

ANALISIS PSIKOLOGI PERILAKU TOKOH MAMA DALAM NOVEL *HENDRICK* KARYA RISA SARASWATI (KAJIAN PSIKOLOGI SASTRA BEHAVIORISME)

Eka Silviana¹, Jiphie Gilia Indriyani²

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya¹²

□ Silviana1324@gmail.com

Abstract:

This research aims to employ a literary psychology approach using B.F. Skinner's behaviorist theory, particularly the Stimulus–Organism–Response (S–O–R) model, to examine the behavioral changes experienced by Mama. The research method applied is descriptive qualitative, conducted through close reading, identifying significant passages, and analyzing relevant quotations from the novel. The findings indicate that each loss experienced by Mama triggers negative responses, ranging from sadness and anger to despair. Her fragile psychological condition and the lack of social support prevent her from escaping the cycle of depression. Ultimately, the internal conflict she endures culminates in a tragic decision to end her own life. This study demonstrates that human behavior is profoundly influenced by traumatic experiences and environmental factors, as explained by Skinner's behaviorist theory. Theoretically, it contributes to the development of literary psychology studies; practically, it underscores the importance of emotional support and psychological intervention for individuals dealing with trauma.

Keywords: *Psychology Literature, Behaviorism, Skinner, Trauma, Depression*

Abstrak:

Sastra sering dianggap sebagai cermin kehidupan manusia karena tidak hanya menceritakan peristiwa, tetapi juga menggambarkan kondisi batin tokohnya. Melalui tokoh fiksi, pengarang bisa menghadirkan kisah yang dekat dengan pengalaman nyata manusia. Salah satunya terlihat dalam novel *Hendrick* karya Risa Saraswati, yang menampilkan tokoh Mama (Nina Konnings) sebagai sosok dengan trauma berulang akibat banyak kehilangan, hingga akhirnya jatuh dalam depresi dan perilaku yang merusak. Penelitian ini memakai pendekatan psikologi sastra dengan teori behaviorisme Skinner, terutama model Stimulus–Organisme–Respons (S–O–R), untuk mengkaji perubahan perilaku Mama. Metode yang dipakai adalah deskriptif kualitatif dengan cara membaca secara mendalam, mencatat bagian penting, lalu menganalisis kutipan-kutipan yang relevan dari novel. Hasil kajian menunjukkan bahwa setiap kehilangan yang dialami Mama memunculkan respons negatif, mulai dari sedih, marah, sampai putus asa. Kondisi kejiwaan yang rapuh dan minimnya dukungan dari orang sekitar membuat Mama tidak mampu bangkit dari lingkaran depresinya. Pada akhirnya, konflik batin yang ia alami berakhir dengan keputusan tragis untuk mengakhiri hidupnya. Penelitian ini memperlihatkan bahwa perilaku manusia sangat dipengaruhi oleh pengalaman traumatis dan lingkungan sekitar, seperti yang dijelaskan dalam teori behaviorisme Skinner. Dari sisi teori, penelitian ini menambah wawasan kajian psikologi sastra, sedangkan dari sisi praktis, penelitian ini mengingatkan pentingnya dukungan emosional dan penanganan psikologis bagi siapa pun yang sedang menghadapi trauma.

