 《悲伤逆流成河》, bentuk trauma interpersonal *helplessness* terlihat pada tokoh utama 易遥 (Yi Yao) yang sering menunjukkan rasa putus asa, ketidakberdayaan, dan hilangnya harapan terhadap situasi yang dialaminya. Tokoh kerap berada pada posisi yang lemah akibat perundungan, stigma sosial, serta kurangnya dukungan emosional dari lingkungan sekitarnya.

1) Data 24

易遥：“是不是只有我死了”

Yi Yao: “Shi bushi zhǐyǒu wǒ sǐle.”

Yi Yao: “Bukankah hanya dengan aku mati.”

(BNC/J01/M24/D03)

Pada dialog tersebut 易遥 (Yi Yao) terus menerima tuduhan sebagai penyebab kematian 顾森湘 (Gu Sēnxiāng). Bahkan 顾森系 (Gu Sēnxi) yang selama ini berada di pihaknya mulai ikut mempercayai rumor tersebut. Penggunaan kata 只有 (zhǐyǒu) yang berarti “hanya” menunjukkan bahwa 易遥 (Yi Yao) merasa kematiannya adalah satu-satunya cara untuk membuktikan bahwa dirinya tidak bersalah. Selain itu, penggunaan bentuk pertanyaan 是不是 (shi bushi) memperlihatkan keputusan dan ketidakberdayaan 易遥 (Yi Yao) terhadap keadaan yang sedang dialaminya. Hal itu menunjukkan bentuk trauma interpersonal *helplessness* karena 易遥 (Yi Yao) merasa tidak berdaya dengan tuduhan yang terus diarahkan kepadanya dan juga tidak memiliki kemampuan untuk membuat orang lain mempercayai dirinya. Trauma tersebut berdampak pada kondisi psikologis 易遥 (Yi Yao) yang dipenuhi rasa putus asa, mulai muncul pemikiran tidak ada jalan keluar dan kematian sebagai jalan satu-satunya untuk membuktikan kebenaran bahwa dirinya bukan pembunuh 顾森湘 (Gu Sēnxiāng).

2) Data 17

顾森系：“反击吧 少女!”

易遥：“没用的，除非太阳从西边出来了否则我的人生是不会好的”



Gu Sēnxi: “Fǎnji ba shao nǚ! .”

Yi Yao: “Mei yong de, chufēi taiyang cong xībian chūlaile fōuze wǒ de renshēng shi bu hui hǎo de.”

Gu Senxi: “Lawan gadis gadis itu!”

Yi Yao: “Percuma saja, kecuali matahari terbit dari barat, hidupku tidak akan pernah baik.”

(BNC/J00/M55/D34)

Pada dialog tersebut, 易遥 (Yi Yao) menggunakan ungkapan “除非太阳从西边出来了” yang berarti “kecuali matahari terbit dari barat”. Ungkapan tersebut biasa digunakan untuk menggambarkan sesuatu yang hampir tidak mungkin terjadi. Pemilihan ungkapan itu menunjukkan bahwa 易遥 (Yi Yao) benar-benar sudah kehilangan harapan dan merasa kehidupannya tidak akan pernah berubah menjadi lebih baik. Selain itu, 易遥 (Yi Yao) juga menggunakan kata 没用的 (mei yong de) yang berarti “percuma” atau “tidak ada gunanya”. Penggunaan kata tersebut menunjukkan bahwa 易遥 (Yi Yao) menganggap semua usaha, perlawanan, atau harapan yang diberikan orang lain kepadanya tidak akan mampu mengubah keadaan hidupnya. Hal itu menunjukkan bentuk trauma interpersonal *helplessness* karena 易遥 (Yi Yao) merasa tidak memiliki kekuatan ataupun cara untuk keluar dari tekanan dan pengalaman buruk yang terus dialami olehnya. Trauma tersebut berdampak pada kondisi psikologis 易遥 (Yi Yao) yang merasa tidak ada jalan bahkan mustahil keluar dari masalah yang dihadapinya.

