

Kognitivisme: Film *Perayaan Mati Rasa* dalam Instingtif Psikologi Filosofis

Mohamad David Agung Mustofa^{1*}, Moh. Ahsan Shohifur Rizal²

^{1,2}Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia
124020074035@mhs.unesa.ac.id, mohrizal@unesa.ac.id

*: Correspondence Author:

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana film "Perayaan Mati Rasa" merepresentasikan konsep-konsep kognitivisme dalam konteks kesehatan mental, dengan fokus pada pengalaman para tokoh utama yang menghadapi trauma dan kehilangan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dan studi literatur untuk mendapatkan pemahaman mendalam tentang bagaimana para tokoh dalam film memproses informasi, membangun pemahaman, dan merespons situasi yang mereka hadapi. Teori kognitivisme, yang menekankan pentingnya proses mental dalam memahami perilaku manusia, menjadi kerangka analisis dalam penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa film "Perayaan Mati Rasa" secara efektif menggambarkan konsep-konsep kognitivisme seperti pemrosesan informasi, memori, dan emosi, serta dampak trauma terhadap kesehatan mental. Film ini menyoroti bagaimana pengalaman emosional yang kuat, seperti kehilangan orang tua, dapat mengganggu proses kognitif, memicu respons stres yang berkelanjutan, dan memengaruhi interaksi sosial. Selain itu, film ini juga menunjukkan pentingnya dukungan sosial dalam proses penyembuhan dan bagaimana stigma sosial dapat memperburuk kondisi mental seseorang. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa film "Perayaan Mati Rasa" merupakan contoh menarik tentang bagaimana karya seni dapat digunakan sebagai media untuk memahami dan membahas masalah kesehatan mental dari perspektif kognitif, serta meningkatkan kesadaran dan empati bagi individu yang mengalaminya.

Kata Kunci: Kognitivisme, Emosional, Mental, Trauma

PENDAHULUAN

Kognitivisme mental adalah pendekatan dalam psikologi yang menekankan pentingnya proses mental dalam memahami perilaku manusia. Teori ini berfokus pada bagaimana individu memproses informasi, termasuk cara mereka berpikir, mengingat, dan memecahkan masalah. Kognitivisme muncul sebagai reaksi terhadap behaviorisme, yang lebih menekankan pada perilaku yang dapat diamati tanpa mempertimbangkan proses mental yang mendasarinya. Dalam kognitivisme, pikiran dianggap sebagai mediator antara rangsangan dan respons, sehingga pemahaman tentang perilaku manusia tidak dapat dipisahkan dari pemahaman tentang cara individu berpikir dan memproses informasi (Eysenck & Keane, 2015).

Film "Perayaan Mati Rasa" menggunakan pendekatan psikologi sastra untuk mengeksplorasi tema kematian dan kehilangan dengan cara yang mendalam dan kompleks. Film ini tidak hanya menggambarkan peristiwa kehilangan fisik, tetapi juga menyelidiki dampak emosional yang mendalam dari berbagai bentuk kehilangan, baik yang bersifat nyata maupun implisit. Konflik batin karakter-karakternya, yang dipicu oleh pengalaman kehilangan, menciptakan ketegangan naratif yang mendorong penonton untuk merenungkan makna hidup, arti kematian, dan proses berduka yang kompleks dan individual. Pengalaman kehilangan sering kali memicu proses psikologis yang kompleks, yang menjadi inti dari narasi film ini (Freud, 1920). Film ini melampaui gambaran sederhana tentang kematian dan menawarkan analisis yang kaya akan nuansa psikologis filosofis.

Seperti sastra yang kaya akan unsur psikologis, film "Perayaan Mati Rasa" berhasil menghindari kekakuan naratif dengan menyelami kedalaman emosi dan pengalaman batin tokoh utamanya. Integrasi unsur-unsur psikologis, seperti eksplorasi trauma dan proses berduka, tidak

hanya menambah kedalaman emosional tetapi juga meningkatkan estetika film. Penggambaran sensitif terhadap kesehatan mental dan kompleksitas proses berduka menjadikan film ini lebih menarik dan bermakna, asalkan tetap berada dalam batas-batas estetika dan narasi sinematik yang koheren. Sastra yang didalamnya terkandung unsur psikologis membuat sastra tersebut tidak kaku dan menjadikannya lebih estetik asal tidak melampaui wilayah kesastraannya (Ahmadi, 2011;2012). Film ini menunjukkan bagaimana unsur psikologis, jika diintegrasikan dengan baik, dapat memperkaya pengalaman estetis penonton tanpa mengorbankan kualitas kesastraan visualnya

Film "Perayaan Mati Rasa" menggambarkan perjalanan emosional yang kompleks, menyoroti isu kesehatan mental yang sering diabaikan dalam masyarakat. Karakter utama, Ian Antono, menghadapi berbagai tantangan yang mencerminkan kondisi mental yang rumit, mulai dari kehilangan orang tua hingga perasaan ketidakberdayaan. Melalui narasi yang mendalam, film ini mengajak penonton untuk memahami pentingnya kesadaran akan kesehatan mental dan dampaknya terhadap individu dan lingkungan sosial mereka. Kesenambungan kognitivisme dalam film ini terlihat dari interaksi karakter dengan orang-orang di sekitarnya. Saat Ian berjuang dengan perasaan kehilangan, penonton diperlihatkan bagaimana stigma sosial dapat memperburuk keadaan mental seseorang. Pemrosesan kognitif dalam film dapat memberikan wawasan tentang bagaimana penonton memahami dan merespons tema yang kompleks (Smith,2015). Dengan menganalisis aspek-aspek seperti perhatian, memori, dan emosi, kita dapat memahami bagaimana film memanipulasi kognisi penonton untuk menciptakan pengalaman sinematik yang mendalam dan bermakna. Pemahaman ini memungkinkan kita untuk mengungkap bagaimana tema-tema kompleks dikomunikasikan secara efektif, dan bagaimana penonton meresponsnya secara individual maupun kolektif, membuka jalan bagi studi yang lebih dalam tentang pengaruh film terhadap persepsi dan pemahaman kita terhadap dunia.