Kata kunci: Psikologi Sastra, Behaviorisme, Skinner, Trauma, Depresi

PENDAHULUAN

Setiap manusia pada dasarnya memiliki keunikan dalam hal karakter dan perilaku. Jika kita memperhatikan lingkungan sekitar, maka akan terlihat bahwa setiap individu yang kita temui selalu menunjukkan sifat dan sikap yang berbeda-beda. Ada orang yang berperilaku ramah, santun, serta penuh kepedulian, namun ada pula yang menampilkan sikap keras, egois, atau bahkan merugikan orang lain. Keberagaman sifat ini justru menunjukkan bahwa karakter manusia tidak bersifat statis, melainkan sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam diri maupun dari luar dirinya. Faktor eksternal dapat berperan besar dalam pembentukan perilaku manusia diantaranya adalah keluarga, sekolah, lingkungan pergaulan, serta berbagai interaksi yang dialami sehari-hari (Nerizka dkk., 2021). Namun, perilaku seseorang tidak selalu terbentuk secara alami. Ada kalanya, individu yang sebelumnya dikenal memiliki perilaku positif, lalu berubah menjadi lebih negatif, ataupun sebaliknya. Perubahan ini seringkali dipicu oleh pengalaman hidup, baik berupa peristiwa menyenangkan maupun peristiwa yang menimbulkan luka batin. Dengan kata lain, pengalaman hidup mampu meninggalkan bekas yang kuat sehingga mempengaruhi cara seseorang dalam berpikir, bersikap, maupun bertindak. Misalnya, seseorang yang awalnya memiliki sifat terbuka dan percaya pada orang lain dapat berubah menjadi pribadi tertutup dan penuh kecurigaan setelah mengalami pengkhianatan. Hal tersebut menunjukkan bahwa perilaku merupakan hasil dari dinamika internal dan eksternal yang saling berinteraksi.

Perilaku manusia juga dapat berkembang sebagai hasil dari tekanan internal maupun hambatan berasal dari luar dirinya. Tekanan itu bisa seperti tuntutan sosial, masalah keluarga, atau konflik pribadi yang menuntut adanya respons tertentu. Artinya, setiap tindakan yang dilakukan seseorang sesungguhnya merupakan cerminan dari reaksi-reaksi yang berkembang dalam dirinya. Reaksi tersebut muncul sebagai hasil interaksi antara faktor bawaan (internal) dengan faktor lingkungan (eksternal). Kurt Lewin, seorang tokoh penting dalam psikologi, menegaskan bahwa perilaku manusia merupakan fungsi dari interaksi antara individu dan lingkungannya. Menurutnya, jika terjadi ketidakseimbangan antara kedua aspek tersebut, maka individu dapat mengalami perubahan perilaku yang signifikan (Suharyat & Pd, t.t.).

Ketidakseimbangan tersebut seringkali menimbulkan apa yang disebut sebagai guncangan kejiwaan. Guncangan kejiwaan adalah kondisi psikologis yang timbul akibat peristiwa traumatis atau perubahan besar dalam kehidupan seseorang. Situasi ini biasanya menimbulkan tekanan batin yang mendalam sehingga individu kesulitan untuk berpikir jernih, mengendalikan emosi, atau berperilaku secara wajar. Peristiwa traumatis, seperti kehilangan orang terdekat, perceraian, kecelakaan, atau bencana alam, dapat memicu stres berat yang

berkembang menjadi gangguan mental serius apabila tidak segera ditangani. Salah satu dampak jangka panjang yang kerap muncul adalah Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD), yakni kondisi di mana individu terus-menerus dihantui oleh pengalaman traumatis sehingga kesulitan menjalani kehidupan normal. Gangguan psikologis biasanya bermula dari perasaan sedih yang berlebihan, emosi yang tidak terkendali, atau beban pikiran yang terus-menerus menekan. Kondisi ini kemudian bisa berubah menjadi stres maupun depresi jika tanpa penanganan. Stres sendiri dapat dipahami sebagai respons psikologis terhadap perubahan mendadak yang menuntut individu untuk melakukan penyesuaian, baik dari aspek fisik, emosional, maupun mental. Dalam keadaan stres, seseorang bisa merasakan gejala seperti kemarahan, kecemasan, kegugupan, hingga ketidakmampuan mengendalikan diri. Jika kondisi ini dibiarkan, stres dapat menjadi pintu masuk menuju gangguan mental yang lebih parah. Sementara itu, depresi diartikan sebagai gangguan emosional yang ditandai dengan perasaan sedih mendalam dan berlangsung dalam jangka waktu lama. Depresi biasanya muncul akibat peristiwa besar yang terjadi secara tiba-tiba, seperti kehilangan pekerjaan, perceraian, atau kematian anggota keluarga. Depresi merupakan gangguan psikis yang tidak tampak secara kasat mata atau sering disebut *invisible disease*. Berbeda dengan penyakit fisik seperti flu yang dapat langsung dirasakan oleh penderitanya, depresi justru kerap tidak disadari oleh orang yang mengalaminya (Dzahabiyya dkk., 2022).

