YASIN
Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya

p-ISSN: 2808-2346
e-ISSN: 2808-1854

Terindeks: SINTA 5, Copernicus, Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic, Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/yasin.v6i5.10735

TRAUMA PSIKOLOGIS DALAM NOVEL NAMAKU ALAM KARYA LEILA SALIKHA CHUDORI (PENDEKATAN PSIKOLOGI SASTRA)

Psychological Trauma in the Novel Namaku Alam by Leila Salikha Chudori (A Literary Psychology Approach)

Kholijah Safirah1, Marselus Robot2, Karolus Budiman Jama3,
Universitas Nusa Cendana
kholijahsafirah@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Jun 13, 2026	Jul 11, 2026	Jul 23, 2026	Jul 28, 2026

Abstract

The representation of psychological trauma in literary works is important to examine in order to understand the effects of political violence, social stigma, discrimination, and intergenerational trauma on individuals' lives. This study aimed to describe the forms of psychological trauma experienced by the characters in the novel *Namaku Alam* by Leila Salikha Chudori and identify the symptoms of Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) in the character Segara Alam. The study employed a qualitative descriptive method with a literary psychology approach. The data source was the novel *Namaku Alam*, published by Kepustakaan Populer Gramedia. Data were collected using reading and note-taking techniques and subsequently analyzed through the stages of identification, classification, interpretation, and validation based on psychological trauma theory and the PTSD criteria in the DSM-5-TR published by the American Psychiatric Association. The results showed that the psychological trauma experienced by the characters included interpersonal trauma and attachment trauma. Interpersonal trauma was experienced by the characters Ibu, Segara Alam, Bimo, and Kenanga as a result of violence, intimidation, loss, and sociopolitical pressure. Attachment trauma was experienced by Om Aji, Bimo, and Kenanga as a result of disrupted emotional

Yasin Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

relationships with family members and significant others due to political stigma and family separation. Segara Alam also exhibited PTSD symptoms comprising intrusion, avoidance, negative alterations in cognition and mood, and alterations in arousal and reactivity. These findings confirm that the political violence of 1965 not only caused individual psychological trauma but also affected family relationships and generated intergenerational trauma. This study contributes to the development of literary psychology studies and broadens the understanding of representations of the psychological impacts of political violence and intergenerational trauma in literary works.

Keywords: Psychological Trauma; Post-Traumatic Stress Disorder; Literary Psychology; *Namaku Alam*; Intergenerational Trauma

Abstrak: Representasi trauma psikologis dalam karya sastra menjadi penting dikaji untuk memahami dampak kekerasan politik, stigma sosial, diskriminasi, dan trauma antargenerasi terhadap kehidupan individu. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan bentuk-bentuk trauma psikologis yang dialami para tokoh dalam novel *Namaku Alam* karya Leila Salikha Chudori serta mengidentifikasi gejala *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) pada tokoh Segara Alam. Penelitian menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan psikologi sastra. Sumber data penelitian berupa novel *Namaku Alam* yang diterbitkan oleh Kepustakaan Populer Gramedia. Data dikumpulkan melalui teknik baca dan catat, kemudian dianalisis melalui tahapan identifikasi, klasifikasi, interpretasi, dan validasi berdasarkan teori trauma psikologis serta kriteria PTSD dalam DSM-5-TR yang diterbitkan oleh American Psychiatric Association. Hasil penelitian menunjukkan bahwa trauma psikologis para tokoh meliputi trauma interpersonal dan trauma kelekatan. Trauma interpersonal dialami oleh tokoh Ibu, Segara Alam, Bimo, dan Kenanga akibat kekerasan, intimidasi, kehilangan, serta tekanan sosial-politik. Trauma kelekatan dialami oleh Om Aji, Bimo, dan Kenanga akibat terganggunya hubungan emosional dengan keluarga dan orang terdekat karena stigma politik dan keterpisahan keluarga. Tokoh Segara Alam juga menunjukkan gejala PTSD yang mencakup intrusi, penghindaran, perubahan negatif dalam kognisi dan suasana hati, serta perubahan gairah dan reaktivitas. Temuan ini menegaskan bahwa kekerasan politik tahun 1965 tidak hanya menimbulkan trauma psikologis individual, tetapi juga memengaruhi hubungan keluarga dan memunculkan trauma antargenerasi. Penelitian ini berkontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi sastra serta memperluas pemahaman mengenai representasi dampak psikologis kekerasan politik dan trauma antargenerasi dalam karya sastra.