2. Bentuk Trauma Interpersonal *Disconnection* dan Dampaknya Terhadap Kondisi Psikologi Tokoh Utama

Disconnection merupakan bentuk trauma interpersonal yang ditandai dengan keterputusan hubungan emosional individu dengan lingkungan sosial di sekitarnya. Menurut Judith Herman (1997) individu yang mengalami trauma dapat merasa ditinggalkan, sendirian, dan kehilangan rasa percaya terhadap hubungan interpersonal di sekitarnya. Kondisi tersebut menyebabkan munculnya rasa keterasingan dan keterputusan hubungan emosional (*disconnection*) dalam berbagai relasi sosial individu. Dalam film 《悲伤逆流成河》, bentuk trauma interpersonal *disconnection* terlihat pada tokoh utama 易遥 (Yi Yao) yang sering menunjukkan sikap tertutup dan menjaga jarak emosional dengan orang-orang di sekitarnya.

1) Data 1

妈妈: “你一大清早的嚷嚷什么呀, 又怎么啦?”

易遥: “我那个, 我, 我有点不舒服。”

Māmā: “Nǐ yī da qīngzǎo de rǎngrǎng shenme ya, you zěnme la?”

Yi Yao: “Wǒ nage, wǒ, wǒ yǒudiǎn bu shūfu.”

Mama: “Kenapa kamu berteriak sepagi ini, ada apa?”



Yi Yao: "itu...aku...aku tidak enak badan."

(BNC/J00/M04/D57)

Pada dialog tersebut, 易遥 (Yi Yao) menggunakan kata 那个 (nage) pada kalimat "我那个" (wǒ nage) ketika akan menjelaskan kondisi yang sedang dialaminya. Dalam percakapan lisan bahasa Mandarin, kata 那个 (nage) sering digunakan untuk jeda berpikir ketika sedang bingung, ragu, atau kesulitan mengungkapkan sesuatu secara langsung. Penggunaan kata itu menunjukkan bahwa 易遥 (Yi Yao) merasa tidak nyaman dan kesulitan untuk mengatakan penyakit yang sebenarnya sedang dialaminya. 易遥 (Yi Yao) juga mengulang kata "我" (wǒ) pada kalimat "我，我有点不舒服" (wǒ, wǒ yǒudiǎn bu shūfu). Pengulangan tersebut menunjukkan keraguan dan ketidakpercayaan diri 易遥 (Yi Yao) ketika ingin mengungkapkan kondisinya kepada mamanya. Hal tersebut memperlihatkan bahwa 易遥 (Yi Yao) tidak merasa aman untuk terbuka mengenai masalah yang sedang dialaminya. Sikap tersebut menunjukkan bentuk trauma interpersonal *disconnection* karena 易遥 (Yi Yao) mulai menutup diri dan kesulitan membangun komunikasi yang terbuka dengan orang terdekatnya sendiri. Trauma tersebut berdampak pada kondisi psikologis 易遥 (Yi Yao) yang menjadi lebih cemas, takut, dan tidak percaya diri ketika ingin mengungkapkan masalah pribadi kepada orang terdekatnya

2) Data 17

易遥：“齐铭你别管我了，你的人生好好的，非跟我搭在一起干嘛呢。”

Yi Yao: "Qi Ming nǐ bieguǎn wǒle, nǐ de renshēng hǎohǎo de, fēi gēn wǒ dā zai yīqǐ gan ma ne."

Yi Yao: "Qi Ming tinggalkan aku sendiri, kamu memiliki kehidupan yang baik, mengapa harus melibatkan diri denganku."

