

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Novel adalah karya sastra berbentuk prosa yang memiliki jalan cerita yang kompleks, karakter yang banyak, suasana yang beragam, dan latar yang beragam pula (Sumardjo dan Saini, 1997:29). Sebuah novel dapat digunakan untuk memahami kepribadian manusia dalam dunia nyata karena tokoh dalam novel diciptakan melalui pengalaman maupun imajinasi yang telah didapat oleh sastrawan (Ratna, 2004:62). Selain itu, novel juga sering kali menggambarkan emosi-emosi yang berasal dari tokohnya. Emosi-emosi tersebut berkaitan dengan masalah psikologi atau kejiwaan.

Dalam dunia sastra sendiri, penelitian mengenai kondisi kejiwaan tokoh termasuk dalam cabang ilmu psikologi sastra. Suwardi Endraswara (2013:96) mengemukakan bahwa psikologi sastra merupakan pendekatan sastra yang memandang karya sebagai aktivitas kejiwaan. Pendekatan ini menitikberatkan pada keadaan jiwa, baik terhadap pengarang, tokoh dalam karya sastra, pembaca karya sastra, maupun pada teks karya sastra itu sendiri (Hartoko dan B. Rahmanto, 1986:126).

Adanya kemajuan zaman, teknologi, dan pengetahuan telah menjadi salah satu faktor yang melahirkan novel-novel dengan tokoh menarik dari seluruh dunia termasuk negara sakura yaitu Jepang. Ada banyak sastrawan Jepang yang memunculkan novel-novel dengan cerita penuh makna dan tokoh-tokoh yang menarik, salah satunya adalah Higashino Keigo.

Higashino Keigo lahir pada 4 Februari 1958 di Osaka, Jepang. Ia terlahir dari keluarga miskin, memiliki dua orang kakak laki-laki, dan orang tua yang menjalankan bisnis toko kelontong kecil. Ia dikenal sebagai penulis cerita misteri terbaik dan telah memenangkan berbagai penghargaan untuk cerita misterinya. Beberapa diantaranya, ia pernah memenangkan penghargaan *Edogawa Rampo Prize*, yaitu penghargaan yang diberikan tiap tahun untuk karya misteri terbaik yang tidak diterbitkan. Saat berusia 27 tahun, novelnya yang berjudul *Hōkago (After School)* mendapat penghargaan tepatnya pada tahun 1985. Setelah itu ia berhenti bekerja dan memulai karirnya sebagai penulis di Tokyo. Ia juga pernah menjabat sebagai Presiden Penulis Misteri ke-13 dari 2009 sampai 2013.

Pada tahun 1999, ia kembali memenangkan penghargaan pada *Mystery Writers of Japan Award* untuk novel *Naoko*. Kemudian pada tahun 2004 dan 2006 ia memenangkan penghargaan pada acara *134th Naoki Prize* untuk novel miliknya yang berjudul *The Devotion of Suspect X (Yōgisha X no Kenshin)* (https://www.bookbrowse.com/biographies/index.cfm/author_number/2206/keigo-higashino). Pada tahun tersebut ia kembali menerima penghargaan pada *6th Honkaku Mystery Award* dengan novel yang sama dan menduduki peringkat satu dalam acara *Kono Mystery Ga Sugoi* dan *Honkaku Mystery Best 10*. Terjemahan bahasa Inggris novel ini juga masuk dalam nominasi novel terbaik pada 2012 dalam penghargaan *Edgar Award* (<https://higashinokeigoisthebest.home.blog/biography-of-keigo-higashino/>).

Meski dikenal sebagai penulis cerita misteri, ia juga menulis esai, buku cerita untuk anak-anak, dan novel bertemakan fantasi. Salah satunya adalah novel miliknya yang bertajuk *Namiya Zakkaten No Kiseki* yang diterjemahkan ke dalam

bahasa Indonesia dengan judul “Keajaiban Toko Kelontong Namiya.” Novel ini telah difilmkan dan pernah memenangkan *7th Chūōkōron Literary Award* pada tahun 2012 (<https://www.chuko.co.jp/aword/chukou/>) serta telah terjual sebanyak 1,6 juta kopi di China.