Film ini menyajikan perjalanan karakter yang menghadapi trauma dan pengalaman pribadi, serta memberikan wawasan penting mengenai pemulihan dan pengobatan yang tepat dalam konteks kesehatan mental. Selain berfungsi sebagai hiburan, film ini berperan sebagai alat pendidikan yang mengedukasi penonton tentang isu kesehatan mental yang sering diabaikan, meningkatkan empati dan pemahaman terhadap individu yang berjuang dengan masalah tersebut. Pendekatan kognitivisme mental yang diterapkan dalam film ini sejalan dengan aplikasi luasnya dalam berbagai bidang, termasuk pendidikan dan terapi. Dalam konteks pendidikan, kognitivisme membantu guru merancang strategi pengajaran yang lebih efektif dengan mempertimbangkan cara siswa memproses informasi, sementara dalam terapi, pendekatan kognitif-behavioral (CBT) digunakan untuk membantu individu mengubah pola pikir negatif yang memengaruhi kesehatan mental mereka.

Dengan mengaitkan pengalaman karakter dengan realitas kesehatan mental, film ini mendorong diskusi yang lebih luas di masyarakat dan menunjukkan pentingnya dukungan serta pemahaman dalam proses pemulihan. kognitivisme mental tidak hanya memberikan wawasan tentang proses berpikir, tetapi juga menawarkan alat praktis untuk meningkatkan kualitas hidup individu (Beck, 2011). Kognitivisme mental, dengan penekanannya pada proses berpikir, bukan hanya sekadar teori akademis. Ia menawarkan kerangka kerja praktis untuk memahami dan meningkatkan berbagai aspek kehidupan individu. Dengan memahami bagaimana pikiran bekerja termasuk proses pengambilan keputusan, pemecahan masalah, dan pengaturan emosi kita dapat mengembangkan strategi untuk mengatasi tantangan, meningkatkan produktivitas, dan mencapai kesejahteraan mental yang lebih baik. Teknik-teknik seperti terapi kognitif perilaku (CBT) dan pelatihan kesadaran (*mindfulness*) merupakan contoh nyata bagaimana prinsip-prinsip kognitivisme mental diterjemahkan menjadi alat-alat yang efektif untuk meningkatkan kualitas hidup.

Psikologi sastra menyediakan kerangka kerja yang berharga untuk memahami motivasi dan perilaku karakter dalam karya sastra, termasuk film seperti "Perayaan Mati Rasa". Dengan menganalisis karakter melalui lensa psikologis, penonton dapat melihat bagaimana trauma masa lalu, pengalaman hidup, dan mekanisme pertahanan memengaruhi pilihan, tindakan, dan interaksi mereka dengan dunia. Pemahaman terhadap karakter dalam konteks sosial dan budaya sangat penting untuk menggali makna yang lebih dalam, dan film ini berhasil menggambarkan

kompleksitas emosi manusia yang sering kali tersembunyi di balik tindakan sehari-hari (Eagleton, 2008). Analisis ini memungkinkan pemahaman yang lebih mendalam tentang kompleksitas manusia dan bagaimana pengalaman membentuk identitas dan perilaku individu, menghasilkan interpretasi yang lebih kaya dan bermakna dari narasi yang disajikan.

Salah satu tokoh penting dalam kognitivisme adalah Jean Piaget, yang mengembangkan teori perkembangan kognitif. Piaget berargumen bahwa anak-anak melalui serangkaian tahap perkembangan kognitif yang berbeda, di mana mereka membangun pemahaman tentang dunia melalui pengalaman dan interaksi. Teori ini menunjukkan bahwa proses kognitif tidak hanya terbatas pada orang dewasa, tetapi juga sangat penting dalam perkembangan anak. Selain itu, kognitivisme juga mencakup konsep-konsep seperti skema, pemrosesan informasi, dan heuristik, yang semuanya berkontribusi pada cara individu memahami dan berinteraksi dengan lingkungan mereka (Anderson, 2010).

METODE

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dan studi pustaka (*library research*). Penelitian kualitatif memiliki ragam pendekatannya tersendiri, sehingga para peneliti dapat memilih dari ragam tersebut untuk menyesuaikan objek yang akan ditelitinya (Yusanto, 2019). Penelitian kualitatif, dengan fokusnya pada pemahaman mendalam terhadap fenomena sosial, menawarkan beragam pendekatan yang memungkinkan peneliti untuk menggali makna dan pengalaman subjektif. Eberagaman ini memungkinkan peneliti untuk memilih pendekatan yang paling sesuai dengan objek penelitiannya, menyesuaikan metode pengumpulan data, dan menghasilkan temuan yang kaya dan bermakna. Pilihan pendekatan yang tepat akan menentukan bagaimana peneliti mendekati objek penelitian, menentukan jenis data yang dikumpulkan, dan mengarahkan interpretasi terhadap temuan yang diperoleh.

