

Article History:

Submitted:

15-07-2022

Accepted:

15-08-2022

Published:

30-09-2022



AMANDA'S DEPRESSION BEHAVIOR IN NOVEL *A FOR AMANDA* ANNISA IHSANI : STUDY OF LITERATURE PSYCHOLOGY

PERILAKU DEPRESI TOKOH AMANDA DALAM NOVEL *A UNTUK AMANDA* KARYA ANNISA IHSANI : KAJIAN PSIKOLOGI SASTRA

DINDA TIARA MARESTY¹, DIAN NUZULIA ARMARIENA² WANDIYO³

Program Studi Pendidikan Bahasa Indonesia, FKIP

Universitas PGRI Palembang

Email: dindatiaramaresty8@gmail.com, diannuzulia@univpgri-
palembang.ac.id, Wandiyoy67@gmail.com

DOI: 10.32682/sastranesia.v10i3.2596

URL: <https://ejournal.stkipjb.ac.id/index.php/sastra/article/view/2596>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan perilaku depresi tokoh Amanda novel *A untuk Amanda* karya Annisa Ihsani. Masalah dalam penelitian ini lebih terfokus kepada perilaku depresi tokoh Amanda yang dianalisis berdasarkan gejala-gejala depresinya menurut Aaron Beck. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif. Sumber data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah novel *A untuk Amanda* karya Annisa Ihsan. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan merupakan teknik analisis isi. Hasil penelitian ditemukan adanya perilaku depresi yang ditunjukkan tokoh Amanda berdasarkan gejala-gejala depresinya. Terdapat empat gejala depresi yang ditemukan dalam novel *A untuk Amanda* yakni gejala emosional, gejala kognitif, gejala motivasional, gejala fisik. Hasil temuan ini dapat menambah pengetahuan kepada pembaca tentang ilmu depresi dan bagaimana gejala orang yang tengah mengalami depresi.

Kata Kunci : Psikologi Sastra, Depresi, Tokoh Utama, Novel



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.
©2018 by author and STKIP PGRI Jombang

Abstract

This study aims to describe the depressive behavior of the character Amanda in the novel *A for Amanda* by Annisa Ihsani. The problem in this study is more focused on the depressive behavior of Amanda's character which is analyzed based on her depressive symptoms according to Aaron Beck. The method used in this study is a qualitative descriptive method. The source of the data obtained in this research is the novel *A for Amanda* by Annisa Ihsani. Collecting data in this study using documentation techniques, in the form of analyzing a literary work document, namely in the novel *A for Amanda* by Annisa Ihsani. The data analysis technique used is a content analysis technique. The results of research conducted in the novel *A for Amanda* by Annisa Ihsani found that there was a depressive behavior shown by Amanda's character based on her depressive symptoms. There are four symptoms of depression found in novel *A for Amanda*, namely emotional symptoms, cognitive symptoms, motivational symptoms, and physical symptoms. These findings can add knowledge to readers about the science of depression and how the symptoms of people who are experiencing depression.

Keywords: *Literary Psychology, Depression, Main Character, Novel*

Pendahuluan

Sastra merupakan salah satu objek yang selalu menarik untuk diapresiasi penikmat sastra. Dalam menciptakan sebuah karya sastra pengarang selalu melibatkan imajinasinya. Imajinasi yang pengarang tuliskan dalam sebuah karya sastra tersebut, dapat berasal dari dirinya sendiri ataupun lingkungan sekitar. Hal itu dapat dikaitkan dengan pengertian sastra menurut Rene Wellek dan Austin Warren dalam (Susanto, 2016, p. 1) yang menyatakan sastra adalah suatu kegiatan kreatif pengarang dalam sebuah karya seni. Sastra juga dianggap sebagai karya sastra yang imajinatif, fiktif dan inovatif.

Karya sastra terbagi menjadi beberapa jenis. Salah satu karya sastra yang paling diminati para pembaca maupun yang sering digunakan sebagai bahan penelitian adalah novel. Pada hakikatnya, novel merupakan bagian dari prosa fiksi. Novel termasuk fiksi karena novel merupakan hasil khayalan atau sebenarnya tidak ada. Hal ini sejalan dengan pendapat Sayuti dalam (Wicaksono, 2017, p. 70) menyatakan novel dikategorikan dalam bentuk karya fiksi yang bersifat formal. Bagi pembaca umum, kategori yang dimaksud ini dapat menyadarkan bahwasannya sebuah karya fiksi apapun bentuknya diciptakan dengan adanya tujuan tertentu.