(BNC/J01/03/D40)

Pada dialog tersebut, 易遥 (Yi Yao) menggunakan kata 别 (bie) pada kalimat "你别管我了" (nǐ bie guǎn wǒ le) untuk menolak perhatian dan kepedulian dari 齐铭 (Qi Ming) teman sekelasnya sekaligus tetangganya. Selain itu, penggunaan kata 非 (fēi) pada kalimat "非跟我搭在一起干嘛呢" (fēi gēn wǒ dā zai yīqǐ gan ma ne) memberikan kesan "mengapa harus" terlibat dengannya. Jika menggunakan 为什么 (weishenme), kalimat tersebut hanya terdengar seperti pertanyaan biasa. Tetapi, penggunaan 非 (fēi) menunjukkan bahwa menurut 易遥 (Yi Yao), kedekatan dengan dirinya adalah sesuatu yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Hal tersebut memperlihatkan bahwa 易遥 (Yi Yao) merasa dirinya hanya akan membawa masalah bagi orang-orang yang dekat dengannya sehingga memilih



menjaga jarak dari orang lain. Hal itu menunjukkan bentuk trauma interpersonal *disconnection* karena 易遥 (Yi Yao) menjadi lebih tertutup dan berusaha menjauh dari hubungan emosional dengan orang lain. Trauma tersebut berdampak pada kondisi psikologis 易遥 (Yi Yao) yang merasa dirinya tidak layak berada dalam hubungan yang baik sehingga memilih untuk memutuskan hubungan dengan orang lain.

3. Bentuk Trauma Interpersonal *Constriction* dan Dampaknya Terhadap Kondisi Psikologi Tokoh Utama.

Judith Herman (1997) menjelaskan bahwa ketika individu berada dalam kondisi tidak berdaya dan merasa segala bentuk perlawanan tidak akan mengubah keadaan, individu dapat mengalami keadaan menyerah. Dalam kondisi tersebut, individu cenderung menghindari realitas yang menyakitkan dengan menahan emosi, membatasi respons emosional, serta menarik diri sebagai bentuk perlindungan diri dari tekanan psikologis. Dalam film 《悲伤逆流成河》, bentuk trauma interpersonal *constriction* terlihat pada tokoh utama 易遥 (Yi Yao) yang sering menyembunyikan perasaan, menghindari penjelasan mengenai kondisi dirinya, serta menahan emosi yang sebenarnya dirasakan.

1) Data 3

齐铭: “到底哪里不舒服?”

易遥: “好大的花芽。”

Qi Ming: “Daodǐ nǎlǐ bu shūfu.”

Yi Yao: “Hao da de huāyǎ”

Qi Ming: “Sebenarnya bagian mana yang tidak nyaman?”

Yi Yao: “Bunganya besar yang bagus.”

(BNC/J00/M19/D28)

Pada dialog tersebut, 易遥 (Yi Yao) tidak menjawab pertanyaan 齐铭 (Qi Ming) mengenai kondisinya dan langsung mengatakan “好大的花芽” (hǎo da de huā yǎ). Dalam percakapan bahasa Mandarin, pengalihan topik biasanya diawali dengan ungkapan seperti 对了 (duìle) sebagai bentuk basa-basi sebelum mengganti pembicaraan. Namun, 易遥 (Yi Yao) tidak menggunakan ungkapan tersebut dan langsung membahas bunga secara tiba-tiba. Hal itu menunjukkan bahwa 易遥 (Yi Yao) benar-benar ingin menghentikan pembicaraan mengenai kondisi dirinya dan tidak memberikan ruang atau kesempatan bagi 齐铭 (Qi Ming) untuk menanyakan lagi penyakit yang sedang dialaminya. Sikap tersebut menunjukkan bentuk trauma interpersonal *constriction* karena 易遥 (Yi Yao) berusaha menekan perasaan dan menghindari pembicaraan mengenai masalah pribadinya sebagai bentuk perlindungan dirinya. Trauma tersebut berdampak pada kondisi psikologis 易遥 (Yi Yao) yang menjadi lebih tertutup, menghindar, dan sulit mengekspresikan kondisi emosionalnya kepada orang lain.



2) Data 8

唐小米：“他们都说你跟齐铭只是邻居关系，可我总觉得...”

易遥：“别觉得了，就是邻居关系。”

Tang Xiǎomǐ: “Tāmen dōu shuō nǐ gēn Qí Míng zhǐshì línjū guānxi, kě wǒ zǒng juède...”