Masih banyak penderita depresi yang tidak menyadari bahwa mereka sedang menghadapi masalah serius. Sebagian masyarakat pun masih menganggap depresi bukanlah gangguan psikologis, melainkan kelemahan iman atau kurangnya keteguhan spiritual seseorang. Pandangan keliru semacam ini membuat depresi kerap tidak ditangani dengan tepat. Padahal, kondisi tersebut membutuhkan penanganan dari tenaga profesional seperti psikolog maupun psikiater agar penderita bisa pulih. Sayangnya, penelitian menunjukkan bahwa sekitar 80% penderita depresi tidak memperoleh penanganan yang semestinya (Widyaningrum, 2021). Hal tersebut menandakan bahwa kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan mental masih rendah. Masalah kejiwaan seperti stres, kecemasan, dan depresi kerap dianggap sepele, padahal dampaknya sangat besar bagi kehidupan seseorang. Saat mengalami depresi, kualitas hidup seseorang dapat menurun, produktivitasnya berkurang, dan hubungannya dengan orang lain terganggu. Jika tidak segera ditangani, kondisi ini dapat mengarah pada tindakan ekstrem, termasuk keinginan untuk mengakhiri hidup.

Indonesia saat ini menghadapi situasi darurat kesehatan jiwa. Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes) menunjukkan bahwa sekitar 1 dari 10 penduduk Indonesia mengalami gangguan mental. Menurut laporan Riskesdas (2018) juga mencatat

bahwa terdapat 19 juta penduduk berusia di atas 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta orang pada rentang usia yang sama mengalami depresi. Sementara itu, survei Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) pada tahun 2022 menemukan bahwa sekitar 15,5 juta atau 34,9% remaja mengalami masalah kesehatan mental. Selain itu, data dari World Health Organization (WHO) pun menunjukkan bahwa 1 dari 7 anak berusia 10–19 tahun mengalami gangguan kesehatan mental (Kementrian Kesehatan, 2024)

Sastra dapat dipandang sebagai cerminan jiwa manusia yang berperan dalam membantu memahami kondisi kejiwaan orang lain. Sastra tidak menawarkan keterampilan teknis maupun pengetahuan praktis yang bisa langsung diterapkan, melainkan menyuguhkan nilai-nilai kebudiluhuran, wawasan humaniora, serta pemahaman yang mendalam mengenai hakikat kemanusiaan. Karena itu, sastra memiliki cara tersendiri dalam menjalankan fungsinya sebagai karya yang mengutamakan nilai estetika. Sebagai bagian dari disiplin ilmu humaniora, kajian sastra mencakup beragam aliran dan pendekatan. Bidang kajiannya dapat bersinggungan dengan filsafat, psikologi, sosiologi, antropologi, maupun religi. Salah satu pendekatan yang banyak digunakan ialah psikologi sastra. Melalui pendekatan ini, fokus diarahkan pada aspek-aspek psikologis manusia yang tercermin dalam karya, baik melalui penggambaran tokoh, sudut pandang pengarang, maupun pengalaman pembaca saat menikmati teks sastra. Psikologi sastra mempermudah seseorang untuk mempelajari gejala psikologis tanpa harus mendalami ilmu psikologi murni yang sarat istilah akademis dan teknis. Dengan demikian, pembaca dapat memahami jiwa, emosi, serta dinamika batin manusia secara lebih mudah dan menyenangkan. Hal ini menjadikan psikologi sastra sebagai penghubung antara ilmu psikologi yang kerap dianggap rumit dengan pengalaman estetis dalam membaca karya sastra (Ahmadi, A., 2015).

Karya sastra, khususnya novel, menghadirkan tokoh-tokoh dengan perilaku yang beragam dan kompleks. Perilaku tersebut, sebagaimana tingkah laku manusia pada umumnya, tidak selalu mencerminkan jati diri yang sesungguhnya. Hal ini terjadi karena pola perilaku tokoh bisa dilihat sebagai suatu fenomena kejiwaan (Dwiyanti, 2024). Oleh sebab itu, psikologi menjadi ilmu yang penting dalam mengkaji tingkah laku tokoh, sebab unsur-unsur psikologis selalu hadir dalam karya sastra. Setiap tokoh memiliki keunikan karakter yang turut memengaruhi jalannya cerita. Melalui tokoh-tokoh itulah pengarang merepresentasikan berbagai peristiwa dan pengalaman yang dialami manusia dalam kehidupan nyata. Perbedaan karakter antar tokoh melahirkan konflik dan menghadirkan peristiwa-peristiwa menarik dalam cerita. Dengan demikian, karya sastra selalu berkaitan erat dengan aspek kejiwaan. Tidak

mengherankan bila ia senantiasa relevan dengan beragam dimensi kehidupan, termasuk dalam ranah psikologi (Pradnyana dkk., 2019)