Novel merupakan salah satu jenis prosa disamping roman dan cerpen yang menceritakan kehidupan seseorang yang bersifat imajinatif, dengan alur yang bervariasi dan lebih memperlihatkan watak tokoh-tokohnya secara tersirat atau tersurat dengan berbagai macam konflik di dalam cerita yang pengarang tuliskan. Novel juga merupakan salah satu karya sastra sebagai wahana studi psikologi kemanusiaan. Maka dari itu terdapat salah satu kajian sastra yang dapat digunakan untuk melakukan penelitian lebih lanjut pada sebuah novel adalah kajian psikologi sastra.

Kajian psikologi sastra adalah ilmu yang mengarahkan perhatiannya dari sudut pandang psikologi atau sisi perilaku dan kejiwaan manusia. Psikologi dan sastra saling berkaitan satu sama lain, karena di dalam sebuah karya sastra biasanya pengarang banyak

membahas tentang peristiwa kehidupan manusia yang tentunya memperlihatkan gambaran perilaku-perilaku manusia yang beragam. Tidak dipungkiri dalam suatu karya sastra pengarang sering kali menggambarkan emosi-emosi yang berasal dari tokohnya. Emosi yang timbul itu mempunyai keterkaitan sendiri pada psikologi ataupun kejiwaan tokohnya. Misalnya seperti di dalam sastra novel, pengarang lebih menjelaskan atau memperlihatkan tokoh-tokohnya baik itu dari segi perilaku ataupun mengenai kondisi kejiwaan yang dialami tokoh yang tentunya berhubungan dengan masalah psikologisnya. Dalam sebuah novel sering ditemukan adanya masalah atau gangguan psikis yang dialami tokohnya. Gangguan psikis tersebut dapat dipelajari dalam suatu cabang ilmu psikologi yaitu dalam bagian psikologi abnormal. Dan usaha-usaha yang dapat dilakukan untuk menyembuhkan gangguan ini dapat dilakukan dalam psikologis klinis ataupun psikiater (Tukiyo, 2013, p. 153). Dan gangguan psikologis yang termasuk sering ditemukan dalam cerita pada sebuah novel salah satunya ialah depresi.

Depresi adalah salah satu gangguan kondisi psikologi atau kejiwaan yang cukup banyak dialami oleh sebagian orang yaitu merupakan gangguan kesehatan mental yang ditandai dengan adanya penyimpangan perasaan dan perilaku individu itu sendiri. Perilaku depresi ini dapat ditunjukkan melalui gejala-gejalanya. Menurut Lumangga dalam (Maemunah, 2021, p. 154) gejala depresi adalah kumpulan gejala perilaku dan perasaan yang secara jelasnya dapat dikelompokkan sebagai depresi, dan perlu diketahui bahwa gejala depresi yang muncul pada setiap orang mempunyai perbedaan yang kemungkinan suatu peristiwa atau perilaku dihadapi secara berbeda-beda sehingga memunculkan reaksi yang berbeda antara satu orang dengan yang lainnya.

Novel *A untuk Amanda* karya Annisa Ihsani ini menceritakan tentang kehidupan seorang remaja yaitu Amanda, yang adalah seorang gadis remaja yang pintar tetapi ia mengalami gangguan kejiwaan atau mental yaitu seperti orang yang terdapat gejala depresi. Tokoh Amanda dalam novel ini banyak mengalami permasalahan dalam hidupnya, seperti permasalahan keluarga, percintaan dan termasuk permasalahan disekolahnya yang membuat tokoh Amanda mengalami depresi. Dalam novel *A untuk Amanda* karya Annisa Ihsani ini sangat relevan bila dikaitkan dengan menggunakan kajian psikologi sastra, karena dalam novel terdapat suatu masalah psikologis (kejiwaan) yang dialami tokoh utamanya yaitu Amanda. Selain itu juga, di dalam novel terlihat jelas bagaimana tokoh Amanda menunjukkan perilaku dan gejala depresi yang tengah dialaminya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan bagaimana perilaku depresi tokoh Amanda dalam novel *A untuk Amanda* beserta gejala-gejala depresinya ?. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui, mendeskripsikan dan menganalisis perilaku depresi yang dialami tokoh Amanda dalam novel *A untuk Amanda* karya Annisa Ihsani berdasarkan gejala-gejala depresi yang dialaminya.