Novel *Namiya Zakkaten No Kiseki* bercerita tentang tiga anak laki-laki yaitu Atsuya, Shota, dan Kohei yang terjebak di toko kelontong tua misterius setelah melakukan pencurian di rumah seorang direktur wanita. Demi kabur dari pengejaran polisi, ketiganya bersembunyi di toko kelontong tua sampai tiba-tiba datang satu persatu surat misterius melalui lubang surat.

Shota dan Kohei adalah yang paling menyukai kegiatan itu, sedangkan Atsuya sendiri merasa bahwa membalas surat tersebut hanya membuang-buang waktu. Ia merasa tidak ada asyiknya berhubungan dengan orang-orang dari masa lalu. Jika nanti terjadi sesuatu, orang-orang tersebut tidak akan bisa menyelamatkan mereka, dan mereka hanya bisa melindungi diri mereka sendiri.

Atsuya meyakini hal tersebut karena kehidupan masa kecilnya yang kurang perhatian. Lahir dari rahim seorang ibu pemilik bar tanpa ayah kandung membuat Atsuya kurang merasakan kasih sayang dan perhatian dari keluarganya sendiri. Sang ibu sibuk bekerja di bar ditemani lelaki yang menjadi ayah tiri Atsuya. Lelaki itu sering memukuli, menyiksa, dan tidak mempedulikan Atsuya. Ibunya pun sama sekali tidak membela Atsuya, ia justru meninggalkannya seorang diri. Kehidupan masa kecil itulah yang membuat Atsuya merasa takut memulai hubungan dengan dunia baru. Atsuya tidak mau ikut campur urusan orang lain dan berurusan dengan mereka.

Sikap yang diperlihatkan Atsuya pada lingkungannya ini tentu dipengaruhi atas kondisi psikologisnya. Dilihat secara umum, permasalahan kondisi psikologis dapat terjadi karena berbagai faktor, seperti bentuk pola asuh orang tua, karakter diri, dan gangguan psikologis lainnya seperti gangguan kecemasan, depresi, dan lain-lain.

Atkinson (1991) mengemukakan bahwa seseorang yang mengalami depresi biasanya akan cenderung memiliki perasaan patah, atau tidak memiliki harapan, atau ketidakberdayaan yang berlebihan. Menurut Beck dan Alford (2009) depresi adalah sebuah gangguan psikologis yang dicirikan dengan adanya penyimpangan perasaan, dan perilaku seseorang. Gangguan psikologis ini terjadi karena rasa trauma, asumsi yang difungsional, dan pemikiran negatif tentang diri sendiri. Keadaan tersebut sesuai dengan salah satu kutipan yang tertera dalam novel *Namiya Zakkatten No Kiseki*.

Contoh Data :

敦也は、ふんと鼻を鳴らし、身体を起こした。「どうにかしてやりたい？笑わせるなよ。俺たちみたいな者に何ができる？金はない、学歴はない、コネもない。俺たちにできることといえば、けさな空き巣狙いぐらいだ。それにしたって、ちょっとも計画通りに運ばない。何とか金目のものを奪ったと思ったら、逃走用の車が故障ときてる。だからこんなところで埃まみれになってるんだろうが。自分のことでさえ何ひとつ満足にできない俺たちが、人の相談に乗るなんてこと、できるがけないじゃねえか」

(Higashino, 2012:25)

Atsuya wa, fun to hana wo narashi, karada wo okoshita. "Dounikashite yaritai? Warawaserunayo. Oretachi mitaina sha ni nani ga dekiru? Kin wa nai, gakureki wa nai, kone mo nai. Oretachi ni dekiru koto to ieba, kesana akisu nerai guraida. Soreni shitatte, chottomo keikakudouri ni hakobanai. Nantoka kaneme no mono o ubatta to omottara, tousouyou no kuruma ga koshou to kiteru. Dakara konna tokoro de hokorimamire ni natteru ndarou ga. Jibun no koto de sae nan hitotsu manzoku ni

dekinai oretachi ga, hito no soudan ni noru nante koto, dekiru gake nai jane ka.”