Hal ini dapat dilihat pada salah satu novel karya Risa Saraswati berjudul *Hendrick*. Novel ini mengisahkan tentang teman kecil hantu Risa Saraswati yang bernama Hendrick, seorang anak berusia 10 tahun, dia tinggal bersama kedua orang tuanya di Indonesia pada masa kolonial Belanda, mereka merupakan orang Belanda asli yang memutuskan untuk tinggal di Indonesia. Orang tua Hendrick merupakan golongan orang kaya karena papa Hendrick merupakan pemilik perkebunan, sehingga hidup Hendrick selalu berkecukupan dan selalu dimanjakan. Karena terlalu sering dimanjakan membuat Hendrick memiliki sifat yang egois. Semua kedamaian dan keceriaan itu hilang ketika sang papah meninggal dunia. Saat papa meninggal dunia, mama Hendrick yang bernama Nina Konnings selalu menyalahkan Hendrick atas meninggalnya papah Hendrick. Perilaku mama Hendrick yang dulunya baik dan pengertian kini sudah berubah, dia selalu memarahi Hendrick dan mengusir Hendrick dari hadapannya. Mama Hendrick mengalami depresi, sehingga Hendrick mencoba berbagai cara agar mamanya bisa kembali normal salah satu caranya adalah membawa Helena kembali ke rumah. Helena merupakan seorang anak perempuan yang berasal dari panti, dia sangat amat disayangi oleh mama Hendrick karena memiliki kemiripan dengan kakak perempuannya yang sudah meninggal dunia. Setelah ada Helena, mama Hendrick sudah sedikit kembali normal tetapi sayangnya dia sudah melupakan Hendrick sebagai anaknya, dan selalu menganggap Hendrick yang menyebabkan suaminya meninggal. Ia tetap diperlakukan buruk dan terus dianggap sebagai penyebab kematian sang ayah, sehingga pergulatan batin Hendrick dan perubahan perilaku ibunya menjadi bagian penting dalam alur cerita novel ini.

Psikologi sebagai ilmu yang mempelajari perilaku dan kehidupan psikis manusia dapat dijadikan sarana untuk memahami karya sastra. Dari sinilah lahir psikologi sastra, yakni cabang kajian yang menghubungkan aspek psikologi dengan karya sastra. Menurut Wellek & Warren (2014) psikologi sastra mencakup empat bidang utama, yaitu studi mengenai psikologi pengarang, analisis proses kreatif, penerapan tipe dan hukum psikologi dalam karya sastra, serta kajian mengenai pengaruh karya sastra terhadap pembaca. Dengan kerangka ini, psikologi sastra memungkinkan penelaahan aspek kejiwaan tokoh, sebagaimana dapat dilihat pada tokoh Mama dalam novel *Hendrick*.

Dalam penelitian ini digunakan teori psikologi sastra berlandaskan pendekatan behaviorisme dari Skinner. Teori ini menekankan bahwa perilaku manusia dapat berubah karena dipengaruhi oleh faktor lingkungan (Ahmadi, 2015). Pendekatan tersebut relevan dalam analisis tokoh sastra, sebab perilaku tokoh sering kali merupakan respons terhadap kondisi

sekitar yang membentuk karakter dan tindakannya. Sejalan dengan itu, (Wulandari, 2013) menegaskan bahwa psikologi sastra menjadi jembatan antara psikologi dan sastra dengan mempelajari proses kreatif pengarang, dinamika tokoh dalam cerita, serta dampak karya terhadap pembaca.