Novel merupakan ungkapan dan gambaran mengenai kehidupan manusia pada suatu zaman yang dihadapkan dengan berbagai macam persoalan hidup yang kompleks. Melalui novel, pengarang dapat menceritakan segala aspek kehidupan manusia secara lebih mendalam. Hal ini dapat dikaitkan dengan pendapat menurut Kosasi dalam (Putri &

Armariena, 2019, p. 65) menyatakan bahwa novel adalah karya imajinatif yang mengisahkan sisi utuh atas problematika kehidupan seseorang atau beberapa orang tokoh.

Dalam sebuah karya sastra seperti novel terdapat fenomena-fenomena kejiwaan yang terlihat melalui perilaku-perilaku tokoh. Dengan demikian sastra dapat berhubungan dengan pendekatan psikologi, meskipun sastrawan jarang berpikir secara psikologis namun karyanya dapat mengacu ke hal yang bernuansa kejiwaan (Endraswara, 2008, p. 87). Psikologi sastra merupakan kajian sastra yang memandang karya sastra sebagai aktivitas kejiwaan manusia. Di dalamnya pengarang banyak membahas tentang kehidupan manusia yang memperlihatkan gambaran dari perilaku-perilaku manusia di dalam suatu karya sastra. Menurut (Al-Ma'ruf & Nugrahani, 2017, p. 148) menjelaskan psikologi sastra merupakan sebuah pendekatan dalam pengkajian karya sastra yang memandang karya sebagai aktivitas kejiwaan para tokoh.

Depresi merupakan gangguan kesehatan mental atau dapat dikatakan sebagai gangguan kejiwaan yang sering terjadi pada individu. Depresi adalah gangguan perasaan (afek) yang ditandai dengan kehilangan kegembiraan atau gairah yang disertai pula dengan gejala-gejala lain. Gangguan ini dapat mempengaruhi seseorang dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Rathus dalam (Lubis, 2009, p. 13) orang yang mengalami depresi umumnya memiliki gangguan yang meliputi keadaan emosi, motivasi, fungsional dan gerakan tingkah laku serta kognisi.

Pada umumnya depresi juga dapat terjadi pada remaja yaitu akibat dari kejadian yang tidak menyenangkan. Dapat juga dari perubahan *mood* yang naik turun, pada remaja perubahan mood adalah hal umum karena proses pendewasaan, stres yang berhubungan dengan kedewasaan, pengaruh hormon seksual, dan konflik kebebasan orang tua. Tetapi meskipun normal, perubahan suasana hati yang terjadi berlarut-larut tersebut menjadi tidak normal ditambah lagi kekacauan emosi pada remaja yang luar biasa sering naik turun (Lubis, 2009, p. 53).

Menurut Hartono dan soedarmadji dalam (Pertiwi, 2014, pp. 3-4) masalah depresi tersebut digolongkan dalam gangguan emosi dan kepribadian yang perlu mendapat perhatian serius dari kalangan kedokteran bidang kesehatan psikologi ataupun konseling, dengan gejala yang biasanya ditunjukkan seperti sedih yang berkepanjangan, murung, pendiam, dan suka mengurung diri.

Terdapat beberapa teori yang membahas tentang depresi yaitu salah satunya adalah teori depresi Aaron Beck yaitu teori kognitif. Teori kognitif Beck dalam (Lubis, 2009, p. 94) menyatakan, bahwa adanya gangguan depresi adalah akibat dari cara berpikir seseorang terhadap dirinya. Orang yang mengalami depresi cenderung lebih sering menyalahkan dirinya sendiri, sehingga dalam mengevaluasi diri dan menginterpretasi sesuatu hal yang terjadi dengan selalu berpandangan negatif.