Atsuya mendengus dan berdiri dari duduknya. “Kamu ingin melakukan sesuatu? Jangan bersikap konyol! Apa yang bisa dilakukan oleh orang seperti kita? Kita miskin, tidak berpendidikan, bahkan tidak memiliki relasi. Yang bisa kita lakukan hanyalah mencuri, dan itu pun tidak berjalan sesuai rencana. Pada akhirnya mobil yang kita curi mogok. Akibatnya kita harus pindah ke tempat reyot dan penuh debu ini. Apa kau pikir orang seperti kita yang tidak bisa membereskan masalahnya sendiri dapat membantu orang yang lain?”

Berdasarkan contoh data tersebut terlihat bahwa Atsuya memandang dirinya secara rendah dan negatif. Hal ini juga sejalan dengan paparan sebelumnya mengenai depresi sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa Atsuya mengalami masalah psikologis yaitu depresi. Peristiwa yang menimpa Atsuya kecil berupa kurangnya perhatian dari sang ibu, dan perlakuan buruk dari ayah tirinya telah berjalan lama mengakibatkan terbentuknya perubahan psikologi pada diri Atsuya. Atsuya tumbuh menjadi pribadi yang pesimis terhadap masa depan, tidak berani mengambil resiko pada suatu peristiwa karena takut kerepotan sendiri, merasa tidak berharga, dan enggan berharap pada apapun. Keadaan ini dapat disimpulkan sebagai depresi karena telah berlangsung dalam waktu yang lama atau lebih dari 2 minggu (APA, 2000).

Depresi sangat berpengaruh dalam kehidupan dan merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang masih mendapat perhatian serius sampai saat ini. *World Health Organization* (WHO) telah memprediksikan bahwa pada tahun 2020, depresi akan menjadi salah satu penyebab kedua terbesar kematian setelah serangan jantung. Di samping hal itu, orang yang depresi akan merasakan kekurangan motivasi, kehilangan rasa percaya diri, dan cenderung sulit terbuka dengan orang baru.

Gangguan psikologis ini juga lebih mudah diderita oleh orang-orang yang mempunyai interpretasi negatif yang mereka ciptakan secara individual, seperti memandang diri secara negatif, memandang dunia secara negatif, dan memandang masa depan secara negatif (Beck dalam Wilkinson, 1995:26). Akibatnya adalah orang-orang tersebut akan memberikan hal buruk pada diri sendiri dan melihat suatu kejadian dengan pemikiran buruk, bahkan pemikiran bahwa orang lain akan bernasib sama seperti dirinya.

Orang-orang yang tidak dapat berpikir positif itu tidak hanya merepotkan diri sendiri, tetapi juga dapat merepotkan orang lain. Dikarenakan pemikiran negatifnya, orang tersebut akan sulit melihat peristiwa baik dan secara spontan menganggap pemikiran negatifnya akan menimpa orang lain. Kondisi inilah yang akhirnya menarik perhatian peneliti untuk membahas lebih lanjut mengenai pola kognitif yang mengindikasikan gangguan depresi pada tokoh Atsuya.

1.2 Rumusan Masalah

1. Apa saja unsur intrinsik yang terdapat dalam novel *Namiya Zakkaten No Kiseki* karya Higashino Keigo?
2. Apa saja pola-pola kognitif yang mengindikasikan gangguan depresi pada tokoh Atsuya dalam novel *Namiya Zakkaten No Kiseki* karya Higashino Keigo?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Mendeskripsikan unsur-unsur intrinsik yang terdapat dalam novel *Namiya Zakkaten No Kiseki* karya Higashino Keigo.
2. Memaparkan pola-pola kognitif yang mengindikasikan gangguan depresi pada tokoh Atsuya dalam novel *Namiya Zakkaten No Kiseki* karya Higashino Keigo.

