

**POTRET KESEDIHAN TOKOH UTAMA DALAM NOVEL *GERHANA KEMBAR*
KARYA CLARA NG****A PORTRAIT OF MAIN CHARACTER'S GRIEF IN CLARA NG'S *GERHANA
KEMBAR*****Rizka Mardhatillah^{a,*} Muhammad Adek^b**^{a,b}Universitas Negeri Padang*Corresponding Author. Email: Rizkamardhatillah07@gmail.com**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan potret kesedihan yang dialami tokoh utama dalam novel *Gerhana Kembar* karya Clara Ng. Jenis penelitian yang digunakan merupakan penelitian sastra dengan metode deskriptif. Pendekatan metodologis yang digunakan dalam penelitian ini adalah psikologi sastra, dengan kerangka teori tentang Lima Tahapan Kesedihan dari Kübler-Ross (1969). Sumber data dalam penelitian ini adalah novel *Gerhana Kembar* karya Clara Ng yang terbit tahun 2015 oleh Gramedia Pustaka Utama. Teknik pengumpulan data terdiri atas membaca secara intensif dan memahami isi novel dengan teliti dan cermat untuk memperoleh pemahaman mengenai novel tersebut, Menandai tuturan tokoh dan narasi dalam novel yang sesuai dengan permasalahan penelitian, menginventarisasikan data yang dibutuhkan yang terdapat di dalam novel. Teknik penganalisisan data pada penelitian ini berupa pengklasifikasian data, penganalisisan data dan menghubungkan dengan teori serta memberikan pandangan kritis, menarik kesimpulan dari data yang dianalisis. Hasil analisis menunjukkan bahwa tahapan kesedihan tokoh utama meliputi kelima tahap yaitu penyangkalan, marah, menawar, depresi and penerimaan yang disebabkan oleh kehilangan hal yang berharga, keterpisahan, perubahan suasana dan lingkungan, konflik dalam hubungan dan memberikan dampak secara psikis dan dampak fisik.

Kata kunci: *kesedihan, psikologi sastra, Gerhana Kembar***Abstract**

This study aims to describe the portrait of sadness experienced by the main character in the novel Gerhana Kembar by Clara Ng. The type of research used is literary research with descriptive method. The methodological approach used in this research is literary psychology, with the theoretical framework of the Five Stages of Grief from Kübler-Ross (1969). The data source in this research is the novel Gerhana Kembar by Clara Ng published in 2015 by Gramedia Pustaka Utama. The data collection technique consists of intensive reading and understanding the contents of the novel carefully and meticulously to gain an understanding of the novel, marking the characters' speech and narration in the novel that is in accordance with the research problem, inventorying the required data contained in the novel. Data analysis techniques in this study are classifying data, analyzing data and connecting with theory and providing critical views, drawing conclusions from the analyzed data. The results of the analysis show that the stages of the main character's grief include the five stages of denial, anger, bargaining, depression and acceptance caused by the loss of valuable things, separation, changes in atmosphere and environment, conflicts in relationships and provide psychological impact and physical impact.

Keywords: *Grief, psychology of literature, Gerhana Kembar***PENDAHULUAN**

Karya sastra memuat tokoh-tokoh yang menjadi objek dalam sebuah karya. Tokoh-tokoh tersebut menggunakan penggambaran yang unik sebagai wadah untuk memperindah

karya sastra agar cerita yang dibuat terlihat hidup (Yulfi & Adek, 2023). Setiap tokoh yang dilukiskan oleh pengarang memiliki kepribadian yang berbeda-beda serta memiliki permasalahan kehidupan yang berbeda pula. Lukens (dalam Nurgiyantoro, 2005, p.224) mengemukakan bahwa tokoh cerita dapat dipahami sebagai kumpulan kualitas mental, emosional, dan sosial yang membedakan seseorang dengan orang lain.

Tokoh dalam suatu karya sastra digambarkan memiliki emosi, salah satunya kesedihan. Kesedihan merupakan kondisi emosi manusia saat merasakan kehilangan suatu hal yang berharga, baik itu yang disebabkan oleh keterpisahan dan kematian sekalipun. Kesedihan yang mendalam bisa juga karena kehilangan milik yang sangat berharga yang mengakibatkan kekecewaan atau penyesalan (Krech dalam Minderop, 2010, p.43). Kesedihan dalam kajian psikologi termasuk ke dalam emosi negatif yang diklasifikasikan oleh Lazarus (1991), emosi adalah setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, dan keadaan mental yang meluap-luap. Emosi sendiri merujuk kepada perasaan dan pikiran yang khas, dimana keadaan mental biologis dan psikologis dari serangkaian kecenderungan untuk melakukan sesuatu.