KAJIAN PUSTAKA

Beberapa penelitian sebelumnya yang relevan sudah dilakukan dalam ranah psikologi sastra. Penelitian oleh Safitri, (2019) membahas perilaku tokoh Dilan dalam novel *Dilan 1990*, *Dilan 1991*, dan *Milea* karya Pidi Baiq dengan menggunakan teori behaviorisme Skinner. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa perilaku tokoh Dilan banyak dipengaruhi oleh lingkungannya, baik ketika ia digambarkan sebagai remaja romantis maupun ketika menunjukkan sikap solidaritas. Persamaannya dengan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan teori behaviorisme Skinner untuk melihat perilaku tokoh, tetapi perbedaannya terletak pada fokus.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Byl, (2016) yang membahas tentang tokoh utama dalam novel *Lolita* karya Vladimir Nabokov dengan pendekatan psikologi sastra. Ia menemukan bahwa perubahan perilaku tokoh dipengaruhi oleh faktor internal, seperti masa lalu dan pengendalian diri, serta faktor eksternal, seperti informasi yang diterima dan kebiasaan membaca. Persamaannya dengan penelitian ini adalah sama-sama menganalisis kondisi psikologis tokoh. Namun, Byl menggunakan teori karakter, sedangkan penelitian ini lebih spesifik menggunakan teori behaviorisme Skinner untuk meneliti depresi tokoh Mama.

Sementara itu, Haris & Suwartini, (2019) meneliti perilaku tokoh dalam sebuah novel populer dengan pendekatan psikologi. Hasilnya menunjukkan bagaimana tokoh utama bereaksi terhadap konflik sosial dan pengaruh lingkungan sekitar. Kesamaannya dengan penelitian ini adalah sama-sama menekankan analisis perilaku tokoh, tetapi penelitian mereka bersifat lebih umum. Sebaliknya, penelitian ini fokus pada trauma berulang yang dialami tokoh Mama karena kehilangan orang-orang yang dicintainya.

Penelitian selanjutnya oleh Widyaningrum (2021) membahas depresi dalam novel *Kupu Wengi Mbangun Swarga* dengan menggunakan teori behaviorisme Skinner. Ia menyimpulkan bahwa depresi dapat dilihat sebagai masalah perilaku yang dipicu oleh stimulus lingkungan. Meskipun objek kajiannya berbeda dengan penelitian ini, hasilnya tetap relevan karena memperlihatkan bahwa teori behaviorisme Skinner efektif dipakai untuk menelaah depresi dalam karya sastra. Hal ini memperkuat dasar teori penelitian ini yang juga menggunakan behaviorisme Skinner untuk mengkaji depresi tokoh Mama dalam novel *Hendrick*.

Penelitian terkahir oleh Pradnyana dkk., (2019) menggunakan psikoanalisis Freud untuk meneliti tokoh utama dalam sebuah novel. Mereka menemukan bahwa perilaku tokoh banyak dipengaruhi oleh alam bawah sadar. Sama seperti penelitian ini, kajiannya berada dalam ranah psikologi sastra, tetapi berbeda dari sisi teori. Pradnyana menggunakan psikoanalisis Freud, sedangkan penelitian ini menggunakan behaviorisme Skinner yang lebih menekankan hubungan stimulus-respons. Berdasarkan uraian tersebut, belum ada penelitian yang secara khusus mengkaji tokoh Mama dalam novel *Hendrick* dengan menggunakan teori behaviorisme Skinner (S-O-R). Penelitian sebelumnya lebih banyak meneliti novel lain, membahas perilaku remaja, atau menyoroti trauma secara umum. Sehingga terdapat celah penelitian yang dapat diisi melalui penelitian ini. Penelitian ini akan membahas dua permasalahan utama. Pertama, bagaimana proses terbentuknya perubahan perilaku tokoh Mama dalam novel *Hendrick* karya Risa Saraswati berdasarkan model *Stimulus-Organisme-Respons (S-O-R)*? Kedua, bagaimana efek atau dampak psikologis dan sosial yang muncul akibat trauma yang dialami tokoh Mama? Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan penerapan model *Stimulus-Organisme-Respons (S-O-R)* dalam menggambarkan perubahan perilaku tokoh Mama dalam novel *Hendrick* karya Risa Saraswati, dan mengungkap efek atau dampak psikologis dan sosial dari trauma berulang yang dialami tokoh Mama. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang utuh mengenai dinamika batin tokoh Mama dan pengaruhnya terhadap hubungan dengan lingkungan sekitarnya.