Kata Kunci: Trauma Psikologis; Gangguan Stres Pascatrauma; Psikologi Sastra; *Namaku Alam*; Trauma Antargenerasi

PENDAHULUAN

Trauma psikologis merupakan respon emosional yang muncul setelah seseorang mengalami peristiwa ekstrem yang mengancam keselamatan diri, menimbulkan rasa takut, ketidakberdayaan, dan tekanan batin yang mendalam (Massazza et al.,2021; Analisah, 2017). Pengalaman traumatis tidak hanya mempengaruhi kondisi emosional individu, tetapi juga dapat mengubah cara berpikir, berperilaku, serta kemampuan individu dalam menjalin relasi

sosial (Wahyuni & Ramadhoni, 2026; Nasution et al., 2026). Apabila seseorang dengan pengalaman traumatis tidak ditangi secara memadai, kondisi tersebut dapat berkembang menjadi gangguan mental yang lebih serius, salah satunya Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) (Scoglio et al., 2022; Stevens & Jovanociv, 2019)

PTSD merupakan gangguan psikologis yang muncul setelah individu mengalami, menyaksikan, atau mengetahui peristiwa traumatis yang menyebabkan ancaman kematian, cedera serius atau kekerasan (Rusyda et al., 2021;Kamah, 2020; Andini, 2025) . Menurut *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder* edisi kelima revisi teks (DSM-5-TR), gejala PTSD meliputi empat kategori utama, yaitu gejala intrusi, gejala penghindaran, gejala perubahan negatif dalam kognisi dan suasana hati, serta gejala perubahan gairah dan reaktivitas(Widayati, 2024). Gejala-gejala tersebut berlangsung dalam jangka waktu lama dan memengaruhi fungsi psikologis maupun sosial invidu.

Kajian mengenai trauma psikologi dan PTSD tidak hanya menjadi perhatian dalam psikologi, tetapi juga relevan dalam studi sastra. Pendekatan ini memandang karya satra sebagai representasi kehidupan manusia, termasuk dinamika kejiwaan tokoh-tokohnya. Hal ini sejalan dengan pandangan Andari (Sabi'a & Andari, 2024: 246), karakter dalam karya sastra dibentuk sedemikian rupa sehingga terlihat nyata dan alami, seakan-akan terbuat dari darah dan daging, serta memiliki pemikiran dan emosi seperti halnya manusia pada umumnya. Melalui pendekatan ini, tokoh fiksi dapat dianalisis layaknya manusia nyata yang mengalami konflik batin, tekanan sosial, dan gangguan psikologis tertentu. Dengan demikian, karya sastra dapat menjadi medium untuk memahami pengalaman traumatis dan dampaknya terhadap kondisi mental individu.

Novel Namaku Alam karya Leila Salikha Chudori merupakan salah satu karya sastra Indonesia yang menampilkan pengalaman psikologis secara mendalam. Melalui novel ini, Leila Salikha Chudori mengisahkan kehidupan Segara Alam, anak dari keluarga yang terdampak langsung oleh peristiwa politik 1965 (Maulidah & Wirajaya, 2025; Hasan et al., 2025; Karim et al., 2025). Sebagai keturunan tahan politik, Alam tumbuh dalam lingkungan yang dipenuhi stigma sosial, diskriminasi, dan ketidakpastian mengenai masa lalu keluarganya. Selain Segara Alam, sejumlah tokoh lain juga mengalami luka batin akibat kehilangan, kekerasan, penolakan sosial, dan keterasingan. Pengalaman-pengalaman tersebut menunjukkan bahwa trauma psikologis tidak hanya dialami secara individu, tetapi juga diwariskan antargenerasi (Amping et al., 2024; Leksana & Subelti, 2023)

Penelitian mengenai trauma psikologis dalam karya sastra telah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya. Aulia (2020) menemukan bahwa tokoh Margio dalam novel Lelaki Harimau mengalami trauma akibat kekerasan keluarga. Nabila & Septyani (2024) menunjukka bahwa tokoh Rafilus dalam novel Rafilus mengalami PTSD sebagai dampak kekerasan masa kecil dan pelecehan seksual. Sabi'a dan Andari (2024) menganalisis gejala PTSD pada tokoh Setsuka dan Seita dalam anime Hotaru No Haka berdasarkan DSM-5. Selain itu, Purnami et al(2023) menemukan bahwa tokoh Sae dalam novel Shokuzai mengalami trauma berat setelah menyaksikan pembunuhan temannya.