Yì Yáo: “Bié juède le, jiùshì línjū guānxi.”

Tang Xiaomi: “Mereka semua berkata kamu dan Qi Ming hanyalah tetangga, tapi aku merasa...”

Yi Yao: “Jangan merasa begitu, kami hanya tetangga.”

(BNC/J00/M31/D55)

Pada dialog tersebut, 易遥 (Yi Yao) langsung menghentikan dugaan 唐小米 (Tang Xiǎomǐ) tentang hubungannya dengan 齐铭 (Qi Ming) dan berusaha memperjelas bahwa hubungan mereka hanya sebatas tetangga dengan mengatakan “就是邻居关系”. Penggunaan kata 就是 (jiùshì) menunjukkan penegasan bahwa hubungan mereka “hanya” sebatas tetangga dan tidak lebih dari itu. Hal tersebut menunjukkan bahwa 易遥 (Yi Yao) berusaha menjaga jarak dan menolak anggapan orang lain tentang adanya hubungan yang lebih dekat dengan 齐铭 (Qi Ming). Hal itu menunjukkan bentuk trauma interpersonal *constriction* yang dapat dilihat dari sikap 易遥 (Yi Yao) yang membatasi kedekatan dirinya dengan orang lain akibat rasa tidak aman karena merasa kedekatan dengan orang lain dapat menimbulkan tekanan dan penilaian buruk dari lingkungan sekitarnya. Trauma tersebut berdampak pada kondisi psikologis 易遥 (Yi Yao) yang menjadi lebih tertutup dan sulit membangun kedekatan emosional dengan orang lain

4. Bentuk Trauma Interpersonal *Shattered Trust/Self-Worth* dan Dampaknya Terhadap Kondisi Psikologi Tokoh Utama

Shattered trust/self-worth merupakan bentuk trauma interpersonal yang ditandai dengan hancurnya rasa percaya individu terhadap dirinya sendiri maupun terhadap hubungan interpersonal di sekitarnya. Judith Herman (1997) menjelaskan bahwa individu yang mengalami trauma dapat kehilangan rasa percaya terhadap dirinya sendiri maupun orang lain. Trauma juga dapat merusak harga diri individu melalui penghinaan dan rasa bersalah sehingga individu mengalami kesulitan membangun kedekatan emosional dan memandang dirinya secara negatif. Dalam film *Cry Me a Sad River* 《悲伤逆流成河》, bentuk trauma interpersonal *shattered trust/self-worth* terlihat pada tokoh utama 易遥 (Yi Yao) yang sering memandang dirinya secara negatif dan merasa tidak layak diterima oleh orang lain.

1) Data 20

易遥：“苦得久不知道甜是什么，仙人掌做不了花没办法让人捧在手心里。”

Yì Yáo: “Kǔ de jiǔ bu zhīdao tián shì shénme, xiānrenzhǎng zuò buliǎo huā mei banfǎ rang rén pěng zài shǒuxīn lǐ.”



Yi Yao: “Orang yang merasakan pahit terlalu lama tidak akan tau apa itu manis, kaktus tidak bisa menjadi bunga dan tidak bisa digenggam ditangan seseorang.”

(BNC/J01/M03/D20)