Novel *Gerhana Kembar* karya Clara NG bercerita tentang tentang kisah Fola dan Henrietta yang tertulis dalam naskah tua. Naskah tua yang berjudul “Gerhana Kembar” menceritakan kisah seorang guru TK yang bernama Fola dengan seorang pramugari GIA yang bernama Henrietta. Dalam naskah *Gerhana Kembar* dikisahkan Fola bertemu dengan Henrietta saat beteduh dari guyuran hujan dari sana lah hubungan mereka berkembang. Tetapi tanpa alasan yang diketahui oleh Fola, Henrietta seperti menghilang setelah pertentangan kecil di antara mereka. Setelah berpisah selama 2 tahun Fola bertemu kembali dengan Henrietta. Fola dalam keadaan hamil, perempuan itu sudah menikah dengan seorang dokter yang bernama Erwin. Banyak lika-liku yang dilalui Fola dan Henrietta untuk bisa bersama, banyak pengorbanan yang dilakukan oleh mereka. Serta, Lendy dan Eliza dalam memahami luka Diana juga perjuangan mereka untuk menjemput bahagiannya Diana di saat-saat terakhirnya.

Dalam novel *Gerhana Kembar* karya Clara NG secara implisit memuat hubungan homoseksual antara tokoh Fola dan Henrietta. Clara NG menggambarkan dan menceritakan kisah dua hawa ini melalui naskah tua yang memperlihatkan pergolakan emosi yang dialami dalam lika-liku hubungan mereka untuk bisa bersama. Berdasarkan paparan di atas penelitian ini memilih potret kesedihan dalam novel *Gerhana Kembar* karya Clara NG sebagai objek kajian dalam penelitian ini karena hubungan sesama jenis yang terjalin antara tokoh Fola dan Henrietta untuk mengetahui kesedihan tokoh utama, apa yang menyebabkan tokoh utama mengalami kesedihan serta mengetahui akibat dari kesedihan karena pergolakan emosi tokoh Fola dalam hubungan yang terjalin yang diceritakan dalam naskah tua *Gerhana Kembar*.

LANDASAN TEORI

A. Psikologi Sastra

Psikologi dan sastra merupakan dua disiplin ilmu yang berbeda. Psikologi merupakan suatu ilmu yang meneliti serta mempelajari tentang perilaku atau aktivitas-aktivitas yang dipandang sebagai manifestasi dari kehidupan psikis manusia (Walgito, 2004, p.10). Perilaku atau aktivitas manusia tidak muncul dengan sendirinya, tetapi adanya stimulus atau rangsangan yang memicu hal tersebut, atau disebut sebagai respon atau jawaban terhadap stimulus tersebut (Wiyatmi, 2011, p. 2).

Kedua kajian ini memiliki titik kesamaan yaitu membahas manusia dan saling berinteraksi. Sastra dianggap sebagai karya seni atau kreatifitas pengarang, sedangkan psikologi membantu pengarang dalam melihat dan mengasah kepekaannya kepada kenyataan yang berlaku di masyarakat serta dalam diri masing-masing manusia, mempertajam kemampuan pengamatan dan memberi kesempatan untuk menjajaki pola-pola yang belum dijamah sebelumnya.

Karya sastra dan psikologi memiliki pertautan yang erat, psikologi dan sastra memiliki hubungan secara tidak langsung dan fungsional. Pertautan tidak langsung, karena sastra maupun psikologi mempunyai objek yang sama yaitu kehidupan manusia, sedangkan pertautan fungsional karena psikologi dan sastra sama-sama mempelajari kejiwaan orang lain, dibedakan pada psikologi gejala tersebut terjadi secara nyata, sedangkan dalam sastra bersifat imajinatif (Endraswara, 2008, p.97-99). Dengan demikian, dapat dilihat bahwa dua disiplin ilmu yang berbeda ini saling berkaitan.