Dalam penelitian kualitatif analisis data harus dilakukan dengan teliti agar data-data yang sudah diperoleh mampu dinarasikan dengan baik, sehingga menjadi hasil penelitian yang layak. Tujuan utama penelitian kualitatif adalah untuk memahami (*to understand*) fenomena atau gejala sosial dengan lebih menitik beratkan pada gambaran yang lengkap tentang fenomena yang dikaji daripada memerincinya menjadi variabel-variabel yang saling terkait (Adlini, 2022). Analisis data dalam penelitian kualitatif merupakan proses yang krusial untuk menghasilkan temuan yang bermakna dan valid. Ketelitian dalam menganalisis data mentah—baik berupa transkrip wawancara, catatan lapangan, atau dokumen—sangat penting untuk membangun narasi yang koheren dan komprehensif. Tujuan utama penelitian kualitatif, yaitu untuk memahami fenomena sosial secara holistik, mengharuskan peneliti untuk tidak hanya mengidentifikasi pola dan tema, tetapi juga untuk menginterpretasi makna di balik data tersebut dalam konteks yang lebih luas. Fokus pada pemahaman menyeluruh tentang fenomena yang dikaji, bukan pada penguraian menjadi variabel-variabel yang terisolasi, menuntut pendekatan interpretatif yang mendalam dan peka terhadap nuansa kompleksitas sosial.

Penggunaan metode kualitatif dan studi pustaka untuk menelaah bagaimana film "Perayaan Mati Rasa" merepresentasikan konsep-konsep kognitivisme dalam konteks kesehatan mental. Pendekatan kualitatif dipilih karena kemampuannya untuk menggali pemahaman mendalam tentang bagaimana karakter dalam film memproses informasi, membangun pemahaman, dan merespon situasi yang mereka hadapi. Studi pustaka akan digunakan untuk membangun landasan teori kognitivisme dan aplikasinya dalam psikologi, khususnya dalam memahami kesehatan mental. Dengan demikian, penelitian ini akan menggabungkan analisis film dengan kajian literatur untuk menghasilkan interpretasi yang kaya dan bermakna tentang bagaimana film tersebut menggambarkan proses kognitif dan konsep-konsep kognitivisme yang relevan.

Analisis data kualitatif akan berfokus pada identifikasi tema-tema utama dalam film yang berkaitan dengan kesehatan mental, menganalisis dialog dan narasi untuk memahami proses kognitif karakter, serta meneliti bagaimana film menggambarkan konsep-konsep kognitivisme seperti skema, pemrosesan informasi, dan heuristik. Tujuannya adalah untuk memahami secara holistik bagaimana film "Perayaan Mati Rasa" merepresentasikan pengalaman subjektif karakter dalam menghadapi tantangan kesehatan mental melalui lensa kognitivisme, tanpa mereduksi

kompleksitasnya menjadi variabel-variabel yang terpisah. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan baru tentang bagaimana film dapat digunakan sebagai media untuk memahami dan mendiskusikan isu-isu kesehatan mental dari perspektif kognitif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perayaan Mati Rasa adalah sebuah film yang mendalam dan menyentuh hati yang mengeksplorasi tema universal tentang kehilangan, kesedihan, dan proses penyembuhan. Film ini mengikuti perjalanan emosional karakter utama yang berjuang dengan rasa sakit yang mendalam setelah kehilangan orang yang dicintai. Melalui alur cerita yang kuat dan visual yang memikat, "Perayaan Mati Rasa" mengajak penonton untuk merenungkan arti hidup dan kematian serta bagaimana kita beradaptasi dengan kenyataan pahit kehilangan. Film "Perayaan Mati Rasa" bukan sekadar cerita tentang kehilangan, tetapi juga eksplorasi mendalam tentang kesehatan mental, sebuah isu yang sering kali terabaikan dalam masyarakat modern. Melalui karakter utamanya, Ian Antono, film ini dengan berani mengungkap kompleksitas kondisi mental yang seringkali tak terlihat dan tak terucapkan. Kisah Ian bukanlah sekadar narasi, melainkan sebuah cermin yang merefleksikan perjuangan individu dalam menghadapi tantangan kesehatan mental yang begitu nyata.

Psikologi memberikan kontribusi pada sastra (Ahmadi, 2014), misalnya kajian psikologi pada film perayaan mati rasa yang masuk dalam ranah sastra. Sebagai karya sinematik yang dapat dikategorikan sebagai bentuk sastra visual, merupakan contoh yang baik dari bagaimana kajian psikologi dapat memperkaya analisis dan interpretasi karya tersebut. Dengan menerapkan prinsip-prinsip psikologi, kita dapat menggali kedalaman karakter, memahami motivasi tindakan mereka, dan menganalisis dampak psikologis dari plot dan tema yang disajikan. Psikologi sastra membantu dalam analisis karakter dan motivasi (Eagleton, 2008). Analisis psikologis memungkinkan kita untuk memahami lapisan makna yang lebih dalam, melampaui interpretasi literal dan memasuki wilayah pengalaman emosional dan mental para tokoh, serta penontonnya.