Gejala-gejala depresi juga dijelaskan menurut Aaron Beck dalam (Lubis, 2009, pp. 25-29) yang menyatakan terdapat kategori gejala orang yang mengalami depresi yaitu yang dibagi menjadi : Gejala-gejala Emosional, perubahan perasaan atau tingkah laku yang merupakan akibat langsung dari adanya keadaan emosi pada individu. Gejala-gejala Kognitif, misalnya seperti penilaian diri sendiri yang rendah, harapan-harapan yang negatif, menyalahkan serta mengkritik diri

sendiri, tidak membuat keputusan, dan disortasi. Gejala-gejala Motivasional, dilihat dari adanya hilangnya motivasi, masalah besar dalam memobilisasi dirinya untuk menjalankan aktivitas-aktivitas dasar, keinginan untuk menyimpang dari pola hidup sehari-hari, adanya keinginan bunuh diri, peningkatan dependensi. Gejala-gejala Fisik, dilihat dari adanya, kehilangan nafsu makan, gangguan tidur, mudah merasa lelah dan kehilangan libido. Dapat juga dilihat dalam (Oltmans & Emery, 2013, hal. 143-146) bahwa gejala fisik orang yang mengalami depresi juga dapat dipengaruhi oleh adanya perubahan suasana perasaan yang terus menerus terjadi pada orang yang mengalami depresi tersebut.

Kajian yang sama tentang depresi pada tokoh utama ini juga pernah diteliti oleh. Nurul Khotimah. 2019. dengan jurnalnya yang berjudul “Depresi Tokoh Xia Mu dan Shu Yawang dalam Film *Sweet sixteen* Sutradara Jo Jin-Kyu (kajian psikologi sastra)”. Persamaan dalam penelitian ini yaitu sama-sama meneliti tentang kajian psikologi sastra dengan objek kajian tentang depresi pada tokoh utama. Sedangkan perbedaan penelitian yang dilakukan peneliti dengan kajian relevan ini ada pada sumber penelitian, peneliti terdahulu menggunakan Film sebagai bahan penelitian yaitu Film *Sweet sixteen* Sutradara Jo Jin-Kyu. Sedangkan sumber penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan Novel. Yaitu Novel *A untuk Amanda* karya Annisa Ihsani.

Luh. 2017. Melakukan penelitian yang berjudul “Gejala dan Jenis Depresi Pada Tokoh *Yves* dalam Film *Yves Saint Laurent* : Kajian Psikologi Abnormal. Persamaan dalam penelitian ini yaitu sama-sama menggunakan teori Aaron Beck dalam menganalisisnya. perbedaan penelitian yang dilakukan peneliti dengan kajian relevan ini ada pada sumber penelitian, peneliti terdahulu menggunakan Film sebagai bahan penelitian yaitu Film *Yves Saint Laurent*. Sedangkan sumber penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan Novel. Yaitu Novel *A untuk Amanda* karya Annisa Ihsani.

Siti Maemunah. 2021. Dalam jurnalnya yang berjudul “Gejala Depresi Tokoh Utama dalam Novel *Represi* Karya Fakhrisna Amalia”. Persamaannya yaitu menggunakan kajian psikologi sastra dalam penelitian, dan objek penelitian mengenai depresi pada tokoh utama. sedangkan perbedaannya terletak pada judul objek penelitian yang berbeda, penulis terdahulu menggunakan objek penelitian dalam novel yang berjudul *Represi* Karya Fakhrisna Amalia. sedangkan peneliti menggunakan novel *A untuk Amanda* karya Annisa Ihsani. Hasil analisis data pada penelitian terdahulu ini yaitu terdapat gejala-gejala depresi tokoh dalam novel yang tergambarkan. Yang membedakan penelitian penulis dengan peneliti-peneliti lainnya yaitu, objek yang digunakan peneliti lainnya adalah film dan juga novel yang berbeda dengan novel yang digunakan penulis sebagai objek penelitian.

Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode deskriptif. Metode deskriptif dapat diartikan sebagai prosedur pemecahan suatu masalah yang akan diselidiki dengan menggambarkan keadaan subjek atau objek penelitian (novel,drama,cerita pendek, puisi) pada saat sekarang berdasarkan fakta-fakta yang tampak

atau sebagaimana adanya (Siswantoro, 2010, p. 56).

Data dalam penelitian ini adalah dokumen tertulis yang berupa kutipan-kutipan (kata dan kalimat) dalam novel *A untuk Amanda*. Yang dianggap berkaitan dengan penelitian. Sumber data dalam penelitian ini merupakan novel *A untuk Amanda*. dengan cetakan kedua tahun 2021 dengan penerbit Gramedia Pustaka Utama, dan jumlah halaman pada novel terdiri dari 263 halaman. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan teknik dokumentasi. Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu, yang dapat berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang (Sugiyono, 2017, p. 240).