Berdasarkan berbagai penelitian terdahulu tersebut, sebagian besar kajian masih berfokus pada identifikasi bentuk trauma psikologis atau gejala PTSD pada objek karya sastra yang berbeda, seperti novel *Lelaki Harimau*, *Rafilus*, *Shokuzai*, maupun anime *Hotaru no Haka*. Namun demikian, penelitian yang secara khusus mengintegrasikan analisis bentuk-bentuk trauma psikologis berdasarkan klasifikasi trauma interpersonal dan trauma kelekatan dengan analisis gejala PTSD menurut kriteria DSM-5-TR dalam novel *Namaku Alam* karya Leila Salikha Chudori masih sangat terbatas. Selain itu, kajian yang menghubungkan trauma akibat kekerasan politik tahun 1965 dengan trauma antargenerasi melalui pendekatan psikologi sastra juga belum banyak dilakukan. Kesenjangan tersebut menunjukkan perlunya penelitian yang mampu memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai representasi trauma psikologis dalam novel tersebut.

Kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan pendekatan psikologi sastra yang mengombinasikan teori trauma psikologis dengan kriteria diagnostik PTSD berdasarkan DSM-5-TR untuk menganalisis novel *Namaku Alam* karya Leila Salikha Chudori. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang umumnya hanya mengidentifikasi trauma atau gejala PTSD secara terpisah, penelitian ini menganalisis secara simultan bentuk trauma psikologis, gejala PTSD, serta keterkaitannya dengan kekerasan politik tahun 1965 dan trauma antargenerasi. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan perspektif yang lebih komprehensif mengenai representasi trauma psikologis dalam sastra Indonesia kontemporer.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bentuk-bentuk trauma psikologis dalam novel Namaku Alam serta menganalisis gejala-gejala PTSD yang muncul dalam perilaku dan pikiran tokoh Segara Alam. Hasil akhir penelitian ini diharapkan dapat memberikan konstribusi terhadap pengembangan kajian psikologi sastra dan peningkatan

pemahaman pembaca mengenai dampak psikologis yang ditimbulkan oleh kekerasan politik dan stigma sosial.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (library research). Penelitian kepustakaan dipilih karena seluruh data yang dianalisis bersumber dari karya sastra berupa novel tanpa melibatkan partisipan manusia. Fokus penelitian diarahkan pada pengungkapan bentuk-bentuk trauma psikologis serta gejala *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) yang dialami tokoh-tokoh dalam novel *Namaku Alam* karya Leila Salikha Chudori.

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan psikologi sastra. Pendekatan ini digunakan untuk mendeskripsikan secara sistematis bentuk-bentuk trauma psikologis dan gejala PTSD yang direpresentasikan melalui tokoh-tokoh dalam novel berdasarkan teori trauma psikologis serta kriteria diagnostik PTSD menurut *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* edisi kelima revisi teks (*DSM-5-TR*). Penelitian dilakukan melalui tahapan membaca, mengidentifikasi, mengklasifikasikan, menginterpretasikan, dan mendeskripsikan data sesuai dengan tujuan penelitian.

Penelitian ini tidak melibatkan partisipan manusia, sehingga tidak menggunakan teknik sampling terhadap responden. Sumber data penelitian adalah novel *Namaku Alam* karya Leila Salikha Chudori yang diterbitkan oleh Kepustakaan Populer Gramedia pada tahun 2023. Unit analisis dalam penelitian ini berupa kata, frasa, kalimat, dialog, narasi, dan penggambaran tokoh yang memuat bentuk trauma psikologis maupun gejala PTSD.

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti (human instrument) yang dibantu dengan instrumen pendukung berupa pedoman klasifikasi data berdasarkan teori trauma psikologis Mendatu dan teori PTSD menurut *DSM-5-TR*. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui teknik dokumentasi dengan metode baca dan catat. Peneliti membaca novel secara cermat dan berulang-ulang, kemudian mengidentifikasi, menandai, mencatat, serta mengelompokkan kutipan-kutipan yang relevan dengan fokus penelitian menggunakan kode tertentu agar memudahkan proses analisis.

Analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif melalui beberapa tahapan, yaitu: (1) membaca dan menelaah seluruh data yang telah diperoleh; (2) mengidentifikasi data yang

berkaitan dengan trauma psikologis dan gejala PTSD; (3) mengklasifikasikan data berdasarkan kategori trauma psikologis dan gejala PTSD menurut *DSM-5-TR*; (4) menginterpretasikan data berdasarkan teori psikologi sastra, teori trauma psikologis, dan teori PTSD; (5) melakukan validasi data melalui pengecekan kembali kesesuaian antara kutipan data dengan kategori analisis; serta (6) menyusun simpulan berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan.

Proses penelitian dilaksanakan selama kurang lebih tiga bulan, dimulai dari tahap penentuan masalah dan studi pustaka, dilanjutkan dengan pengumpulan data melalui pembacaan intensif novel, analisis data berdasarkan teori yang digunakan, hingga penyusunan laporan penelitian. Seluruh tahapan dilakukan secara sistematis agar hasil penelitian mampu menggambarkan secara komprehensif bentuk trauma psikologis dan gejala PTSD yang dialami tokoh-tokoh dalam novel *Namaku Alam* karya Leila Salikha Chudori.