1.4 Manfaat Penelitian

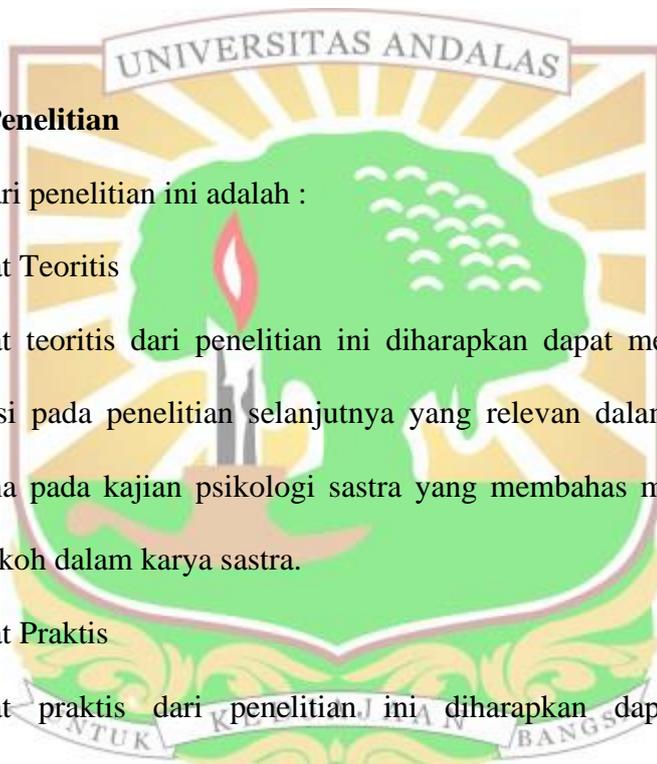
Manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi pada penelitian selanjutnya yang relevan dalam bidang sastra, terutama pada kajian psikologi sastra yang membahas mengenai depresi pada tokoh dalam karya sastra.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai konsep psikologi dari teori Beck serta bentuk pola-pola depresi yang dapat mempengaruhi tokoh dalam karya sastra.



1.5 Tinjauan Pustaka

Berdasarkan data-data yang diperoleh, peneliti telah menemukan penelitian terdahulu yang berkaitan dengan objek novel *Namiya Zakkaten No Kiseki*. Pertama, pada penelitian milik Adam (2020) yang berjudul, “Konflik Batin Tokoh Imamura Kazuki dalam Novel *Zettai Seigi* karya Akiyoshi Rikako Kajian Psikologi Sastra.” Adam mengemukakan bahwa tujuan dari penelitiannya adalah untuk menjelaskan bentuk, faktor, dan dampak dari konflik batin tokoh Kazuki. Penelitian ini menggunakan pendekatan teori sastra dengan mengkaji karya sastra memakai teori konflik. Berdasarkan teori tersebut disimpulkan bahwa konflik batin yang dialami Imamura Kazuki terdiri dari tujuh konflik mendekat, dan empat konflik menjauh.

Selanjutnya penelitian milik Tryansah (2020) yang berjudul “Analisis Psikologis pada tokoh Ishida dalam Manga *Koe no Katachi* karya Yoshitoki Ooima.” Tryansah mengemukakan bahwa tujuan dari penelitiannya ialah untuk mendeskripsikan struktur jiwa dan penyebab gangguan psikologis yang dialami Ishida. Teori yang digunakan adalah psikoanalisis menurut Sigmund Freud, dan teori depresi menurut Jonathan Trisna. Berdasarkan teori-teori tersebut didapatkan bahwa Ishida mengalami gangguan psikologis berupa depresi dan rasa tertekan yang disebabkan oleh ingatan masa lalu. Dijelaskan pula struktur jiwa pada tokoh Ishida dalam manga “*Koe No Katachi*” menunjukkan tiga perilaku id yaitu, berperilaku tidak logis seperti merasa senang karena dipukul oleh orang yang lebih tua, mencari kesenangan diri sendiri yang bersifat amoral seperti membuli Shouko, dan menunjukkan kepuasan yang bersifat buta setelah membuli Shouko.

Berikutnya penelitian milik Fitria (2018) yang berjudul, “Nilai Budaya Jepang *Amae, On, dan Giri* dalam film *Namiya Zakkaten no Kiseki*.” Fitria mengemukakan

bahwa tujuan dari penelitiannya adalah untuk mengetahui manfaat dari mencontoh nilai budaya Jepang agar bisa meningkatkan tanggung jawab tiap individu dalam masyarakat. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan psikologi sastra dengan mengkaji karya sastra menggunakan teori konflik. Berdasarkan teori tersebut ditemukan sembilan tokoh yang memiliki pengaruh pada plot, cerita, dua latar tempat yang paling utama, dan dua latar waktu yang berbeda seiringan sehingga membentuk urutan waktu dengan pola linier.