Kematian orang tua menjadi katalis bagi perjalanan emosional Ian yang penuh gejolak, sebuah kehilangan yang melampaui kesedihan fisik semata. Kehilangan tersebut mengguncang pondasi emosional dan sistem dukungannya, meninggalkan kekosongan yang dipenuhi oleh beragam reaksi emosional yang kompleks dan saling terkait. Kesedihan yang mendalam bercampur aduk dengan perasaan ketidakberdayaan, membentuk spiral penurunan kesehatan mental yang digambarkan secara sensitif dalam film ini. Kehilangan tersebut bukan hanya peristiwa tunggal, melainkan awal dari proses berduka yang panjang dan penuh tantangan, yang memaksa Ian untuk menghadapi realitas baru dan menemukan cara untuk membangun kembali hidupnya.

Film ini menggambarkan bagaimana individu berinteraksi dengan kematian dalam kehidupan sehari-hari. Proses kognitif yang terlibat dalam menghadapi kematian sering kali melibatkan mekanisme pertahanan psikologis, seperti penyangkalan dan penerimaan. Penonton dapat melihat bagaimana karakter-karakter dalam film berjuang dengan perasaan mereka terhadap kematian, yang menciptakan kedalaman emosional. Hal ini sejalan dengan menunjukkan menunjukkan bahwa kematian sering kali menjadi momen refleksi bagi individu (Brown, 2017). Kematian, dalam berbagai konteksnya, seringkali menjadi pendorong bagi momen refleksi diri yang mendalam. Baik kematian orang lain maupun kontemplasi atas kematian sendiri, dapat memicu proses introspeksi yang intens. Individu dipaksa untuk mengevaluasi hidup mereka sendiri, nilai-nilai yang mereka pegang, dan hubungan mereka dengan orang lain. Momen ini dapat menjadi titik balik, mendorong perubahan perilaku, penyesuaian prioritas, dan pencarian makna yang lebih dalam dalam kehidupan. Refleksi tersebut dapat menghasilkan pemahaman yang lebih besar tentang diri sendiri dan dunia, bahkan jika prosesnya penuh dengan kesedihan dan ketidakpastian.

Film ini tidak hanya mengeksplorasi pengalaman individu menghadapi kematian, tetapi juga mencerminkan bagaimana nilai-nilai dan kepercayaan budaya membentuk persepsi dan respons terhadapnya. Cara individu dan komunitas berduka, memproses kehilangan, dan merayakan kehidupan setelah kematian sangat bervariasi antar budaya. Film ini dengan sensitif menyoroti keragaman tersebut, memberikan wawasan tentang bagaimana latar belakang budaya

membentuk pemahaman dan praktik-praktik terkait kematian. Film dapat berfungsi sebagai cermin bagi nilai-nilai budaya yang ada, memberikan konteks yang lebih luas untuk memahami tema kematian (Gracia, 2021). Film ini memperluas cakupan analisis melampaui pengalaman pribadi, dan mempertimbangkan konteks sosial dan budaya yang lebih luas dalam membentuk pengalaman berduka

Perayaan Mati Rasa adalah film yang secara mendalam mengeksplorasi dampak trauma terhadap kesehatan mental karakter utamanya, Ian Antono. Kehilangan orang tuanya dalam kecelakaan tragis tidak hanya meninggalkan luka emosional, tetapi juga mengganggu proses kognitifnya. Film ini menunjukkan bagaimana trauma dapat memicu disfungsi dalam memori dan perhatian, yang mengakibatkan Ian merasa terjebak dalam kenangan menyakitkan dan sulit untuk bergerak maju. Trauma dapat mengganggu proses kognitif individu, menyebabkan kesulitan dalam memproses informasi dan mengingat peristiwa. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang mengalami trauma sering kali mengalami gangguan dalam memori dan perhatian, yang dapat menghambat kemampuan mereka untuk berfungsi secara normal dalam kehidupan sehari-hari (Brewin et al., 2009).

Dalam konteks trauma psikologis, orang yang mengalami trauma akan mengingat pengalaman menyakitkan mereka. Pengalaman ini disebut juga dengan pengalaman traumatis. Orang yang pernah mengalami trauma melakukan tindakan berbahaya (Ahmadi, 2021). Dalam konteks film "Perayaan Mati Rasa," ingatan akan pengalaman traumatis, seperti kehilangan orang tua, menjadi inti dari konflik batin tokoh utama. Ingatan-ingatan menyakitkan ini bukan hanya sekadar kenangan, tetapi membentuk persepsi, perilaku, dan pengambilan keputusan tokoh tersebut. Film ini menunjukkan bagaimana pengalaman traumatis dapat memicu tindakan-tindakan yang tampak berbahaya atau merusak diri sendiri sebagai mekanisme koping yang maladaptif. Tokoh utama mungkin terlibat dalam perilaku berisiko sebagai upaya untuk mengatasi rasa sakit emosional yang disebabkan oleh trauma, menunjukkan kompleksitas dan dampak jangka panjang dari trauma psikologis yang tidak hanya diingat, tetapi juga secara aktif memengaruhi kehidupan sehari-hari.