Teknik yang digunakan dalam keabsahan data adalah teknik triangulasi. Teknik triangulasi yaitu teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada, yaitu peneliti mengumpulkan data sekaligus menguji dan mengecek data dengan berbagai teknik pengumpulan data dan berbagai sumber data (Sugiyono, 2017, p. 241). Pada penelitian ini akan menggunakan teknik triangulasi teori dan triangulasi metode. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik isi (*content analysis*). Analisis isi adalah suatu teknik sistematika dalam hal menganalisis isi pesan atau suatu alat untuk mengamati dan menganalisis isi perilaku komunikator yang terbuka dari indikator terpilih (Bungin, 2015, p. 187).

Adapun langkah-langkah yang dilakukan peneliti dalam menganalisis karya sastra yaitu:

- 1) Membaca dan memahami novel *A untuk Amanda* karya Annisa Ihsani.
- 2) Membuat sinopsis novel *A untuk Amanda* karya Annisa Ihsani.
- 3) Menganalisis perilaku depresi tokoh Amanda pada novel *A untuk Amanda* karya Annisa Ihsani berdasarkan gejala-gejala depresinya.
- 4) Membuat pembahasan tentang hasil dari analisis data mengenai perilaku depresi tokoh Amanda berdasarkan gejala-gejala depresinya, yang diperoleh berdasarkan kutipan-kutipan, ataupun kalimat yang terdapat dalam novel *A untuk Amanda* karya Annisa Ihsani.
- 5) Membuat kesimpulan.

Hasil dan Pembahasan

Analisis data perilaku depresi yang ditunjukkan tokoh Amanda dalam novel *A untuk Amanda* karya Annisa Ihsani yang dianalisis berdasarkan empat gejala depresi menurut Aaron Beck sebagai berikut.

Gejala Emosional

Gejala emosional perilaku yang ditunjukkan tokoh Amanda yaitu, adanya perubahan perasaan atau suasana hati, penurunan *mood*, pandangan negatif terhadap diri sendiri dan masa depan, tidak lagi merasakan kepuasan, dan hilangnya respons yang menggembirakan.

- (1) “Tiba-tiba kurasakan air mataku berlinang. Amarah memenuhi dadaku. Misalnya saat aku mengacaukan kesempatan untuk meraih impianku, atau saat aku menghancurkan masa depanku, juga saat aku teringat apa yang telah kuperbuat dengan aplikasi kuliahku.” (Ihsani, 2021, p. 150).

Kutipan di atas menunjukkan ada perubahan suasana hati yang dialami Amanda. Amanda merasakan emosi yang selama ini ia pendam sendiri dalam hidupnya, karena ia berpikir bahwa selama ini sudah menghancurkan semua masa depannya sendiri. Hal ini disebabkan dari adanya gejala emosional perubahan suasana hati akibat adanya keadaan emosi.

- (1) “Kugigit bibir bawahku. Aku nyaris bisa menyaksikan kepercayaan diriku retak lalu pecah berkeping-keping, Jawabanku salah. Dan tidak ada yang tahu karena pak Rahman tidak menunjukku! Aku beruntung lagi, terlebih lagi aku salah tapi memberikan kesan aku tahu jawaban yang benar. Aku sungguh pembohong besar .” (Ihsani, 2021, p. 74).

Kutipan di atas menggambarkan saat jam pelajaran berlangsung. Guru Amanda memberikan kuis, tetapi pada saat itu jawaban yang Amanda pikir sudah tepat ternyata salah. Dan kutipan di atas menunjukkan bahwa Amanda berpikir dirinya hanyalah seorang pembohong yang berhasil menipu orang-orang disekitarnya, ia menganggap dirinya tidak sempurna yang orang lihat disekolah. Hal ini disebabkan dari adanya gejala emosional yaitu pandangan negatif terhadap dirinya sendiri.

- (2) “Waktu itu aku tidak mengetahui bahwa saat dilanda depresi, otakku melakukan trik-trik aneh untuk membuat seseorang merasa lebih payah lagi. Ketika Tommy memujiku, “kau kelihatan cantik hari ini”, otakku menerjemahkannya menjadi, “kau kelihatan kacau kemarin.” (Ihsani, 2021, p. 100).