Selanjutnya penelitian milik Agustini (2017) yang berjudul, “Gejala Depresi Seorang Guru yang Tercermin dalam Anime *Sayonara, Zetsubou Sensei* karya Akiyuki Shinbo.” Agustini menerangkan bahwa tujuan dari penelitiannya adalah untuk mengidentifikasi dan menganalisis gejala depresi seorang guru yang tercermin dalam anime tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan psikologi sastra dan memakai teori kognitif dan Beck. Berdasarkan teori tersebut ditemukan simtom kognitif dan simtom motivasional sebagai simtom yang sering ditemui dalam individu yang mengalami gangguan depresi.

Penelitian milik Hannum (2017) yang berjudul, “Analisis Psikologis Tokoh Utama dalam Novel Kesetiaan Mr.X karya Keigo Higashino.” Hannum mengemukakan bahwa tujuan dari penelitiannya adalah untuk mendeskripsikan kepribadian Ishigami dan memberikan gambaran sikap dan perilaku id, ego, dan super ego yang diungkapkan Keigo Higashino dalam novel tersebut. Teori yang digunakan adalah teori psikoanalisis menurut Sigmund Freud. Berdasarkan teori tersebut dapat ditemukan banyak perilaku id dalam tokoh Ishigami, dan ego dan super ego tidak terlalu berperan. Tetapi ada saat dimana ego sangat berperan sehingga dapat mengontrol id yang tidak sesuai dengan nilai-nilai moral.

Penelitian berikutnya yang sejenis adalah milik Gultom (2014) yang berjudul, “Analisis Psikologis Tokoh Utama Inoha Hotaru dalam Novel *Kiite Ite Kudasai* karya Murakami Haru.” Gultom menyimpulkan bahwa tujuan dari penelitiannya adalah untuk mendeskripsikan masalah psikologi yang dihadapi tokoh Inoha Hotaru dengan masalah *miai kekkon*, dan mengungkapkan gangguan depresi yang dialami tokoh utama tersebut. Teori yang digunakan adalah teori Aaron Beck. Berdasarkan teori tersebut didapatkan bahwa tokoh utama mengalami depresi karena tidak dapat memilih pasangan dengan bebas pada masa feodal Edo.

Berdasarkan beberapa tinjauan pustaka di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian kali ini berbeda dengan penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya karena penelitian ini menganalisis tokoh Atsuya dalam novel *Namiya Zakkaten No Kiseki* karya Higashino Keigo.

1.6 Landasan Teori

1.6.1 Unsur Intrinsik

Unsur intrinsik adalah unsur-unsur yang terdapat dalam karya sastra yang berfungsi untuk membangun karakter dan jalan cerita yang akurat. Unsur intrinsik terdiri atas tema, plot, penokohan, gaya bahasa, sudut pandang dan amanat. Berikut adalah rinciannya :

1. Tema, adalah pokok cerita yang menjadi dasar pengembangan seluruh cerita yang di dalamnya terdapat plot.
2. Plot, adalah rangkaian peristiwa dalam cerita. Secara umum plot dibagi menjadi tiga jenis yaitu plot maju, plot mundur, dan plot campuran atau maju mundur. Tetapi penguraian plot pada novel ini akan menggunakan

tahap-tahap pemplotan menurut Tasrif (dalam Mochtar Lubis, 1978:10) yaitu sebagai berikut :