Respons stres berkelanjutan yang dialami Ian juga menjadi fokus utama dalam film ini. Gejala fisik dan emosional, seperti mimpi buruk, kesulitan tidur, dan kecemasan yang mendalam, menggambarkan bagaimana trauma dapat mempengaruhi keseharian seseorang. Ian berjuang untuk menjalani hidupnya secara normal, menghadapi tantangan dalam pekerjaan dan hubungan interpersonal akibat gangguan kognitif yang diakibatkan oleh trauma. Keterasingan yang dialaminya menjadi refleksi dari banyak individu yang berjuang dengan masalah serupa, menunjukkan betapa pentingnya dukungan sosial dalam proses penyembuhan. Kognitivisme menekankan bahwa individu tidak hanya dipengaruhi oleh pengalaman pribadinya, tetapi juga oleh interaksi dengan orang lain. Dalam film ini, hubungan antar karakter menjadi kunci dalam memahami bagaimana mereka beradaptasi dengan kehilangan dan bagaimana mereka saling mendukung dalam proses penyembuhan. Teori sosial kognitif Bandura (1986) menyatakan bahwa observasi dan simulasi perilaku orang lain dapat mempengaruhi cara individu berpikir dan bertindak.

Dari perspektif kognitif, film ini dapat diuraikan melalui lensa teori pemrosesan informasi. Penonton bukanlah penerima informasi pasif, melainkan agen aktif yang secara konstan membangun makna dari rangsangan visual dan auditori yang disajikan. Proses ini melibatkan berbagai fungsi kognitif, termasuk seleksi perhatian terhadap detail-detail penting, pengkodean dan penyimpanan informasi dalam memori, serta interpretasi dan pemahaman berdasarkan pengetahuan dan pengalaman sebelumnya. Memori memainkan peran penting dalam bagaimana penonton mengingat dan merespons film (Williams, 2018). Interaksi dinamis antara perhatian, ingatan, dan pemahaman ini menghasilkan pengalaman menonton yang kaya dan mendalam, di mana penonton secara aktif berpartisipasi dalam konstruksi makna cerita.

"Perayaan Mati Rasa" memanfaatkan kekuatan narasi untuk membentuk pemahaman kognitif penonton tentang kematian dan trauma, melampaui sekadar hiburan. Kisah Ian berfungsi sebagai alat edukatif yang meningkatkan kesadaran akan realitas kematian dan dampaknya terhadap kesehatan mental, khususnya kompleksitas trauma yang seringkali diabaikan dalam kehidupan sehari-hari. Film ini tidak hanya menyampaikan informasi faktual

tentang kematian, tetapi juga membangun empati dan pemahaman melalui pengalaman emosional yang mendalam. struktur naratif dapat memengaruhi cara penonton menginterpretasikan makna film (Davis, 2019). Film ini secara efektif menggabungkan aspek edukatif dan emosional, mendorong refleksi diri dan pemahaman yang lebih besar tentang pentingnya dukungan sosial dalam proses penyembuhan, serta mengajak penonton untuk lebih peka terhadap pengalaman orang lain yang berjuang dengan trauma.

Salah satu aspek menarik dari film ini adalah menggunakan simbolisme visual dan naratif untuk memperkuat tema kematian dan penerimaan. Bukan hanya dialog dan plot yang menyampaikan pesan, tetapi setiap elemen visual, dari warna dan pencahayaan hingga tata ruang dan kostum, berkontribusi pada pembentukan suasana dan makna. Misalnya, penggunaan warna gelap dapat menciptakan suasana duka dan introspeksi, sementara warna cerah mungkin menyiratkan harapan atau pemulihan. Dengan demikian, simbolisme dalam film ini bukan sekadar hiasan, tetapi elemen integral yang memperkaya dan memperdalam pemahaman penonton tentang tema-tema utama yang diangkat. seperti yang dijelaskan oleh Barthes (1977) dalam analisisnya tentang hubungan antara bentuk dan makna dalam karya sastra.

Penggunaan aspek visual dalam film, khususnya simbolisme dan warna, secara signifikan membentuk pengalaman kognitif penonton dan memandu interpretasi mereka terhadap tema film. Warna gelap, misalnya, secara efektif dapat menyampaikan suasana kesedihan, depresi, atau misteri, sementara warna-warna cerah sering dikaitkan dengan harapan, kebahagiaan, atau optimisme. Penggunaan simbol-simbol visual yang tersirat, baik yang bersifat literal maupun metaforis, memberikan lapisan makna tambahan yang mendorong penonton untuk berpikir lebih dalam dan terlibat secara aktif dalam proses pemahaman cerita. Menekankan bahwa narasi visual dapat meningkatkan keterlibatan emosional penonton, yang membuat pengalaman menonton menjadi lebih mendalam (Johnson, 2016). Aspek visual bukan hanya pelengkap narasi, tetapi juga elemen kunci dalam membentuk respons kognitif dan emosional penonton.

Perjalanan Ian tidak hanya diwarnai oleh kesedihan, tetapi juga oleh perasaan terisolasi dan kesepian. Ia berjuang melawan stigma sosial yang sering kali menyelimuti isu kesehatan mental. Banyak orang di sekitarnya, bahkan mereka yang dekat dengannya, gagal memahami apa yang ia alami, memperburuk kondisi mentalnya. Film ini dengan jelas menunjukkan bagaimana kurangnya empati dan pemahaman dapat memperparah penderitaan seseorang yang sedang berjuang dengan kesehatan mentalnya. Aktualisasi secara efektif menggunakan prinsip-prinsip kognitivisme untuk menyampaikan pesannya. Interaksi Ian dengan lingkungan sekitarnya menjadi kunci dalam mengungkapkan bagaimana pikiran, perasaan, dan perilaku saling terkait dan memengaruhi satu sama lain. Penonton diajak untuk melihat bagaimana pikiran negatif dan perasaan terisolasi dapat berdampak pada perilaku Ian, dan sebaliknya, bagaimana perilaku tersebut memperkuat pikiran dan perasaan negatifnya.