B. Tahapan Kesedihan

Teori mengenai Tahapan Kesedihan diungkapkan pertama kali oleh Elizabeth Kubler-Ross, seorang psikiater berasal dari Amerika-Swiss pada tahun 1969 yang dikenal dengan teori *The Five Stages of Grief* yang artinya 5 Tahapan Kesedihan. Teori yang dikemukakan oleh Kubler-Ross ini menyatakan bahwa setiap orang mengalami lima tahapan saat menghadapi kesedihan. Dalam bukunya lima tahapan yang dialami seseorang adalah penyangkalan (denial), marah (anger), menawar (bargaining), depresi (depression), dan penerimaan (acceptance).

a. Tahap pertama: penyangkalan dan pengasingan diri (denial)

Penyangkalan merupakan pertahanan sementara dan akan digantikan dengan penerimaan yang sifatnya parsial (Kubler-Ross, 1998, p.50-51). Mempertahankan penyangkalan tidak melulu menyebabkan distress bila hal tersebut tetap dipertahankan sampai akhir, namun hal ini sangat jarang. Di samping penyangkalan satu bagian dari diri harus menghadapi kenyataan.

b. Tahap kedua: Marah (anger)

Ketika Denial sudah pada puncaknya hingga tidak tertahankan lagi tahap marah ini sulit untuk diatasi dari sudut pandang orang lain jika bukan individu tersebut yang merasakannya sendiri, akan terjadi pergantian perasaan menjadi amarah, dengki dan dendam (Kubler-Ross, 1998, p. 65). Harris dan Winokuer (2016) mengartikan bahwa kemarahan ini dapat diarahkan kepada anggota keluarga yang lain atau kepada orang yang terlibat dalam kejadian menyedihkan tersebut. Bahwa anger terkadang terlihat seperti rasa takut oleh karena kebanyakan orang memilih untuk menyembunyikan amarah mereka.

c. Tahap ketiga: menawar (bargaining)

Kubler-Ross (1998) menawar merupakan bentuk upaya menunda; termasuk dengan hadiah yang tawarkan “bertingkah laku baik”, sehingga timbul “deadline” atau batas waktu yang membebankan pada diri sendiri, juga termasuk pada janji implisit untuk tidak mengharap imbalan lebih dari “bertingkah laku baik” apabila penundaan diberikan.

d. Tahap keempat: depresi (depression)

Terdapat dua jenis depresi, jenis yang pertama adalah depresi reaktif dan jenis kedua depresi preparator (persiapan). Jenis pertama mempunyai sifat yang berbeda dengan jenis yang kedua, jadi dihadapi dengan cara yang berbeda pula, (Kubler-Ross, 1998, p.106-107).

1) Depresi reaktif

Depresi reaktif adalah jenis depresi yang reaksinya berkaitan dengan kerugian. Depresi reaktif merupakan depresi yang berisi kesedihan, kekhawatiran, dan penyesalan. Tahapan ini akan dapat berakhir ketika seseorang mendapatkan sebuah klarifikasi dan jaminan yang dapat menyakinkan bahwa kehidupan mereka akan baik-baik saja.

2) Depresi preparatori (persiapan)

Depresi preparatori atau depresi persiapan adalah jenis depresi yang tidak terlihat serta memiliki arti tertentu. Depresi jenis ini bisa menjadi sebuah persiapan untuk melepaskan dan

menerima seluruh keadaan yang dialami. Tahapan depresi preparatori dapat berkurang dengan diberikannya afeksi berupa pelukan dan pujian dari orang lain kepada seseorang yang mengalami tahapan depresi preparatori.

e. Tahap kelima: menerima (Acceptance)

Pada tahap ini Kubler-Ross (1998) seseorang akan mulai menerima bahwa hal buruk memang sudah terjadi dan mulai mencoba untuk memahami arti dari permasalahan yang dialami bagi hidup, pada tahap ini merasakan hal yang berbeda dikarenakan telah melewati perubahan yang cukup besar dalam hidup. Pada tahap penerimaan ini, perasaan kurang puas dalam tahap ini dapat diminimalisir apabila seseorang sudah merasa bisa bahwa masalah yang dialami tidak akan terlalu berat jika dibandingkan hal buruk lainnya yang untungnya tidak dialami atau berhasil dilewati sebelumnya.