HASIL

Analisis Data Bentuk Trauma Psikologis

Trauma Interpersonal

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk trauma psikologis yang paling dominan dalam novel *Namaku Alam* adalah trauma interpersonal. Trauma ini dialami oleh tokoh Ibu (Surti Andari), Segara Alam, Bimo, dan Kenanga sebagai akibat dari pengalaman kekerasan, intimidasi, kehilangan, serta tekanan sosial-politik yang berkaitan dengan peristiwa 1965. Tokoh Ibu mengalami trauma akibat penangkapan dan hilangnya suami yang menyebabkan luka batin berkepanjangan. Segara Alam memperlihatkan trauma ketika berhadapan dengan simbol-simbol persenjataan yang mengingatkannya pada pengalaman masa lalu keluarganya. Bimo mengalami trauma karena kekerasan fisik yang dilakukan ayah tirinya secara berulang, sedangkan Kenanga mengalami trauma setelah menyaksikan secara langsung tindakan kekerasan aparat terhadap korban penyiksaan. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa trauma interpersonal dalam novel muncul melalui hubungan langsung antarmanusia yang dipenuhi kekerasan, ancaman, serta tekanan sosial-politik. Penelitian tidak menemukan adanya trauma impersonal, sehingga seluruh bentuk trauma yang ditemukan berkaitan dengan pengalaman relasional antartokoh.

Trauma Kelekatan

Selain trauma interpersonal, penelitian juga menemukan adanya trauma kelekatan yang dialami oleh Om Aji, Bimo, dan Kenanga. Trauma ini muncul akibat terganggunya hubungan emosional dengan figur keluarga yang memiliki peran penting dalam kehidupan masing-masing tokoh. Om Aji mengalami trauma karena kehilangan figur kakaknya, Mas Dimas, yang tidak dapat kembali ke Indonesia akibat peristiwa politik 1965 serta harus menghadapi stigma sebagai keluarga yang dianggap pengkhianat negara. Bimo mengalami trauma kelekatan setelah figur ayah kandungnya secara perlahan dihilangkan dari kehidupannya sejak kehadiran calon ayah tiri, sehingga menimbulkan perasaan kehilangan dan ketidakamanan dalam keluarga. Sementara itu, Kenanga mengalami trauma akibat kehilangan ayah karena kekerasan politik yang mengganggu rasa aman serta hubungan emosional dalam keluarganya. Berdasarkan hasil analisis, tidak ditemukan trauma kelekatan yang disebabkan oleh pengabaian kebutuhan fisik maupun penolakan keluarga, melainkan seluruhnya berakar pada keterpisahan keluarga dan hilangnya figur kelekatan akibat situasi politik.

Analisis Data Gejala *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD)

Gejala Intrusi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Segara Alam mengalami gejala intrusi yang ditandai dengan munculnya kembali ingatan traumatis dan mimpi buruk secara berulang. Ingatan mengenai stigma terhadap ayahnya sebagai "pengkhianat negara" terus muncul dalam kesadarannya, sementara mimpi tentang sosok misterius tanpa wajah menjadi gambaran berulang yang menimbulkan tekanan psikologis. Gejala tersebut menunjukkan bahwa pengalaman traumatis masih terus memengaruhi kondisi psikologis tokoh. Namun demikian, penelitian tidak menemukan adanya reaksi disosiatif secara penuh maupun respons fisiologis yang dijelaskan secara eksplisit sebagaimana terdapat dalam kriteria PTSD menurut DSM-5-TR.

Gejala Penghindaran

Segara Alam juga memperlihatkan gejala penghindaran sebagai bentuk upaya melindungi dirinya dari tekanan psikologis akibat trauma. Penghindaran tampak melalui keengganannya membahas sejarah keluarganya sebagai keturunan tahanan politik serta kecenderungan menyembunyikan identitas keluarganya dalam berbagai situasi sosial. Perilaku tersebut menunjukkan usaha tokoh untuk menghindari ingatan, pikiran, maupun situasi yang

dapat memunculkan kembali pengalaman traumatis. Meskipun demikian, penelitian tidak menemukan bentuk penghindaran berupa menjauhi tempat tertentu ataupun meninggalkan aktivitas tertentu secara permanen.