Pada dialog tersebut, 易遥 (Yi Yao) menggunakan kalimat “苦得久不知道甜是什么” (kǔ de jiǔ bù zhīdào tián shì shenme) untuk menunjukkan bahwa dirinya sudah terlalu lama hidup dalam penderitaan sampai tidak lagi memahami seperti apa kebahagiaan atau kehidupan yang baik. Penggunaan kata 苦 (kǔ) tidak hanya berarti “pahit”, tetapi juga menggambarkan penderitaan hidup yang berlangsung lama. Selain itu, 易遥 (Yi Yao) membandingkan dirinya dengan “仙人掌” (xiānrénzhǎng) atau kaktus pada kalimat “仙人掌做不了花” (xiānrénzhǎng zuò bù liǎo huā). Pemilihan metafora tersebut menunjukkan bahwa 易遥 (Yi Yao) memandang dirinya berbeda dari orang lain dan merasa dirinya tidak bisa menjadi sosok yang disukai atau dicintai seperti “bunga”. Kalimat “没办法让人捧在手心里” (méi bàn fǎ ràng rén pěng zài shǒuxīn lǐ) juga menunjukkan bahwa 易遥 (Yi Yao) merasa dirinya tidak mungkin diperlakukan dengan penuh kasih sayang dan perhatian oleh orang lain. Hal itu menunjukkan bentuk trauma interpersonal *shattered trust/self-worth* karena pengalaman perundungan, kekerasan, dan kurangnya kasih sayang yang terus dialaminya membuat 易遥 (Yi Yao) kehilangan rasa percaya terhadap nilai dirinya sendiri. Trauma tersebut berdampak pada kondisi psikologis 易遥 (Yi Yao) yang dipenuhi rasa rendah diri dan keyakinan bahwa dirinya tidak layak dicintai atau diperlakukan dengan baik oleh orang lain.

2) Data 16

易遥：“生物的本能叫趋利避害，人们看见糟糕的东西都想要躲远。”

Yi Yao: Shēngwù de běnnéng jiào qū lì bì hài, rénmen kànjiàn zāogāo de dōngxī dū xiǎng yào duǒ yuǎn.

Yi Yao: Naluri makhluk hidup adalah mencari keuntungan dan menghindari kerugian, manusia ingin menjauhi hal-hal buruk

(BNC/J00/M45/D11)

Pada dialog tersebut, 易遥 (Yi Yao) menggunakan ungkapan 趋利避害 (qū lì bì hài) yang berarti “mendekati keuntungan dan menghindari kerugian” untuk menggambarkan naluri manusia yang menjauh dari hal-hal buruk. Namun, 易遥 (Yi Yao) justru menggunakan ungkapan tersebut untuk menggambarkan dirinya sendiri sebagai sesuatu yang akan dihindari oleh orang lain. Selain itu, penggunaan kata 糟糕 (zāogāo) yang menunjukkan bahwa 易遥 (Yi Yao) memandang dirinya sebagai sosok yang buruk dan pembawa masalah. 易遥 (Yi Yao) juga menggunakan kata 躲 (duǒ) pada kalimat



“都想躲远” (dōu xiǎng duǒ yuǎn) yang berarti “menghindar menjauh”. Penggunaan kata 躲 (duǒ) tidak hanya menunjukkan menjauh biasa, tetapi juga menunjukkan kesan sengaja menghindari sesuatu karena merasa takut, atau jijik. Pemilihan kata tersebut menunjukkan bahwa 易遥 (Yi Yao) merasa orang-orang di sekitarnya sengaja menghindarinya karena dirinya dianggap membawa masalah dan memiliki penyakit menular yang dipandang negatif oleh lingkungan sekitarnya. Hal itu menunjukkan bentuk trauma interpersonal *shattered trust/self-worth* karena penyakit yang dideritanya, stigma buruk dari teman-temannya, dan perundungan yang terus diterimanya membuat 易遥 (Yi Yao) memiliki pandangan yang sangat negatif terhadap dirinya sendiri. Trauma tersebut berdampak pada kondisi psikologis 易遥 (Yi Yao) yang dipenuhi rasa rendah diri dan keyakinan bahwa dirinya tidak pantas diterima oleh orang lain.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan 30 data yang menunjukkan bentuk trauma interpersonal pada tokoh utama 易遥 (Yi Yao) dalam film 《悲伤逆流成河》 berdasarkan teori Judith Herman (1997), yaitu *helplessness, disconnection, constriction, dan shattered trust/self-worth*. Bentuk trauma yang paling dominan adalah *shattered trust/self-worth*, yang menunjukkan bahwa pengalaman traumatis yang dialami tokoh lebih banyak memengaruhi cara tokoh memandang dirinya sendiri secara negatif. Temuan ini memperlihatkan bahwa trauma interpersonal tidak hanya muncul dalam bentuk penderitaan emosional, tetapi juga berdampak pada pembentukan identitas diri tokoh.