C. Penyebab Kesedihan

Izard (dalam Strongman, 2003) mengemukakan kesedihan merupakan suatu emosi yang dapat dirasakan oleh manusia di saat (1) merasakan kehilangan sesuatu yang dirasa berharga, seseorang saat merasakan kehilangan sesuatu yang berharga seperti kehilangan cinta dan kasih sayang dalam suatu hubungan seperti cinta, dan persahabatan, menimbulkan respon yang mencakup keterkejutan, penyangkalan, keputusan, kecemasan, kebingungan, dan ketidakpercayaan. (2) keterpisahan, saat seseorang memiliki ikatan dengan seseorang lainnya yang mengharuskan untuk memutus ikatan yang sudah dibangun. (3) perubahan suasana atau lingkungan fisik, perasaan cemas atau kekhawatiran seseorang akan kemungkinan perubahan suasana dan lingkungan fisik yang baru. (4) konflik dalam suatu hubungan, dalam suatu hubungan antar manusia pasti memiliki suatu konflik, baik itu hubungan dengan pasangan, orang tua, saudara, serta teman.

D. Dampak Kesedihan

Parkes dalam (Minderop, 2011) menemukan bukti bahwa kesedihan yang berlarut-larut menimbulkan antara lain:

a. Kondisi psikis

1) Depresi, kesedihan yang berlarut-larut karena tidak mampu menerima kenyataan akan menjadi kesedihan yang berlanjut. Seseorang yang depresi akan merasa kesepian, sedih, dan penuh penyesalan.

2) Putus asa, kesedihan yang berkepanjangan juga menyebabkan rasa putus asa, situasi atau kondisi seseorang habis/hilang harapan, tidak ada harapan lagi.

3) Kecemasan, suatu respon dari suatu ancaman yang tidak diketahui sumbernya, bersifat internal, samar-samar dan bersifat konflik. Kecemasan mengacu kepada antisipasi terhadap kekhawatiran akan masa yang akan datang.

4) Jengkel, rasa jengkel dapat terjadi kepada siapapun, baik teman, pasangan, rekan kerja, keluarga, ataupun sahabat.

5) Mudah marah, marah merupakan perasaan tidak nyaman yang berkisar antara terganggu hingga kemurkaan.

b. Kondisi fisik

1) Gangguan tidur atau insomnia, suatu gangguan yang terjadi ketika seseorang mengalami kesulitan untuk tidur, sehingga tidak mempunyai waktu yang cukup untuk tidur.

2) Tidak mempunyai nafsu makan, hal ini karena tubuh merespon dan memberikan sinyal disebabkan manusia mengalami kesedihan. Hingga, otak mengirimkan hormon adrenalin yang membuat tidak nafsu makan.

3) Menarik diri dari lingkungan sekitar, saat seseorang mengalami kesedihan cenderung untuk menarik diri dari lingkungan sekitar untuk sekedar menenangkan diri.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini membahas kesedihan yang dialami oleh tokoh utama dalam novel *Gerhana Kembar*. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian sastra dengan metode deskriptif. Penelitian ini utamanya mengaplikasikan teori Kübler-Ross (1969) mengenai lima tahap kesedihan. Data penelitian ini berbentuk kutipan kata, frasa atau kalimat yang mengandung tahapan kesedihan, penyebab kesedihan dan dampak kesedihan dalam novel *Gerhana Kembar* ditulis oleh Clara NG dan terbit tahun 2015 oleh penerbit Gramedia Pustaka Utama. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kepustakaan yaitu (1) memahami isi cerita dan makna novel yang diteliti, (2) menandai data, (3) mengumpulkan data ke dalam tabel. Teknik penganalisisan data dalam penelitian ini yaitu: (1) mengklasifikasi data menurut kerangka teori (2) mendeskripsikan sekaligus menganalisis konteks tuturan yang memuat nilai moral tokoh pada novel yang diteliti (3) menginterpretasi data, (4) menarik kesimpulan dan melaporkan hasil analisis data.

PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis potret kesedihan yang terdapat dalam novel *Gerhana Kembar* karya Clara NG, terdapat temuan berupa tahapan kesedihan tokoh yang berfokus pada tokoh Fola, selanjutnya penyebab kesedihan tokoh dalam novel *Gerhana Kembar* karya Clara NG, dan dampak kesedihan tokoh dalam novel *Gerhana Kembar* karya Clara NG.