Gejala Perubahan Negatif dalam Kognisi dan Suasana Hati

Penelitian menemukan bahwa Segara Alam mengalami perubahan negatif dalam kognisi dan suasana hati setelah mengalami peristiwa traumatis. Perubahan tersebut tampak melalui kesulitan mengingat secara utuh bagian penting dari pengalaman traumatis yang pernah dialaminya, disertai munculnya persepsi negatif terhadap kondisi psikologis dirinya sendiri. Tokoh merasa khawatir dianggap mengalami gangguan kejiwaan apabila mengungkapkan pengalaman tersebut kepada orang lain. Walaupun demikian, penelitian tidak menemukan adanya kehilangan kemampuan merasakan emosi positif maupun hilangnya minat terhadap seluruh aktivitas yang dilakukan tokoh.

Gejala Perubahan Gairah dan Reaktivitas

Gejala PTSD lainnya yang ditemukan pada Segara Alam adalah perubahan gairah dan reaktivitas. Gejala ini ditunjukkan melalui sifat temperamental, ledakan kemarahan ketika keluarganya dihina, serta gangguan tidur yang mendorong tokoh melakukan olahraga agar dapat tidur lebih nyenyak. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa pengalaman traumatis tidak hanya memengaruhi cara berpikir dan emosi tokoh, tetapi juga berdampak pada respons perilaku serta kondisi fisiologisnya. Penelitian tidak menemukan adanya perilaku membahayakan diri sendiri maupun perilaku berisiko tinggi sebagaimana salah satu indikator PTSD menurut DSM-5-TR.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa trauma psikologis dalam novel *Namaku Alam* terbagi ke dalam dua bentuk utama, yaitu trauma interpersonal dan trauma kelekatan. Trauma interpersonal dialami oleh tokoh Ibu, Segara Alam, Bimo, dan Kenanga, sedangkan trauma kelekatan dialami oleh Om Aji, Bimo, dan Kenanga. Selain itu, Segara Alam memperlihatkan empat kategori gejala PTSD berdasarkan DSM-5-TR, yaitu gejala intrusi, gejala penghindaran, gejala perubahan negatif dalam kognisi dan suasana hati, serta gejala perubahan gairah dan reaktivitas. Di sisi lain, penelitian tidak menemukan trauma impersonal maupun beberapa indikator PTSD seperti perilaku membahayakan diri sendiri dan reaksi disosiatif yang dijelaskan secara eksplisit dalam novel.

PEMBAHASAN

Bentuk Trauma Psikologis dalam Novel *Namaku Alam*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa trauma psikologis yang dialami tokoh-tokoh dalam novel *Namaku Alam* terbagi menjadi dua bentuk, yaitu trauma interpersonal dan trauma kelekatan. Trauma interpersonal ditemukan pada tokoh Ibu (Surti Andari), Segara Alam, Bimo, dan Kenanga. Trauma tersebut muncul sebagai akibat pengalaman kekerasan, intimidasi, kehilangan anggota keluarga, serta tekanan sosial-politik yang berkaitan dengan peristiwa 1965. Pengalaman traumatis tersebut meninggalkan luka batin yang memengaruhi kondisi emosional, perilaku, serta hubungan sosial masing-masing tokoh.

Sementara itu, trauma kelekatan ditemukan pada tokoh Om Aji, Bimo, dan Kenanga. Trauma ini muncul akibat terganggunya hubungan emosional dengan figur kelekatan, seperti ayah atau anggota keluarga yang dipisahkan secara paksa, menghilang, maupun menjadi korban stigma politik. Kehilangan figur yang memberikan rasa aman menyebabkan para tokoh mengalami keterputusan hubungan emosional yang berdampak pada kondisi psikologis mereka dalam jangka panjang.

Gejala Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) pada Tokoh Segara Alam

Analisis terhadap tokoh Segara Alam menunjukkan adanya gejala PTSD yang sesuai dengan kriteria DSM-5-TR. Gejala intrusi tampak melalui kemunculan kembali ingatan traumatis dan mimpi buruk yang terus berulang mengenai pengalaman masa lalu. Gejala penghindaran terlihat ketika Alam berusaha menghindari pembicaraan, situasi, maupun identitas keluarganya yang berkaitan dengan peristiwa politik 1965.

Selanjutnya, gejala perubahan negatif dalam kognisi dan suasana hati tampak melalui munculnya keyakinan negatif terhadap diri sendiri, kesulitan mengingat bagian tertentu dari pengalaman traumatis, serta tekanan psikologis yang berkepanjangan. Adapun gejala perubahan gairah dan reaktivitas ditunjukkan melalui ledakan emosi, sifat temperamental, kewaspadaan yang tinggi, serta gangguan tidur. Keseluruhan gejala tersebut memperlihatkan bahwa pengalaman traumatis yang dialami Segara Alam memengaruhi kondisi psikologis, perilaku, dan kehidupan sosialnya.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori trauma psikologis yang dikemukakan Mendatu (dalam Elvano, 2018), bahwa trauma interpersonal muncul akibat pengalaman kekerasan, kehilangan, maupun tekanan sosial yang melibatkan hubungan dengan orang lain,

sedangkan trauma kelekatan terjadi karena terganggunya hubungan emosional dengan figur yang memiliki kedekatan psikologis. Seluruh bentuk trauma tersebut tampak pada tokoh-tokoh dalam novel sebagai akibat kekerasan politik dan stigma sosial pascaperistiwa 1965.