- a. Tahap situasi (*situation*), yaitu tahap yang berisi pembukaan cerita, pemberian informasi awal untuk melandasi cerita yang dikisahkan pada tahap berikutnya.
 - b. Tahap pemunculan konflik (*generating circumstances*), yaitu tahap awal munculnya konflik yang akan dikembangkan pada tahap berikutnya.
 - c. Tahap peningkatan konflik (*rising action*), yaitu tahap dimana kadar intensitas konflik bertambah dan cerita semakin mencekam.
 - d. Tahap klimaks (*climax*), yaitu tahap dimana konflik telah mencapai intensitas puncak yang akan dialami tokoh utama dalam sebuah cerita.
 - e. Tahap penyelesaian (*denouement*), yaitu tahap penutup sebuah cerita dengan memberikan penyelesaian pada konflik-konflik yang ada dan cerita diakhiri.
3. Penokohan, adalah penggambaran mengenai pandangan hidup, sikap, dan sifat tokoh cerita dalam karya sastra. Ditambahkan oleh Sudjiman (1988:22), watak adalah kualitas nalar dan jiwa tokoh yang membedakannya dengan tokoh lain. Berdasarkan segi peranannya, penokohan atau watak dibagi menjadi dua jenis, yaitu :
- a. Tokoh utama, yaitu tokoh yang diutamakan penceritaannya dalam cerita. Biasanya selalu hadir di setiap kejadian dan sangat menentukan perkembangan plot secara keseluruhan.
 - b. Tokoh tambahan, yaitu tokoh yang tidak terlalu mendominasi cerita.

4. Latar, adalah keterangan mengenai tempat terjadinya peristiwa dalam cerita berlangsung. Unsur-unsur yang terdapat dalam latar dibedakan menjadi tiga jenis, yaitu :
 - a. Latar tempat, yaitu menampilkan keadaan geografis sebuah tempat dalam cerita.
 - b. Latar waktu, yaitu berhubungan dengan waktu kejadian dalam cerita.
 - c. Latar sosial, yaitu menyoroti pada hal-hal yang berkaitan dengan perilaku kehidupan sosial masyarakat di suatu tempat dalam cerita.

1.6.2 Psikologi Sastra

Suwardi Endraswara (2013:96) berpendapat bahwa psikologi sastra merupakan pendekatan sastra yang memandang karya sebagai aktivitas kejiwaan. Pendekatan ini menitikberatkan pada keadaan jiwa, baik terhadap pengarang, tokoh dalam karya sastra, maupun pembaca. Menurut Atar Semi (1989:46), pendekatan psikologi sastra adalah pengkajian sastra yang terpusat pada segi-segi psikologis tokoh dalam karya sastra. Pendekatan psikologi sastra akan menampilkan peran sastra secara adil dan hidup yang melukiskan kehidupan manusia (Andre Hardjana, 1985:66).

Psikologi sastra memiliki peranan penting dalam memahami karya sastra karena memiliki kelebihan seperti: pertama, pentingnya psikologi sastra untuk mendalami aspek perwatakan; kedua, psikologi sastra memberikan umpan balik pada peneliti tentang masalah perwatakan yang dikembangkan; dan terakhir pendekatan ini sangat membantu untuk menganalisis karya sastra yang kental dengan masalah-masalah psikologis. (Minderop, 2011:2).

Wellek dan Warren (1990) mengemukakan bahwa psikologi sastra mempunyai empat kemungkinan pengertian. Pertama adalah studi psikologi pengarang sebagai tipe atau sebagai pribadi, yaitu mengarah pada psikologi seni dan mengamati kondisi kejiwaan pengarang pada saat membuat karya sastra. Kedua adalah studi proses kreatif, yaitu bagaimana langkah-langkah psikologi fokus pada karya sastra yang dikemukakan. Ketiga adalah studi tipe dan hukum-hukum psikologi yang diterapkan pada karya sastra menggunakan teori-teori psikologi. Dan keempat mempelajari dampak sastra pada pembaca yang lebih fokus pada segi-segi pragmatik psikologi teks sastra terhadap pembacanya.

Dalam penelitian ini digunakan butir ketiga yaitu penelitian hukum-hukum psikologi yang diterapkan pada karya sastra dengan novel *Namiya Zakkaten No Kiseki* sebagai objek kajian yang dianalisis dengan teori triad kognitif depresi yang memandang diri, masa depan, dan dunia secara negatif dikarenakan rangkaian pola tersebut menjadi faktor seseorang mengalami depresi yang juga merupakan kajian dalam psikologi sastra.