Kutipan di atas menunjukkan Amanda yang menginterpretasikan pujian yang diberikan Tommy untuknya itu ke arah pandangan negatif. Hal ini disebabkan dari adanya gejala emosional hilangnya respon yang menyenangkan.

Dari gejala emosionalnya, disebabkan karena adanya perubahan perasaan atau tingkah laku yang merupakan akibat langsung dari keadaan emosi. Tokoh Amanda sering mengalami perasaan muram, dan sering memunculkan pemikiran negatif terhadap dirinya sendiri. Pemikiran negatif ini dapat terlihat dari kecenderungannya dalam merendahkan dirinya sendiri.

Gejala Kognitif

Gejala kognitif perilaku yang ditunjukkan tokoh Amanda yaitu, adanya penilaian terhadap diri sendiri yang rendah, harapan-harapan kedepan yang negatif, menyalahkan serta mengkritik diri sendiri dan tidak mampu memutuskan suatu hal.

- (1) "Hatiku serasa remuk melihatnya begitu risau. Ibuku yang manis. Dia berhak mendapatkan lebih dari ini. Dia berhak mendapatkan anak yang lebih baik dariku." (Ihsani, 2021, p. 128).

Kutipan di atas menunjukkan bahwa Amanda merasa dirinya tidak berguna untuk ibunya. Amanda berpikiran ibunya berhak mempunyai anak yang lebih baik dibanding dirinya. Hal ini disebabkan dari adanya gejala kognitif penilaian diri yang rendah.

- (2) "Tommy, aku tidak baik-baik saja," kataku pelan. "Hidupku berantakan. Aku tidak bisa konsentrasi di kelas. Nilai-nilaiku merosot. Kalau begini terus, aku akan gagal saat ujian. Aku akan berakhir di jalanan atau... atau menjadi parasit buat ibuku." (Ihsani, 2021, p. 118).

Kutipan di atas menunjukkan Amanda merasa dirinya sedang tidak baik. Amanda berpikir hidupnya tidak ada artinya lagi, karena nilai-nilai di sekolahnya turun. Sehingga Amanda berpikiran tidak akan mempunyai masa depan yang bagus dan hanya akan menyusahkan ibunya saja. Hal ini disebabkan dari adanya gejala kognitif harapan-harapan kedepan yang selalu diiringi pandangan negatif.

- (3) "Aku masih baik-baik saja selama beberapa minggu pertama. Lalu datanglah tumpukan PR, kuis, ulangan harian. Dan bersama mereka sering timbullah perasaan bersalah yang sangat menyiksa." (Ihsani, 2021, p. 65).

Kutipan di atas menunjukkan bahwa Amanda sering terus menerus merasa bersalah saat mendapatkan tugas-tugas sekolah. Amanda takut untuk mengerjakan tugasnya karena ia tahu pasti akan mendapatkan nilai A dari gurunya, Amanda berpikir bahwa dia tidak pantas mendapatkan nilai A karena itu hanya suatu keberuntungan saja. Oleh karena itu Amanda sering sekali merasa bersalah. Hal ini disebabkan dari adanya gejala kognitif yaitu menyalahkan diri sendiri.

- (4) "Percakapanku bersama Tommy mengenai masa depanku ini sungguh menyiksa. Kenapa? Kenapa aku tidak tahu apa yang kuinginkan? Kenapa aku tidak bisa membuat keputusan? Tiba-tiba saja aku merasa sangat lelah." (Ihsani, 2021, p. 111).

Kutipan di atas menunjukkan bahwa Amanda tidak bisa memutuskan segala hal untuk dirinya sendiri, bahkan untuk masalah masa depannya sendiri. Amanda yang berpikiran tidak akan bisa berjauhan dengan Tommy pacarnya yang sudah sejak lama bersamanya, jika ia harus memutuskan untuk kuliah di luar negeri. Sehingga Amanda labil untuk mengambil keputusannya sendiri. Hal ini disebabkan dari adanya gejala kognitif ketidakmampuan mengambil keputusan atau tidak bisa memutuskan sesuatu hal.