Analisis kognitif terhadap film ini tidak dapat dipisahkan dari studi tentang emosi. Pengalaman menonton melibatkan respons emosional yang mendalam, khususnya empati terhadap tokoh utama yang mengalami kehilangan. Proses empati ini memicu aktivasi daerah otak yang terkait dengan emosi, memungkinkan penonton untuk merasakan dan memahami emosi karakter secara langsung. Lebih jauh lagi, pengalaman empati ini dapat memicu refleksi pribadi tentang pengalaman kehilangan atau trauma yang pernah dialami penonton sendiri, menghubungkan pengalaman film dengan kehidupan nyata mereka dan memperkaya pemahaman mereka tentang tema-tema yang diangkat. Respons emosional terhadap film dapat memperdalam pemahaman penonton tentang perasaan mereka sendiri, menciptakan koneksi yang lebih kuat dengan cerita (Thompson, 2020). Emosi bukan hanya respons pasif, tetapi juga komponen aktif dalam proses pemrosesan informasi dan konstruksi makna dalam film.

Psikologi, sebagai studi ilmiah tentang pikiran dan perilaku manusia, memiliki akar yang dalam dalam filsafat, ilmu pengetahuan tertua yang pernah ada. Pertanyaan-pertanyaan mendasar tentang kesadaran, emosi, dan moralitas, yang menjadi inti dari psikologi modern. Psikologi merupakan bagian dari filsafat, filsafat dianggap sebagai ilmu yang paling tua (Ahmadi, 2015:35). Analisis "Perayaan Mati Rasa" melalui lensa kognitivisme, yang berakar pada filsafat dan psikologi, mengungkapkan bagaimana film ini secara efektif memanipulasi proses mental seperti perhatian, memori, dan emosi untuk menciptakan pengalaman menonton yang mendalam

dan bermakna. Film ini tidak hanya menyampaikan narasi, tetapi juga secara aktif membentuk pemahaman dan interpretasi penonton melalui penggunaan simbolisme visual, struktur naratif, dan eksplorasi kompleksitas emosi manusia dalam menghadapi kehilangan. Dengan demikian, film ini berfungsi sebagai studi kasus yang menarik tentang bagaimana proses kognitif membentuk pengalaman estetis dan pemahaman kita tentang tema-tema universal seperti kematian dan duka.

Dalam konteks psikologi, film ini juga menggambarkan mekanisme studi kasus yang menarik tentang berbagai mekanisme koping dalam menghadapi kehilangan. Film ini menampilkan karakter-karakter yang menggunakan strategi yang berbeda-beda untuk mengatasi kesedihan dan trauma mereka, mulai dari penolakan dan penindasan emosi hingga pencarian makna dan penerimaan. Dengan menampilkan beragam respons terhadap kehilangan, film ini memperlihatkan kompleksitas proses berduka dan menekankan bahwa tidak ada satu cara yang benar untuk menghadapi kematian dan kesedihan. Penggambaran ini memperkaya pemahaman penonton tentang mekanisme koping dan menunjukkan bagaimana individu dapat bereaksi secara berbeda terhadap pengalaman yang sama. Ini menciptakan ruang bagi penonton untuk merenungkan bagaimana mereka sendiri menghadapi kehilangan dalam hidup mereka, sejalan dengan pandangan Jung (1964) tentang pentingnya proses individu dalam menghadapi trauma.

"Perayaan Mati Rasa" dengan jelas mengilustrasikan bagaimana faktor-faktor biologis, psikologis, dan lingkungan saling berinteraksi dalam mempengaruhi kesehatan mental karakter utamanya, Ian Antono. Kehilangan orang tuanya, sebuah trauma psikologis yang mendalam, memicu serangkaian reaksi emosional yang kompleks, seperti kesedihan, perasaan terisolasi, dan ketidakberdayaan. Trauma ini, dikombinasikan dengan predisposisi genetik dan ketidakseimbangan kimia dalam otak yang mungkin ia miliki, memperburuk kondisi kesehatan mentalnya. Berbagai faktor dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang, termasuk faktor biologis, psikologis, dan lingkungan. Faktor biologis meliputi genetik dan keseimbangan kimia dalam otak, sedangkan faktor psikologis mencakup pola pikir, emosi, dan pengalaman hidup. Lingkungan sosial, seperti dukungan dari keluarga dan teman, juga memainkan peran penting dalam kesehatan mental. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang memiliki jaringan sosial cenderung memiliki kesehatan mental yang lebih baik (Cohen & Wills, 1985). Hal ini menjadi efektif menyoroti pentingnya dukungan sosial dan pemahaman dalam membantu individu yang sedang berjuang dengan masalah kesehatan mental. Tema kematian dan kehilangan dalam "Perayaan Mati Rasa" menciptakan konteks yang kaya untuk analisis kognitif. Kognitivisme menjelaskan bahwa pengalaman emosional yang kuat dapat mempengaruhi cara individu memproses informasi dan mengambil keputusan. Karakter-karakter dalam film ini menunjukkan bagaimana mereka beradaptasi dengan kehilangan, dan bagaimana cara mereka mengatasi rasa sakit emosional. Film ini menunjukkan bahwa pengalaman emosional dapat mempengaruhi ingatan dan perhatian, yang pada gilirannya mempengaruhi perilaku (LeDoux, 1996).