1.6.3 Depresi

Depresi adalah sebuah istilah yang memiliki banyak nuansa arti. Ada banyak orang yang kerap kali melebih-lebihkan keadaan seseorang saat depresi. Padahal tidak semua perasaan sedih, suasana hati yang buruk, kecewa, putus asa, dan lain-lain dapat disebut depresi. Perasaan tersebut cukup normal dirasakan dan merupakan reaksi sehat yang berlangsung singkat dan mudah dihalau. (Namora L, 2009:12).

Jonatan dalam Hadi (2004:15) menjelaskan bahwa depresi adalah suatu perasaan sendu atau sedih yang biasanya disertai dengan diperlambatnya gerak dan fungsi tubuh, mulai dari perasaan murung sedikit sampai pada keadaan tak berdaya. Atkinson (Lubis, 2009:13) juga menyatakan bahwa depresi adalah gangguan *mood* yang dicirikan dengan tidak ada harapan, tak mampu mengambil keputusan, ketidakberdayaan yang berlebihan, tak punya semangat hidup, selalu tegang, dan mencoba bunuh diri.

Secara umum, depresi sulit dibedakan dengan gangguan cemas (*anxiety*). Kecemasan adalah perasaan yang dialami ketika seseorang berpikir tentang sesuatu yang tidak menyenangkan akan terjadi (Priest, 1994). Misalnya, seseorang yang menghadapi masalah dan belum menemukan penyelesaian yang pasti akan menunjukkan reaksi fisik seperti jantung berdebar, gemetar, tegang, berkeringat, dan gelisah.

Selain itu, depresi juga sulit dibedakan dengan stres. Menurut Dr. Peter Tyler (dalam Kasuda, 1996) stres adalah perasaan tidak enak yang disebabkan oleh persoalan di luar kendali kita. Apabila seseorang merasakan ketidakseimbangan antara tuntutan dengan kemampuan yang dimilikinya, maka stres akan muncul dan menyebabkan rasa frustrasi, dan tertekan. Terkadang kita memang sulit membedakan seseorang mengalami stres atau depresi, tetapi seseorang dapat disebut mengalami depresi jika keadaan itu telah berlangsung dalam waktu yang lama atau lebih dari 2 minggu (APA, 2000).

Seseorang yang mengalami depresi akan memiliki gejala depresi yang berbeda dikarenakan perilaku atau peristiwa yang dihadapinya berbeda-beda. Namun, secara garis besar gejala-gejala depresi dapat dilihat dari tiga segi, yaitu

segi fisik, psikis, dan sosial (Namora L, 2009:21-24). Berikut adalah uraian mengenai gejala tersebut :

1. Gejala Fisik

Secara garis besar ada beberapa gejala fisik yang relatif mudah dideteksi seperti gangguan pola tidur, menurunnya tingkat produktivitas kerja, dan mudah merasa letih dan sakit.

2. Gejala Psikis

Gejala psikis yang dialami dapat berupa kehilangan rasa percaya diri, menilai diri sendiri secara negatif, sensitif terhadap segala sesuatu sehingga senang sekali mengaitkan dirinya dengan peristiwa yang terjadi.

3. Gejala Sosial

Masalah sosial yang terjadi biasanya adalah ketika berinteraksi dengan orang lain, mereka akan merasa minder, cemas, dan tidak nyaman.

Depresi akan terjadi ketika seseorang mengalami stres yang tidak kunjung reda yang berkorelasi dengan kejadian dramatis yang baru saja terjadi atau menimpa seseorang (Namora L, 2009:12). Beck (2009) berpendapat bahwa depresi adalah sebuah gangguan psikologis yang dicirikan dengan adanya penyimpangan pada perasaan seseorang dan perilakunya. Gangguan depresi ini disebabkan oleh adanya rasa trauma, asumsi yang difungsional, dan pemikiran negatif tentang diri sendiri (Beck dalam Cervone, 2008:294).