Dari gejala kognitifnya, disebabkan karena adanya gangguan suasana perasaan yang terus-menerus timbul. Amanda selalu memfokuskan perhatian dari hal-hal yang negatif baik itu dari dirinya, lingkungan bahkan masa depannya.

Gejala Motivasional

Gejala motivasional perilaku yang ditunjukkan yaitu, tidak adanya semangat menjalani hidup, menurunnya semangat untuk melakukan aktivitas yang sebelumnya sering dilakukan, dan adanya keinginan untuk bunuh diri dan pemikiran untuk mati.

- (1) “ Aku sangat lelah dan merasa seperti karet yang direntangkan melalui batas elastisitasnya yang ingin kulakukan hanya berbaring dalam tempat tidur dan tidak ingin memikirkan apa-apa lagi.” (Ihsani, 2021, p. 98).

Kutipan di atas menunjukkan bahwa Amanda sering merasa lelah dan malas untuk beraktivitas, yang ingin ia lakukan hanya berbaring di tempat tidur saja. Hal ini disebabkan dari adanya gejala motivasional tidak semangat menjalani hidup.

- (2) “ Liburan datang, aku berulang tahun yang ketujuh belas . Tommy bertanya apa yang ingin kulakukan hari itu, tapi aku terlalu lelah untuk meninggalkan tempat tidurku. Dia menjadi kesal.” (Ihsani, 2021, p. 130).

Kutipan di atas menunjukkan Amanda tidak mempunyai semangat untuk menyambut hari ulang tahun ke 17 tahunnya. Amanda hanya terus-terusan merasa lelah dan hanya ingin berbaring dikamar saja. Hal ini disebabkan dari adanya gejala motivasional menurunnya semangat untuk melakukan aktivitas.

- (3) “ Aku memejamkan mata dan berharap bisa mati. Di saat-saat seperti itu, aku bertanya-tanya apa Ayahku, seandainya dia masih hidup, akan mengerti.” (Ihsani, 2021, p. 129).

Kutipan di atas menunjukkan bahwa Amanda sudah merasa lelah dan tidak bersemangat menjalani hidup lagi. Amanda hanya berharap untuk mati saja agar tidak ada permasalahan lagi dalam hidupnya. Amanda berpikir jika ayahnya masih hidup, apakah ayahnya akan memahami dirinya dan mengerti tentang persoalan hidupnya. Hal ini disebabkan dari adanya dari gejala motivasional tidak ada semangat menjalani hidup dan hanya ingin mati.

- (4) “ Aku tertidur dengan harapan aku tidak perlu bangun lagi.” (Ihsani, 2021, p. 141).

Kutipan di atas menunjukkan bahwa Amanda merasa lelah dan tidak mempunyai semangat menjalani hidup lagi, yang ia inginkan hanya mati. Hal ini disebabkan dari adanya gejala motivasional tidak semangat menjalani hidup dan ia hanya ingin mati.

Dari gejala motivasionalnya, disebabkan karena adanya tokoh Amanda yang cenderung menganggap bahwa hidupnya tidak cukup berharga untuk dijalani yang juga disertai adanya perubahan suasana perasaan yang terus dialaminya.

Gejala fisik

Gejala fisik perilaku yang ditunjukkan yaitu, adanya kehilangan nafsu makan, gangguan tidur, dan sering mudah merasa lelah.

- (1) "Tommy memandangiiku seolah aku telah hilang akal."Kau kelaparan. Ayolah, sedikit makanan akan membuatmu santai."
"Aku mengikutinya ke kantin, meski tidak nafsu untuk makan." (Ihsani, 2021, p. 73) .

Kutipan di atas menggambarkan saat Tommy mengajak Amanda untuk makan ke kantin. Amanda tidak mempunyai nafsu untuk makan, saat dirinya sedang tidak baik-baik saja. Hal ini disebabkan dari adanya gejala fisik yaitu hilangnya nafsu makan.

- (2) "Lama-kelamaan aku terjatuh dalam tidur yang resah. Saat bangun besok paginya, aku lebih letih daripada saat sebelum tidur." (Ihsani, 2021, p. 86).

Kutipan di atas menunjukkan Amanda sering merasa lebih lelah terhadap dirinya sendiri. Hal ini disebabkan dari adanya gejala fisik mudah lelah.