1. Tahapan Kesedihan yang dialami Tokoh Utama

Tahapan kesedihan pertama yang dialami oleh tokoh Fola adalah penyangkalan. Penyangkalan dan pengasingan diri merupakan pertahanan sementara dan akan segera digantikan dengan penerimaan yang sifatnya parsial. Kebanyakan pelaku penyangkalan tidak menggunakannya sedemikian ekstensif. Mereka mungkin mengungkapkan kenyataan situasinya dan mendadak terlihat tidak mampu lagi memandang dengan realistis (Kubler-Ross, 1998: 51-52). Berikut temuan penyangkalan tokoh Fola terhadap masalah yang dihadapinya.

”Fola?” panggil Henrietta, mengejutkannya. ”Kau tidak apa-apa?” ”Tidak,” kata Fola, menyadari separuh perkataannya adalah dusta. Henrietta memandangnya, tidak percaya. (Clara NG, 2015, p. 217).

Kutipan di atas memperlihatkan bahwa tokoh Fola menggunakan kata “tidak” untuk menyangkal serta menghindar akan kondisi yang sedang dihadapinya. Penyangkalan yang dilakukan oleh tokoh Fola disebabkan kekalutannya atas hubungan yang sedang ia jalin dengan Henrietta. Fola tidak dapat menerima hal tersebut sebagai sebuah realitas.

Tahapan kesedihan selanjutnya adalah marah. Marah merupakan tahapan lanjutan dari penyangkalan jika pada tahapan pertama tidak tertahankan lagi oleh seseorang. Rasa ini digantikan dengan rasa marah, gusar, cemburu, dan benci. Berbeda dengan tahapan pertama, tahapan kedua ini sulit diatasi dari sudut pandang orang lain yang tidak mengalami tahapan marah ini. Kemarahan ini terjadi di segala penjuru dan diproyeksikan kepada lingkungan pada saat yang tidak terduga (Kubler-Ross, 1998: 63-64). Penggambaran kemarahan tokoh Fola dapat dilihat sebagai berikut.

Erwin selalu kagum memandangi perempuan yang sedang hamil. Mereka tampak sehat dan lembut. Ada pancaran binar keibuan yang menyihir pada penampilan mereka.

Namun wajah Fola tampak muram.

”Aku tidak kuat lagi.” Erwin berdiri, menyentuh lengan istrinya, dan membimbingnya duduk di kursi pasien. (Clara NG, 2015: 107-108)

Kutipan di atas memperlihatkan bahwa Fola mengungkapkan dia tidak kuat lagi menghadapi mertuanya Lily karena selama 2 tahun pernikahan Fola dan Erwin, Lily tidak pernah akur dengan Fola, hingga kemarahannya memuncak dan mengungkapkan ia tidak kuat lagi menghadapi Lily. Perlakuan Lily kepada Fola membuat dirinya melampiaskan kemarahan yang selama ini dipendamnya.

Tahapan ketiga adalah menawar. Tahapan ini merupakan usaha untuk menunda; termasuk hadiah yang ditawarkan “untuk bertingkah laku baik”, juga timbul “deadline” yang dibebankan pada diri sendiri, dan tercakup juga janji implisit untuk tidak meminta apa-apa lagi bila penundaan diberikan (Kubler-Ross, 1998, p. 103). Berikut contoh penawaran yang dilakukan tokoh Fola.

”Aku tidak ingin kau pergi.”

”Aku juga tidak ingin meninggalkanmu.” Henrietta menunduk, mengamati rambut Eliza yang berwarna cokelat muda. ”Tapi aku pikir semakin cepat aku pergi, semakin cepat pula aku akan pulang.”

”Eropa pasti sangat indah di musim salju ya.”

”Hmmm.”

”Kau dapat meluncur di es?”

”Oh, bisa. Mudah sekali. Itu seperti meluncur di atas roda.”

Fola menatap Henrietta dengan muram. ”Seandainya aku dapat berada di sana.” (Clara NG, 2015, p. 168)

Pada kutipan di atas, Fola berandai untuk menawar perasaan sedihnya. Fola tidak ingin berjauhan terlalu lama dengan Henrietta disebabkan Henrietta akan pergi bekerja selama satu bulan, sehingga Fola dan Henrietta tidak bisa bertemu dalam jangka waktu tersebut.