Hasil penelitian juga memperkuat konsep PTSD menurut DSM-5-TR (American Psychiatric Association; Siddaway, 2024) yang menyatakan bahwa PTSD ditandai oleh empat kelompok gejala utama, yaitu intrusi, penghindaran, perubahan negatif dalam kognisi dan suasana hati, serta perubahan gairah dan reaktivitas. Keempat kategori gejala tersebut ditemukan secara lengkap pada tokoh Segara Alam.

Selain itu, hasil penelitian ini memiliki kesesuaian dengan penelitian terdahulu. Penelitian Aulia (2020) menunjukkan bahwa trauma tokoh utama dalam *Lelaki Harimau* dipicu oleh kekerasan dalam keluarga. Penelitian Nabila dan Septiyani (2024) menemukan gejala PTSD pada tokoh Rafilus akibat kekerasan masa kecil dan pelecehan seksual. Penelitian Purnami dkk. (2023) juga menunjukkan trauma berat akibat menyaksikan pembunuhan, sedangkan penelitian Sabi'a dan Andari (2024) membuktikan adanya gejala PTSD berdasarkan DSM-5 pada tokoh anime *Hotaru no Haka*. Perbedaan penelitian ini terletak pada objek kajian, yaitu novel *Namaku Alam*, yang menampilkan trauma sebagai dampak kekerasan politik, stigma sosial, serta trauma antargenerasi sehingga memberikan perspektif yang lebih luas mengenai representasi trauma dalam sastra Indonesia.

Secara teoretis, temuan penelitian ini memperkuat relevansi pendekatan psikologi sastra dalam mengungkap dinamika kejiwaan tokoh melalui representasi pengalaman traumatis yang dibangun dalam teks sastra. Integrasi teori trauma psikologis dengan kriteria diagnostik PTSD berdasarkan DSM-5-TR menunjukkan bahwa karya sastra tidak hanya merepresentasikan pengalaman emosional tokoh, tetapi juga mampu menggambarkan gejala-gejala psikologis yang memiliki kesesuaian dengan konsep psikologi klinis. Dengan demikian, penelitian ini memperluas penerapan pendekatan psikologi sastra sebagai salah satu perspektif interdisipliner yang menghubungkan sastra, psikologi, dan kajian sejarah.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa karya sastra mampu merepresentasikan kondisi psikologis manusia secara mendalam, khususnya mengenai dampak trauma akibat kekerasan politik, diskriminasi, dan stigma sosial. Novel *Namaku Alam* menggambarkan bahwa pengalaman traumatis tidak hanya dialami oleh korban langsung, tetapi juga diwariskan kepada generasi berikutnya melalui trauma antargenerasi.

Secara akademis, hasil penelitian ini memperkuat penerapan pendekatan psikologi sastra dalam mengkaji dinamika kejiwaan tokoh fiksi menggunakan teori trauma psikologis dan DSM-5-TR. Di sisi lain, penelitian ini juga memberikan kontribusi terhadap peningkatan pemahaman pembaca mengenai dampak psikologis dari peristiwa sejarah, sehingga sastra dapat menjadi media refleksi terhadap persoalan kemanusiaan, kesehatan mental, dan memori kolektif masyarakat.

Secara praktis, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan pembelajaran dalam mata kuliah atau pembelajaran Bahasa dan Sastra Indonesia, khususnya pada materi analisis novel menggunakan pendekatan psikologi sastra. Selain itu, penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran pembaca mengenai dampak jangka panjang kekerasan politik, diskriminasi, dan trauma antargenerasi terhadap kondisi psikologis individu. Temuan ini juga menunjukkan bahwa karya sastra dapat berfungsi sebagai media refleksi sosial yang membantu pembaca memahami pentingnya empati, kesehatan mental, serta proses pemulihan trauma dalam kehidupan masyarakat.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, penelitian hanya menggunakan satu objek kajian, yaitu novel *Namaku Alam* karya Leila Salikha Chudori, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan untuk menggambarkan representasi trauma psikologis dalam karya sastra Indonesia secara keseluruhan. Kedua, penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan analisis teks sehingga interpretasi data sangat bergantung pada penafsiran peneliti meskipun telah dilakukan proses validasi terhadap data yang diperoleh. Ketiga, penelitian hanya memanfaatkan teori trauma psikologis dan kriteria PTSD berdasarkan DSM-5-TR sehingga belum membandingkan hasil analisis menggunakan pendekatan psikologi lain, seperti psikoanalisis Freud, psikologi analitik Jung, teori resiliensi, atau pendekatan trauma budaya (cultural trauma). Oleh karena itu, hasil penelitian ini masih memiliki ruang untuk dikembangkan melalui penggunaan objek kajian yang lebih beragam maupun pendekatan teoretis yang berbeda.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa novel *Namaku Alam* karya Leila Salikha Chudori merepresentasikan trauma psikologis sebagai dampak dari kekerasan politik tahun 1965 melalui dua bentuk utama, yaitu trauma interpersonal dan trauma kelekatan. Trauma interpersonal dialami oleh tokoh Ibu, Segara Alam, Bimo, dan Kenanga akibat pengalaman