Penelitian ini memiliki manfaat baik secara teoretis maupun praktis. Dari sisi teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi sastra melalui penerapan teori behaviorisme Skinner, sedangkan dari sisi praktis penelitian ini memberi pemahaman bahwa trauma dan kehilangan berulang memiliki dampak besar terhadap kesehatan mental. Kisah tokoh Mama dalam novel *Hendrick* karya Risa Saraswati memperlihatkan pentingnya dukungan emosional, kasih sayang, serta penanganan psikologis agar individu tidak larut dalam depresi. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan untuk mengungkap penyebab perubahan perilaku dan kondisi psikologis tokoh Mama, dengan judul “Analisis Psikologi Perilaku Tokoh Mama dalam Novel *Hendrick* Karya Risa Saraswati” yang dianalisis menggunakan teori behaviorisme Skinner.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dianalisis dengan menggunakan metode deskriptif kualitatif untuk mendeskripsikan permasalahan serta fokus pembahasan yang terdapat dalam novel *Hendrick* karya Risa Saraswati. Metode deskriptif kualitatif dipilih karena sesuai dengan tujuan

penelitian yang tidak berfokus pada perhitungan angka atau data statistik, melainkan pada pemahaman makna, fenomena, serta pengalaman tokoh dalam karya sastra. Penelitian kualitatif bersifat deskriptif, karena informasi yang dikumpulkan berbentuk kata-kata, lisan, gambar, atau dokumentasi, berbeda dengan penelitian kuantitatif yang datanya berupa angka-angka (Waruwu, 2023). Penelitian kualitatif adalah sebuah bentuk penelitian yang dilakukan berdasarkan pada kejadian atau fenomena yang sebenarnya dan akan membuahkan data perkataan tertulis, maupun lisan lisan yang bersumberkan dari orang atau objek sekitar yang diteliti.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan membaca dan memahami isi novel secara cermat, berulang-ulang, dan penuh ketelitian. Proses pembacaan berulang dilakukan untuk menemukan kutipan-kutipan yang berkaitan dengan masalah penelitian, khususnya yang menggambarkan kondisi psikologi tokoh Mama. Setiap kutipan yang relevan kemudian ditandai untuk dianalisis lebih lanjut. Tahapan ini penting karena dalam penelitian sastra, teks merupakan sumber data utama yang harus dipahami secara menyeluruh. Setelah data terkumpul, peneliti mendeskripsikan atau menjelaskan setiap kutipan dengan menggunakan pendekatan teori behaviorisme Skinner.

Penerapan metode deskriptif kualitatif dalam penelitian ini tampak jelas pada proses analisis isi teks. Setelah kutipan yang relevan ditandai, peneliti memberikan penjelasan atau gambaran terhadap kutipan tersebut dengan menafsirkan makna psikologis di baliknya. Misalnya, ketika tokoh Mama digambarkan menarik diri dari lingkungan sekitar setelah kehilangan orang tercinta, peneliti mendeskripsikan hal tersebut sebagai respons terhadap stimulus berupa peristiwa kematian. Deskripsi ini kemudian dipadukan dengan teori behaviorisme Skinner untuk menjelaskan hubungan antara stimulus (peristiwa kematian) dengan respon (depresi dan perubahan perilaku).

Selain itu, modifikasi metode juga dilakukan agar sesuai dengan tujuan penelitian. Tidak hanya mendeskripsikan kondisi psikologi tokoh, analisis ini juga berupaya menunjukkan pola hubungan antara pengalaman yang dialami tokoh dan perubahan perilaku yang muncul. Dengan cara ini, penelitian tidak berhenti pada tahap deskriptif, tetapi juga memberikan pemahaman mendalam mengenai faktor-faktor lingkungan yang memengaruhi kondisi psikologis tokoh.