Tahapan keempat adalah depresi. Pada tahap ini seseorang mengalami salah satu dari dua jenis depresi, yaitu: depresi reaktif dan depresi prepatori. Dua jenis depresi ini memiliki cara yang berbeda dalam menghadapinya (Kubler-Ross, 1998, p. 106-107). Berikut temuan data terkait depresi yang dialami oleh tokoh Fola.

Henrietta tidak berkata apa-apa, melainkan menghapus tiga tetes air mata yang meluncur turun di pipi Fola. Fola ingin Henrietta berkata bahwa semuanya akan berlalu dengan baik-baik saja, bahwa cinta mereka akan menyelesaikan segalanya. Dia ingin Henrietta berkata bahwa cinta tidak pernah salah, dan jika kau mencintai seseorang dengan sepenuh hatimu, kau sesungguhnya mendapat anugerah. Dia ingin Henrietta berkata bahwa jika kau melakukan hal-hal luar biasa untuk orang yang kaucintai, itu berarti kau jujur kepada dirimu sendiri. (Clara NG, 2015, p. 185)

Berdasarkan kutipan di atas Fola berharap bahwa Henrietta memberikannya kata-kata untuk memberikannya kekuatan seperti “dia ingin Henrietta berkata bahwa cinta mereka tidak salah, dan mencintai seseorang dengan sepenuh hatimu, kau sesungguhnya mendapatkan anugerah”. Kesedihan yang sulit diatasi oleh Fola seorang melalui pengharapannya akan beberapa kata dari Henrietta untuk menguatkan dirinya. Hal ini terlihat saat air mata Fola yang bercucur menandakan dirinya merasa depresi dengan hubungan yang dijalannya bersama Henrietta. Depresi yang dialami oleh Fola tergolong depresi reaktif.

Tahapan terakhir yang dialami oleh Fola sebagai reaksi atas kesedihannya adalah penerimaan. Penerimaan lebih merupakan kehampaan perasaan. Seolah bila rasa sakit hilang, perjuanganpun berakhir dan datanglah saat yang menenangkan (Kubler-Ross, 1998, p. 135).

”Pergilah dengan damai, suamiku. Jangan pernah merasa takut, hatiku selalu melindungimu.”

Air mata Fola meleleh membasahi seprai ketika menyadari hangat perlahan-lahan lenyap pada sekujur tubuh Erwin. (Clara NG, 2015, p. 297)

Dari kutipan di atas, tokoh Fola dengan ikhlas melepas kepergian suaminya, Erwin. Keikhlasan Fola merupakan penerimaan akan kesedihan yang bertubi-tubi melanda dirinya. Fola melihat Erwin seperti seseorang yang telah meninggal, walau detak jantungnya tetap berdenyut, dan bertahan selama dua hari. Momen ini menunjukkan penerimaan Fola atas kemungkinan buruk apa saja yang terjadi pada dirinya.

2. Penyebab Kesedihan yang dialami Tokoh Utama

Temuan penelitian menunjukkan penyebab kesedihan tokoh utama dalam novel Gerhana kembar adalah kehilangan hal berharga, keterpisahan, perubahan suasana dan konflik dalam sebuah hubungan. Kehilangan hal yang berharga merupakan salah satu penyebab kesedihan. Kehilangan seorang yang dicintai baik karena kematian atau perpisahan. Kehilangan hal yang berharga atau sesuatu yang dianggap penting dalam hidup membawa individu melalui serangkaian tahap emosional, termasuk kesedihan. Berikut contoh temuan kehilangan hal berharga di dalam novel.

Pada pertemuan ketiga dengan dokter, Fola berjalan keluar di lorong rumah sakit yang hening. Mengabaikan teriakan suara hatinya yang meraung putus asa, dia terus berjalan tenang, kembali ke rumah. (Clara NG, 2015, p.192)

Berdasarkan kutipan tersebut, Clara NG menggambarkan bagaimana sosok Fola saat mengabaikan raungan putus asa dalam dirinya dengan berjalan tenang untuk kembali ke rumah setelah pertemuan dengan dokter mengenai kondisi Ibunya. Kesedihan Fola saat mendapati berita mengenai kondisi sang Ibu yang waktunya tidak lama lagi di dunia.