Film ini dapat menawarkan secercah harapan. Meskipun perjalanan Ian penuh tantangan, film ini juga menunjukkan bagaimana dukungan dan pemahaman dari orang lain dapat menjadi faktor kunci dalam proses pemulihan. Interaksi-interaksi positif, meskipun sedikit, menjadi titik terang dalam kegelapan yang ia alami. Ini menjadi pengingat penting tentang kekuatan hubungan manusia dalam menghadapi masalah kesehatan mental. Melalui narasi yang kuat dan mendalam, "Perayaan Mati Rasa" berhasil menciptakan ruang untuk diskusi publik tentang kesehatan mental. Film ini tidak hanya menghibur, tetapi juga mendidik. Ia mengajak penonton untuk lebih peka terhadap tanda-tanda masalah kesehatan mental pada diri sendiri dan orang-orang di sekitar mereka. Ia mendorong empati dan pemahaman, bukan *judgment* dan stigma.

Film ini tidak hanya mengeksplorasi pengalaman pribadi menghadapi kematian, tetapi juga mencerminkan dinamika sosial yang kompleks di sekitarnya. Kematian seringkali menjadi titik temu bagi keluarga dan teman, menciptakan ruang untuk refleksi bersama dan penguatan ikatan sosial. Momen berkumpul ini, yang ditampilkan dalam film, menawarkan kesempatan untuk mengingat nilai-nilai kehidupan, berbagi kenangan, dan memperkuat hubungan antar individu. Namun, film juga secara implisit atau eksplisit menunjukkan bagaimana kematian dapat menguji dan bahkan mengubah hubungan tersebut, mengungkapkan konflik, ketegangan, dan proses adaptasi yang rumit dalam menghadapi kehilangan bersama. dukungan sosial berperan dalam

proses berduka, yang dapat memperkuat pemahaman penonton tentang pentingnya komunitas dalam menghadapi kesedihan (Lee,2022). Film ini mengajak penonton untuk mempertimbangkan dampak sosial kematian, tidak hanya pada individu yang berduka, tetapi juga pada jaringan hubungan sosial di sekitarnya.

Secara mendalam, film mencerminkan prinsip-prinsip kognitivisme dalam psikologi sastra, di mana pengalaman emosional menjadi kunci untuk memahami dan menghayati karya seni. Dalam konteks ini, penonton tidak hanya menyaksikan perjalanan Ian Antono, tetapi juga diajak untuk merasakan setiap nuansa kesedihan dan kehilangan yang dialaminya. Melalui penggambaran yang realistis dan mendalam tentang kondisi mental Ian, film ini menciptakan ikatan emosional yang memungkinkan penonton untuk terhubung dengan pengalaman karakter secara lebih pribadi. Kognitivisme, sebuah teori dalam psikologi kognitif, menonjolkan pentingnya pengalaman emosional dalam memahami karya seni. Dalam "Perayaan Mati Rasa", penonton diajak untuk merasakan kesedihan dan kehilangan yang dialami oleh karakter. Melalui pengenalan karakter dan latar belakang mereka, penonton dapat merasakan pengalaman pribadi mereka dengan cerita, yang memperdalam pemahaman mereka.

Film ini tidak hanya fokus pada pengalaman individu dalam menghadapi kematian, tetapi juga menyelidiki hubungan antara individu dan masyarakat dalam konteks kehilangan. Film ini menunjukkan bagaimana respons masyarakat terhadap kematian dan duka, baik berupa dukungan maupun kurangnya empati, dapat secara signifikan memengaruhi proses penyembuhan individu. Dukungan sosial yang kuat dapat mempercepat proses adaptasi dan pemulihan, sementara kurangnya dukungan atau bahkan stigma sosial dapat memperburuk kesedihan dan memperlambat proses penyembuhan. Konteks sosial sangat mempengaruhi pengalaman individu, dan tema ini sangat relevan dalam konteks budaya yang berbeda yang dihadirkan dalam film (Foucault,1970). Hal ini menyoroti pentingnya peran masyarakat dalam memberikan dukungan dan menciptakan lingkungan yang mendukung bagi mereka yang sedang berduka.

Melalui narasi yang kuat dan pengembangan karakter yang mendalam, melampaui sekadar hiburan. Film ini berfungsi sebagai alat edukatif yang mendorong penonton untuk merenungkan makna hidup, kematian, dan bagaimana kita dapat merayakan kehidupan bahkan di tengah kesedihan. Dengan menghadirkan kisah yang menyentuh dan relatable, film ini mengajak penonton untuk berpikir kritis tentang pengalaman kehilangan, proses berduka, dan pentingnya dukungan sosial dalam menghadapi trauma. Dialog antara teks dan pembaca menciptakan makna yang dinamis, dan film ini berhasil menciptakan dialog tersebut (Bakhtin, 1981). Film "Perayaan Mati Rasa" bukan hanya sebuah film, tetapi juga sebuah refleksi yang menggugah tentang kehidupan dan kematian.