Trauma interpersonal yang dialami 易遥 (Yi Yao) dipicu oleh perundungan, stigma sosial, pengucilan, kekerasan, dan hubungan keluarga yang tidak suportif. Pengalaman tersebut berdampak pada kondisi psikologis tokoh, seperti rasa putus asa, rendah diri, kesulitan mempercayai orang lain, menarik diri dari lingkungan sosial, serta kehilangan harapan terhadap kehidupannya. Melalui pendekatan psikoanalisis Freud dan konsep trauma Caruth, temuan ini menunjukkan bahwa pengalaman traumatis tidak selalu muncul secara langsung, tetapi dapat direpresi ke dalam ketaksadaran sebagai bentuk mekanisme pertahanan psikologis, lalu kembali hadir melalui ingatan, respons emosional, dan perilaku tertentu. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi sastra, khususnya dalam memahami trauma interpersonal dan dampaknya terhadap kondisi psikologis tokoh remaja dalam karya sastra dan film.

DAFTAR REFERENSI

Adhimas, Y. B., Fitriana, E. N., Chaoqun, L., & Purwaningtyas, Y. A. (2023). Nonphysical Violence in Kung Fu Film: “黄飞鸿之英雄有梦.” *Metahumaniora*, 13(3), 229–237.



- Abubakar, R. (2021). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Suka-Press UIN Sunan Kalijaga.
- Caruth, C. (1995). *Trauma: Explorations in Memory*. London: The Johns Hopkins University Press.
- Dewi, R. A. (2025). Trauma dan Penerimaan Diri Tokoh Utama dalam Seporsi Mie Ayam. 06(02), 128–139. <https://doi.org/10.29103/jk.v6i2.25374>
- Freud, S. (2021). *Ego dan Id*. Yogyakarta: Penerbit Tanda Baca.
- Haryoko, S., Bahartiar, & Arwadi, F. (2020). *Analisis Data Penelitian Kualitatif: Konsep, Teknik, dan Prosedur Analisis*. Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar.
- Herman, J. (n.d.). *Trauma and Recovery*. New York: Basic Books.
- Hidayat, E. N., Ahmadi, A., & Adler, A. (2026). Trauma Remaja dalam Film Pengepungan di Bukit Duri: Teori Psikologi Individual Alfred. 13, 26–36. <https://doi.org/10.36456/bastra.vol13.no1.a11095>
- Hughesdon, K. A., Ford, J. D., Briggs, E. C., Seng, J. S., Miller, A. L., & Stoddard, S. A. (2021). Interpersonal Trauma Exposure and Interpersonal Problems in Adolescent Posttraumatic Stress Disorder. 2009, 1–11. <https://doi.org/10.1002/jts.22687>
- Meilani, R. A. (2026). Trauma dan Penolakan Identitas Tokoh Alie dalam Film “Rumah untuk Alie”. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 3(2), 67–82. <https://doi.org/10.30822/d0d3n219>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulung, U., & Muspawi, M. (2024). Memahami Sumber Data Penelitian: Primer, Sekunder, dan Tersier. *Jurnal Edu Research: Indonesian Institute for Corporate Learning and Studies (IICLS)*, 5(2), 28–33. <https://doi.org/10.47827/jer.v5i3.238>
- Wiyatmi. (2011). *Psikologi Sastra: Teori dan Aplikasinya*. Yogyakarta: Kanwa Publisher.
- Yang, X., Huang, P., Ma, J., Zhou, J., Huang, X., & Wu, Y. (2026). 校园霸凌引发的学生心理创伤干预机制研究 [Research on Intervention Mechanisms for Student Psychological Trauma Caused by School Bullying]. 10(January), 313–319. <https://doi.org/10.12677/jisl.2026.101039>