Keterpisahan merupakan kondisi atau situasi dimana terdapat jarak, baik secara fisik, emosional, atau psikologis dalam suatu hubungan antar individu. Dari hasil analisis ditemukan sebanyak 6 data keterpisahan dalam novel Gerhana Kembar karya Clara NG. Berikut contoh kutipannya.

Fola menghabiskan tujuh malam memeluk bantal itu menangis sambil memikirkan Henrietta. Ketika dia terbangun pada pagi hari, sekali lagi dia menangis tersedu-sedu, meringkukkan wajahnya di balik bantal agar tidak ada seorang pun yang menyadari kesedihannya. (Clara NG, 2015, p. 249)

Pada kutipan di atas, memperlihatkan kesedihan Fola yang digambarkan dengan Fola menghabiskan tujuh malam memeluk bantal menangis sambil memikirkan Henrietta. Hal ini disebabkan karena keterpisahan jarak antara Fola dan Henrietta.

Perubahan suasana atau lingkungan fisik dapat berupa suatu peristiwa yang membuat atau mengalami perubahan dalam hidup individu, seperti pindah atau perubahan status sosial yang dapat menimbulkan perasaan tidak pasti dan kesedihan.

Fola berhenti sejenak, memandangi ibunya yang berbaring sendirian di kamar tidurnya. Sejak Ibu sakit, ruang-ruang lain di rumah ini sangat sepi. Mereka merindukan suara Ibu yang lantang dan ceria. Tanpa sadar, mata Fola berkaca-kaca. (Clara NG, 2015, p. 193)

Dari kutipan di atas, kesedihan Fola berasal dari perubahan suasana yang dirasakannya saat Ibunya sehat dibandingkan dengan ibunya terbaring sakit.. perubahan suasana itu digambarkan dengan suasana sepi pada ruangan-ruangan yang ada dalam rumahnya, suasana sepi itu dipertegas dengan perasaan Fola yang merindukan suara Ibunya yang lantang dan ceria.

Konflik dalam suatu hubungan dapat menyebabkan kesedihan karena hilangnya dukungan emosional. Konflik dalam suatu hubungan dapat berupa hubungan dengan orang tua,

sahabat, maupun pasangan. Dari hasil analisis ditemukan sebanyak 3 data konflik dalam suatu hubungan dalam novel *Gerhana Kembar* karya Clara NG. berikut kutipannya.

“Aku anak tunggal Mama, anak kesayangan Mama yang dibanggakan. Tanpa dorongan dan perhatian Mama, aku tidak mungkin lulus dari sekolah kedokteran. Mama hanya menginginkan yang terbaik buatku. Seorang ibu menginginkan anaknya berbahagia. Titik. Karena itu, dia selalu mencemaskan hidupku, apalagi sekarang dia semakin tua.”
”Tapi aku istrimu.” (Clara NG, 2015, p. 110)

Dari kutipan di atas, Fola berkonflik dengan Erwin yang disebabkan oleh mama Erwin, Lily. Hubungan Fola dan mertuanya tidaklah terlalu baik disebabkan Lily terlalu sering mencampuri urusan rumah tangga Erwin dan Fola, yang membuat Fola merasa marah terhadap perlakuan Lily. Perlakuan Lily tersebut didasari karena Erwin anak kesayangannya seperti ucapan Erwin kepada Fola.

3. Dampak Kesedihan yang dialami Tokoh Utama

Kesedihan merupakan emosi universal yang dapat dikenali dari raut wajah, gestur tubuh, serta respon tubuh. Kesedihan juga bisa dipahami sebagai respon emosional kompleks terhadap kejadian dalam kehidupan. Seseorang yang merasakan kesedihan dalam dirinya memiliki dampak yang signifikan, baik secara psikis maupun fisik (Parkes dalam Minderop, 2011). Dalam novel *Gerhana Kembar*, ditemukan dampak psikis dan fisik dari kesedihan yang dialami tokoh utama.

Dampak psikis dari kesedihan merupakan respon emosional alami terhadap berbagai pengalaman hidup dan dampaknya dapat bervariasi dari ringan hingga parah tergantung pada situasi dan kondisinya. Dampak psikis dari kesedihan mencakup perubahan-perubahan emosional dan mental yang terjadi pada individu yang mengalami kesedihan, seperti mudah marah, depresi, jengkel, putus asa, dan kecemasan. Berikut kutipannya.