kekerasan, intimidasi, kehilangan anggota keluarga, serta tekanan sosial-politik. Sementara itu, trauma kelekatan dialami oleh Om Aji, Bimo, dan Kenanga sebagai akibat terganggunya hubungan emosional dengan figur kelekatan karena stigma politik, keterpisahan keluarga, dan hilangnya orang-orang terdekat. Selain itu, tokoh Segara Alam memperlihatkan gejala *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) yang sesuai dengan kriteria *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* edisi kelima revisi teks (DSM-5-TR), yaitu gejala intrusi, penghindaran, perubahan negatif dalam kognisi dan suasana hati, serta perubahan gairah dan reaktivitas. Temuan tersebut menunjukkan bahwa trauma dalam novel tidak hanya memengaruhi kondisi psikologis individu, tetapi juga merefleksikan dampak berkepanjangan dari kekerasan politik dan trauma antargenerasi terhadap kehidupan para tokoh.

Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi sastra dengan memperkuat penerapan teori trauma psikologis yang dipadukan dengan kriteria diagnostik PTSD berdasarkan DSM-5-TR dalam menganalisis karya sastra Indonesia kontemporer. Selain memperkaya kajian mengenai representasi trauma psikologis dalam sastra, penelitian ini juga menunjukkan bahwa karya sastra dapat menjadi media untuk memahami hubungan antara pengalaman sejarah, kesehatan mental, dan trauma antargenerasi. Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi akademisi, mahasiswa, maupun peneliti yang mengembangkan kajian interdisipliner antara sastra, psikologi, dan sejarah.

Berdasarkan hasil penelitian dan keterbatasan yang ada, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji representasi trauma psikologis pada karya sastra lain yang mengangkat tema kekerasan politik, konflik sosial, atau tragedi kemanusiaan sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai trauma dalam sastra Indonesia. Penelitian berikutnya juga dapat menggunakan pendekatan psikologi lain, seperti psikoanalisis, psikologi analitik, teori resiliensi, maupun kajian trauma budaya (*cultural trauma*), serta mengembangkan penelitian komparatif antarkarya sastra agar diperoleh pemahaman yang lebih luas mengenai dinamika psikologis tokoh dan representasi trauma dalam berbagai konteks sosial dan budaya.

DAFTAR PUSTAKA

Amping, D. R., Adiyanti, M. G., & Ludji, I. (2024). Intergenerational trauma: Exploring transmission mechanisms in post-conflict families. *Bisma: The Journal of Counseling, 8*(2), 225–234. https://doi.org/10.23887/bisma.v8i2.85107

Analisah, I. S. (2017). *Trauma Psikologis Tokoh Utama dalam Novel Matahari untuk Lily Karya Rini Zabirudin* [Master's thesis, Universitas Muhammadiyah Surabaya]. https://repository.um-surabaya.ac.id/id/eprint/2081/

Andini, N. (2025). *Upaya Mengatasi Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) terhadap Istri Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga Perspektif Hukum Islam* [Undergraduate thesis, IAIN Palopo]. https://repository.iainpalopo.ac.id/10897/1/skripsi%20NURUL%20ANDINI.pdf

Aulia, B. (2020). Trauma Kejiwaan Tokoh Utama dalam Novel Lelaki Harimau Karya Eka Kurniawan. *Jurnal Bindo Sastra, 4*(1), 29–37. https://doi.org/10.32502/jbs.v4i1.2322

Elvano, T. (2018). *Trauma Psikologis Tokoh Naruse Jun dalam Anime Kokoro Ga Sakebitagatterunda Karya Nagai Tatsuyuki* [Undergraduate thesis, Universitas Brawijaya]. http://repository.ub.ac.id/id/eprint/166619