Beck memfokuskan teorinya mengenai depresi yang diberi nama “Triad Kognitif Depresi,” yang melibatkan pandangan terhadap diri, dunia, dan masa depan. Triad Kognitif Depresi atau *Cognitive Triad* adalah tiga serangkai pola kognitif yang membuat seseorang memandang dirinya, dunianya, dan masa

depannya secara idiosinkritik, yaitu memandang diri secara negatif, mengartikan dunianya secara negatif, serta melihat masa depan secara negatif. Gangguan-gangguan dalam depresi dapat dipandang sebagai pengaktifan tiga pola kognitif ini. Dengan demikian, teori Beck beranggapan bahwa tanda-tanda dari depresi akan mengakibatkan aktifnya pola-pola kognitif tadi.

1) Memandang diri secara negatif

Seseorang akan beranggapan bahwa dirinya tidak berharga, tidak memiliki kemampuan untuk melakukan sesuatu, dan merasa bahwa dirinya tidak diinginkan di dunia. Seseorang tersebut cenderung akan memberikan hal-hal yang tidak menyenangkan pada diri sendiri dan menolak dirinya. Selain itu, seseorang akan mengkritik dan menyalahkan diri sendiri atas kelemahan yang dimilikinya.

2) Memandang dunia secara negatif

Seseorang akan beranggapan bahwa dunia menuntut terlalu banyak dan hidup seperti sebuah pertempuran yang tak ada habisnya. Seseorang akan keliru dalam mengartikan hubungan dirinya dengan lingkungan. Ketika mendapati dirinya dalam masalah, seseorang tersebut akan mendramatisasi dan menggabungkan permasalahan itu sesuai pikiran negatifnya. Selain itu, seseorang akan melebih-lebihkan setiap hambatan dan rintangan yang menimpa hidupnya.

3) Memandang masa depan secara negatif

Seseorang akan beranggapan bahwa dirinya memiliki permasalahan yang tidak pernah berakhir. Biasanya seseorang tersebut akan menunjukkan

keinginan yang didampingi pikiran negatif, dan beranggapan bahwa kesulitan yang dirasakannya akan terus terjadi baik di masa kini dan masa depan.

Beck dalam Wilkinson (1995:26) menyebutkan bahwa banyak orang menganggap bahwa perasaan sedih adalah akibat dari depresi. Namun, setelah dikemukakan gagasan kognisi depresi sebagai penyebab utama depresi itu sendiri, diketahui bahwa seseorang yang memiliki pandangan negatif terhadap dirinya, dunia, dan masa depannya kemungkinan lebih mudah menderita depresi daripada orang yang mempunyai pandangan lebih positif.

Dari teori Beck dapat disimpulkan bahwa depresi dipengaruhi oleh tiga serangkai pola kognitif yang akan mengakibatkan seseorang merasa lemah, ditolak oleh lingkungan, dan merasa tidak berguna. Melalui teori Beck peneliti akan menggunakan teori tersebut untuk mendeskripsikan pola-pola yang mengindikasikan depresi tokoh Atsuya dalam novel *Namiya Zakkaten No Kiseki* karya Higashino Keigo.

1.7 Metode Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti menggunakan metode deskriptif kualitatif, yaitu :

1. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan membaca novel dengan diteliti, kemudian memahaminya dan mencatat data mengenai pola-pola kognitif depresi tokoh yang ada di dalam novel.

2. Penganalisisan Data

Data yang telah terkumpul akan dianalisis sehingga masalah yang dikemukakan sebelumnya dapat terpecahkan dan tujuan penelitian dapat tercapai. Analisis data menggunakan teori triad kognitif depresi milik Beck.

3. Penyajian Data

Setelah menganalisis data, kemudian akan disajikan dalam bentuk deskriptif yaitu berupa kata-kata.

1.8 Sistematika Penulisan

Bab I adalah pendahuluan yang berisikan latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, landasan teori, metode penelitian dan sistematika penulisan. Bab II berisikan pembahasan mengenai unsur intrinsik yang terdapat dalam novel *Namiya Zakkaten No Kiseki* karya Higashino Keigo. Bab III berisi analisis pola-pola kognitif yang mengindikasikan gangguan depresi tokoh Atsuya yang akan dianalisis menggunakan teori Beck. Bab IV adalah penutup yang terdiri dari kesimpulan dan saran dari penelitian yang telah dilakukan.