Erwin merangkul bahu Fola dan meremasnya lembut.

”Fola, jangan marah-marah. Nanti bayimu tegang.”

”Aku tidak mau marah-marah.”

”Kalau begitu, tenangkan dirimu, Sayang.”

Erwin meremas bahu Fola tapi istrinya mendorong tangan itu menjauh. ”Jangan menyuruhku tenang atau jangan marah-marah. Aku sudah capek diatur-aturl sama Mama se-dari dulu.” Dan, aku juga tidak bahagia dengan pernikahan ini. Tapi kalimat itu tidak diucapkan Fola keras-keras. Dia menyimpannya dalam hati. (Clara NG, 2015, p. 108-109)

Dari kutipan di atas, dampak psikis yang nampak pada Fola adalah marah. Fola marah disebabkan Fola diatur Mama mertuanya se-dari dulu. Emosi marah yang dialami oleh Fola juga didasari karena ia merasa tidak bahagia dengan pernikahannya. Kesedihan yang terus melanda Fola membuat dirinya merasa jenuh dan terkuras secara emosional.

Selain psikis, dampak fisik juga ditemukan. Dampak fisik dari kesedihan meski sering dikaitkan dengan aspek emosional, dampak secara fisiknya juga dapat dirasakan. Dampak fisik dari kesedihan mencakup perubahan atau gejala yang dapat muncul atau timbul pada tubuh fisik seseorang sebagai respons terhadap kesedihan yang dialami individu. Berikut kutipannya.

”Cantiknya cucuku ini. Wajahnya seperti Erwin.”

Persetan. Persetan dengan semuanya. Air mata Fola nyaris runtuh. ”Ya, Ma,” bisiknya serak. ”Mirip Erwin.”

Lily berbalik setelah mencium Eliza dengan gaya dramatis. (Clara NG, 2015, p. 172)

Dari kutipan di atas, amarah Fola bergejolak di dalam dirinya dengan memaki hingga air matanya nyaris runtuh. Dampak fisik lainnya yaitu suaranya yang serak karena menahan amarah yang tertahan di dalam dirinya. Fola kehilangan kestabilan atas fisiknya karena

kesedihan yang terus melanda dirinya. Dampak-dampak inilah yang membuat tokoh Fola menjadi sangat rentan dan rapuh baik secara fisik maupun psikis.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa tokoh utama Fola dalam novel *Gerhana Kembar* mengalami lima tahap kesedihan seperti yang dinyatakan oleh Kubler-Ross. Tokoh Fola mengalami kelima tahap tersebut, namun dalam tingkatan dan periode yang berbeda-beda tergantung stimulus yang diterimanya. Adapun penyebab dari kesedihan tokoh Fola yaitu kehilangan ibunya, keterpisahan jarak dengan Henrietta, perubahan suasana rumah, dan konflik dengan mertuanya. Kesedihan yang bertubi-tubi melanda Fola menimbulkan berdampak secara fisik dan psikis.

DAFTAR PUSTAKA

- Clara, NG. (2015). *Gerhana Kembar*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Endraswara, S. (2008). *Metode Penelitian Psikologi Sastra: Teori, Langkah dan Penerapannya*. Yogyakarta: Med Pres.
- Harris, D. L., & Winokuer, H. R. (2019). *Principles and Practice of Grief Counseling*. Springer publishing company.
- Kubler-Ross, E. (1998). *On Death and Dying*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Lazarus, R.S. (1991). *Emotion and Adaptation*. Oxford: Oxford University Press
- Minderop, A. (2011). *Psikologi Sastra: Karya Sastra, Metode, Teori, dan Contoh Kasus*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Nurdiyantoro, B. (2005). *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: UGM Press.
- Strongman, K. T. (1996). *The Psychology Of Emotion: Theories Of Emotion In Perspective*. John Wiley & Sons.
- Walgito, B. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Penerbit ANDI.
- Wiyatmi. (2011). *Psikologi Sastra Teori dan Aplikasinya*. Yogyakarta: Kanwa Publisher
- Yulfi, S., & Adek, M. (2023). Unsur Psikis Tokoh Utama dalam Novel Elegi Haekal karya Dhia'an Farah. *Persona: Kajian Bahasa dan Sastra*, 2(3), 395-405.