SIMPULAN

Film "Perayaan Mati Rasa" mengangkat tema kesehatan mental dengan sangat mendalam melalui perjalanan karakter utama, Ian Antono, yang menghadapi trauma akibat kehilangan orang tua. Dengan pendekatan kognitivisme, film ini menunjukkan bagaimana proses mental individu, seperti pemrosesan informasi dan interaksi sosial, berperan penting dalam memahami dan mengatasi kondisi mental yang kompleks. Melalui narasi yang kuat, film ini tidak hanya menggambarkan kesedihan dan perjuangan, tetapi juga menyoroti pentingnya dukungan sosial, empati, dan pemahaman dalam proses penyembuhan. Penggambaran trauma dan dampaknya terhadap kesehatan mental Ian, serta stigma sosial yang ia hadapi, menggambarkan realitas yang sering kali diabaikan dalam masyarakat. Film ini berfungsi sebagai alat pendidikan yang mendorong diskusi tentang isu kesehatan mental, meningkatkan kesadaran akan pentingnya komunikasi dan dukungan bagi individu yang mengalami kesulitan. Dengan demikian, "Perayaan Mati Rasa" bukan hanya sebuah karya seni yang menghibur, tetapi juga berperan sebagai jembatan untuk meningkatkan pemahaman dan empati terhadap pengalaman orang lain, serta menekankan peran kognitivisme dalam memahami bagaimana pengalaman emosional membentuk perilaku dan interaksi sosial. Film ini berhasil menciptakan ruang refleksi bagi penonton untuk merenungkan pengalaman pribadi mereka dan bagaimana kita semua dapat lebih peka terhadap masalah kesehatan mental di sekitar kita.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Anas. 2014. *Psikologi Sastra*. Surabaya: Unesa University Press
- Adlini, M. N., Dinda, A. H., Yulinda, S., Chotimah, O., & Merliyana, S. J. (2022). Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 6(1). <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.3394>
- 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://www.jstor.org/stable/48710307>
- Ahmadi, Anas, 2014. *Memahami Psikologi Manusia Indonesia Dalam Sastra Melalui Psikoanalisis Erich Fromm*. Semarang: UNY
- Ahmadi, Anas. 2011. *Sastra dan Filsafat*. Surabaya: Unesapress.
- Ahmadi, Anas. 2012. *Sastra Lisan dan Psikologi*. Surabaya: Unesapress.
- Anderson, J. R. (2010). *Cognitive Psychology and Its Implications*. New York: Worth Publishers.
- Bakhtin, M. M. (1981). *The Dialogic Imagination*. Austin: University of Texas Press.
- Bandura, A. (1986). *Landasan Sosial Pemikiran dan Tindakan: Teori Kognitif Sosial*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Barthes, R. (1977). *Image, Music, Text*. New York: Hill and Wang.
- Beck, A. T. (2011). *Cognitive Therapy: Basics and Beyond*. New York: Guilford Press.
- Beck, AT (1976). *Cognitive Therapy and Emotional Disorders*. New York: Penguin Books.
- Brewin, CR, Dalgleish, T., & Joseph, S. (2009). Teori representasi ganda dari gangguan stres pascatrauma. *Tinjauan Psikologis*, 116(1), 1-24.
- Brown, A. (2017). *Death and Society: Cultural Perspectives on Mortality*. *Journal of Social Issues*, 73(4), 789-805.
- Cohen, S., & Wills, TA (1985). Stres, dukungan sosial, dan hipotesis penyangga. *Buletin Psikologis*, 98(2), 310-357.
- Davis, M. (2019). *Narrative Structures and Audience Interpretation in Film*. *International Journal of Film Analysis*, 15(2), 201-215.
- Eagleton, T. (2008). *Literary Theory: An Introduction*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Eysenck, M. W., & Keane, M. T. (2015). *Cognitive Psychology: A Student's Handbook*. New York: Psychology Press.
- Foucault, M. (1970). *The Order of Things*. New York: Random House.
- Freud, S. (1920). *Beyond the Pleasure Principle*. New York: Liveright.
- Garcia, P. (2021). *Cultural Reflections on Death in Contemporary Cinema*. *Journal of Cultural Studies*, 22(1), 88-102.
- Johnson, L. (2016). *Visual Narratives and Emotional Engagement in Cinema*. *International Journal of Visual Culture*, 8(2), 123-139.
- Jung, C. G. (1964). *Man and His Symbols*. New York: Doubleday.
- LeDoux, J. (1996). *Otak Emosional: Dasar-dasar Misterius Kehidupan Emosional*. New York: Simon & Schuster.
- Lee, H. (2022). *Social Dynamics in Film: Understanding Grief and Loss*. *Journal of Social Psychology*, 30(4), 400-415.
- Ricoeur, P. (1981). *Hermeneutics and the Human Sciences*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Smith, J. (2015). *Cognitive Processing in Film: A Psychological Perspective*. *Journal of Film Studies*, 12(3), 45-67.
- Thompson, E. (2020). *Emotional Responses to Film: A Cognitive Approach*. *Journal of Media Psychology*, 18(3), 150-165.
- Williams, R. (2018). *The Role of Memory in Film Reception*. *Journal of Cognitive Psychology*, 25(1), 34-50.
- Yusanto, Y. (2019). *Ragam Pendekatan Penelitian Kualitatif*. *Journal of Scientific Communication*, 1(1), 1-13. <http://dx.doi.org/10.31506/jsc.v1i1.7764>.