Hasan, M., Muslimin, & Ali, A. H. (2025). Gangguan Kecemasan Tokoh Segara Alam dalam Novel Namaku Alam: Kajian Psikologi Sastra dan Pembelajaran Bahasa Indonesia. *KLITIKA: Jurnal Ilmiah Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, 7*(2). https://doi.org/10.32585/klitika.v7i2.7481

Kamah, A. (2020). *Gambaran Post-Traumatic Stress Disorder pada Korban Konflik di Patani Thailand Selatan* [Undergraduate thesis, UIN Raden Intan Lampung]. https://repository.radenintan.ac.id/12053/

Karim, A. A., Putra, N. R., Amiruddin, N., Handoko, A. R. J., Ekklesia, M. V., & Vidyanita, N. (2025). Traumatic memory and family dynamics of political prisoners in Leila S. Chudori's *Namaku Alam*. *Poetika: Jurnal Ilmu Sastra, 13*(1), 51–62. https://doi.org/10.22146/poetika.v13i1.105970

Leksana, G., & Subekti, A. (2023). Remembering through fragmented narratives: Third generations and the intergenerational memory of the 1965 anti-leftist violence in Indonesia. *Memory Studies, 16*(2), 465–480. https://doi.org/10.1177/17506980221122175

Massazza, A., Brewin, C. R., & Joffe, H. (2021). Feelings, thoughts, and behaviors during disaster. *Qualitative Health Research, 31*(2), 323–337. https://doi.org/10.1177/1049732320968791

Maulidah, S., & Wirajaya, A. Y. (2024). Analisis Tokoh Segara Alam dalam Novel "Namaku Alam" Karya Leila S. Chudori: Sebuah Pendekatan Psikologi Sastra. *Kajian Linguistik dan Sastra, 3*(2), 223–232. https://doi.org/10.22437/kalistra.v3i2.30854

Nabila, R. K., & Septiyani, R. E. (2024). Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) Protagonis Novel *Rafilus* Karya Budi Darma. *Prosiding Konferensi Nasional Mahasiswa Sastra Indonesia (KONASINDO), 1*, 801–812. https://proceedings.uinsa.ac.id/index.php/konasindo/article/view/2826

Nasution, I. E. A., Sagala, A. M., Farhan, M., & Mardiyah, A. (2025). Peran Layanan Konseling Individual terhadap Pemulihan Psikologis Remaja yang Mengalami Trauma Emosional akibat Ketidakharmonisan Keluarga. *Jurnal Ilmiah Penelitian Mahasiswa, 4*(1), 739–753. https://doi.org/10.61722/jipm.v4i1.1955

Purnami, N. K. N. A., Andriyani, A. A. A. D., & Sudipa, M. H. D. (2023). Trauma Tokoh Sae dalam Novel *Shokuzai*. *Japanology: The Journal of Japanese Studies, 9*(1), 29–42. https://doi.org/10.20473/jjs.v9i1.51550

Rusyda, H. A., Lasmi, A. D., Khairunnisa, S., & Wiguna, V. V. (2021). Posttraumatic Stress Disorder pada Anak. *Jurnal Syntax Fusion, 1*(10), 578–587. https://doi.org/10.54543/fusion.v1i10.83

Sabi'a, S., & Andari, N. (2024). Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) pada Tokoh Utama Seita dalam Anime *Hotaru no Haka* Karya Isao Takahata. *Diglossia: Jurnal Kajian Ilmiah Kebahasaan dan Kesusastraan, 15*(2), 244–262. https://doi.org/10.26594/diglossia.v15i2.4668

Scoglio, A. A. J., Reilly, E. D., Girouard, C., Quigley, K. S., Carnes, S., & Kelly, M. M. (2022). Social functioning in individuals with post-traumatic stress disorder: A systematic review. *Trauma, Violence, & Abuse, 23*(2), 356–371. https://doi.org/10.1177/1524838020946800

Stevens, J. S., & Jovanovic, T. (2019). Role of social cognition in post-traumatic stress disorder: A review and meta-analysis. *Genes, Brain and Behavior, 18*(1), e12518. https://doi.org/10.1111/gbb.12518

Wahyuni, H., & Ramadhoni, S. R. (2026). Trauma Psikologis pada Penyintas Kekerasan Seksual Intra-Familial. *At-Taujih: Bimbingan dan Konseling Islam, 9*(1), 133–148. https://doi.org/10.22373/eyvjvk94

Widayati, H. P. (2024). *Dialectical Behavior Therapy (DBT) untuk Menurunkan Intensitas Simtom Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) pada Narapidana Perempuan Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kota X* [Master's thesis, Universitas Muhammadiyah Malang]. https://eprints.umm.ac.id/id/eprint/12730/