- (3) "Selama beberapa saat aku hanya bisa berbaring, lelah dengan keberadaanku, sampai sebuah suara kecil tiba-tiba berkata di benakku, *kau bukan kegagalan, kau mengalami depresi.*" (Ihsani, 2021, pp. 117-118).

Kutipan di atas menunjukkan Amanda mudah merasa lelah dengan dirinya sendiri, sehingga Amanda menyadari bahwa ia seperti orang yang mengalami gejala depresi . Hal ini disebabkan dari adanya gejala fisik mudah merasa lelah.

Dari gejala fisiknya, disebabkan karena adanya gangguan suasana perasaan yang terus-menerus dialami Amanda yang dapat mempengaruhi kondisi kesehatannya.

Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perilaku depresi tokoh Amanda dalam novel yang berjudul *A untuk Amanda* karya Annisa Ihsani yang ditunjukkan berdasarkan empat gejala depresi yang dialaminya yaitu, gejala emosional dengan perilaku yang dialami tokoh Amanda yaitu, berupa perubahan perasaan, tingkah laku, penurunan *mood*, pandangan negatif terhadap diri sendiri dan hilangnya respon yang menggembirakan. Kemudian gejala kognitif dengan perilaku yang dialami tokoh Amanda yaitu, berupa penilaian diri sendiri yang rendah, harapan-harapan kedepan yang negatif, menyalahkan diri sendiri dan tidak mampu membuat suatu keputusan. Selanjutnya gejala

motivasi sebanyak dengan perilaku yang dialami tokoh Amanda yaitu, berupa menurunnya motivasi, tidak semangat menjalani hidup dan keinginan untuk mati atau bunuh diri. Dan gejala fisik dengan perilaku yang dialami tokoh Amanda yaitu, berupa hilangnya nafsu makan serta mudah merasa lelah. Gejala depresi yang paling menonjol yang ditunjukkan tokoh Amanda melalui perilakunya yaitu dari gejala emosionalnya. Gejala emosional tersebut terjadi akibat adanya perubahan suasana perasaan yang menyebabkan adanya perubahan emosi yang terlihat dari perilaku maupun tingkah laku tokoh Amanda.

Daftar Pustaka

- Al-Ma'ruf, A. I., & Nugrahani, F. (2017). *Pengkajian Sastra Teori dan Aplikasi*. Surakarta: CV. Djiwa Amarta Press.
- Bungin, B. (2015). *Metodologi Penelitian Kualitatif : Aktualisasi Metodologis ke arah ragam varian kontemporer*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Endraswara, S. (2008). *Metode Penelitian Psikologi Sastra. Teori, Langkah, dan Penerapannya*. Yogyakarta: MedPress (Anggota IKAPI).
- Ihsani, A. (2021). *A untuk Amanda*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Khotimah, N. (2019). Depresi Tokoh Xia Mu dan Shu Yawang dalam Film Sweet Sixteen Sutradara Jo Jin-Kyu (Kajian Psikologi Sastra). *Mandarin Unesa* , 1-5.
- Lubis, N. L. (2009). *Depresi Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana.
- Maemunah, S. (2021). Gejala Depresi Tokoh Utama Dalam Novel Represi Karya Fakhrisna Amalia. *GERAM (Gerakan Aktif Menulis)* , 154.
- Oltmans, T. F., & Emery, R. E. (2013). *Psikologi Abnormal*. Yogyakarta: PUSTAKA PELAJAR.
- Pertiwi, O. N. (2014). Depresi Tokoh Utama Dalam Novel Ada Tasbih Di Hati Aisyah Karya Wien Oktadatu Setyawati. *Jurnal Ilmiah* , 3-4.
- Putri, A. O., & Armariena, D. N. (2019). Kajian Emosionalisme Dan Egoisme Dalam Novel Pemimpin Yang Telanjang Karya Sally Mackenzie. *Sastranesia* , 65.
- Siswantoro. (2010). *Metode Penelitian Sastra*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta CV.
- Susanto, D. (2016). *Pengantar Kajian Sastra*. Yogyakarta: CAPS (Center for Academic Publishing Service).
- Tukiyo. (2013). *Dasar-Dasar Psikologi*. Yogyakarta: Depublish (Grup Penerbitan CV Budi Utama).
- Wicaksono, A. (2017). *Pengkajian Prosa Fiksi*. Yogyakarta: Penerbit Garudhawaca.