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian novel Hendrick karya Risa Saraswati dianalisis dengan metode deskriptif kualitatif menggunakan teori psikologi sastra behaviorisme Skinner. Metode kualitatif deskriptif berperan dalam menggambarkan data berupa kutipan-kutipan dari novel, sementara teori behaviorisme digunakan untuk menjelaskan

perubahan perilaku tokoh Mama akibat stimulus lingkungan yang dialaminya. Proses ini dilakukan dengan membaca novel secara berulang-ulang, menandai kutipan yang relevan, kemudian mendeskripsikan dan menganalisisnya berdasarkan teori. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memaparkan fenomena depresi tokoh, tetapi juga menghubungkannya dengan landasan teoretis yang kuat, sehingga hasil analisis dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Skinner menjelaskan bahwa perilaku manusia merupakan bentuk reaksi terhadap rangsangan yang datang dari luar dirinya (Simbolon & Haloho, 2023). Proses ini terjadi ketika suatu stimulus diberikan pada organisme, lalu organisme tersebut memberikan respons tertentu. Karena itu, teori Skinner dikenal sebagai teori “S-O-R” (Stimulus–Organisme–Respons) (Maghfiroh Fitri Maulani, 2022). Sebenarnya, teori S-O-R pertama kali diperkenalkan oleh Houland pada tahun 1953, berasal dari psikologi namun kemudian juga diterapkan dalam ilmu komunikasi. Hal ini karena baik psikologi maupun komunikasi sama-sama menjadikan manusia sebagai objek kajian, khususnya dalam aspek sikap, pendapat, persepsi, afeksi (perasaan), dan konasi (kecenderungan untuk bertindak). Asumsi utama teori ini adalah bahwa perubahan perilaku sangat dipengaruhi oleh kualitas stimulus yang diterima organisme atau komunikan. Dengan kata lain, model S-O-R memandang komunikasi sebagai proses aksi-reaksi, di mana kata-kata, simbol, maupun isyarat nonverbal bisa memunculkan reaksi tertentu pada orang lain (Rahmat Abidin & Abidin, 2021).

Selanjutnya, Skinner berpendapat bahwa kepribadian seseorang dapat dipahami dari perkembangan perilakunya dalam berinteraksi dengan lingkungan secara berkesinambungan. Menurutnya, perilaku manusia baik yang disadari maupun tidak selalu dibentuk oleh pengalaman dan kondisi sekitarnya. Dalam kerangka behaviorisme, Skinner juga menjelaskan bahwa gangguan psikologis seperti depresi kerap muncul akibat peristiwa-peristiwa tertentu, misalnya perpisahan, kehilangan orang terdekat, atau perubahan lingkungan yang mendadak. Selain itu, depresi juga bisa muncul ketika seseorang jarang melakukan aktivitas yang menghasilkan pengalaman positif (Pusat Penelitian dan Pengembangan Kesejahteraan Sosial, Kementerian Sosial RI dkk., 2017).

Psikologi behaviorial dikenal juga sebagai psikologi perilaku karena fokus utamanya memang terletak pada kajian tentang perilaku manusia. Aliran ini berkembang pesat di Amerika, sejalan dengan lahirnya banyak tokoh pencetus behaviorisme di sana. Hingga kini, psikologi behaviorial masih dianggap sebagai salah satu cabang psikologi yang cukup berpengaruh, sebab terus dikembangkan dan disempurnakan oleh para penerusnya. Salah satu wujud perkembangannya terlihat dalam kajian tentang modifikasi perilaku, yang meskipun

berakar pada ranah psikologi, juga kerap bersinggungan dengan bidang konseling (Ahmadi, 2015). Secara umum, behaviorisme berusaha menganalisis perilaku yang dapat diamati, diukur, dijelaskan, serta diprediksi. Karena menekankan pada proses pembelajaran, teori ini sering disebut juga sebagai teori belajar. Menurut pandangan kaum behavioris, hampir seluruh perilaku manusia, kecuali insting, merupakan hasil dari proses belajar. Dalam hal ini, belajar dipahami sebagai perubahan perilaku organisme akibat pengaruh lingkungan. Behaviorisme tidak menilai perilaku manusia dari sisi baik-buruk, rasional-irasional, atau emosional-logis, melainkan lebih menekankan pada bagaimana perilaku tersebut terbentuk dan dikendalikan oleh faktor lingkungan (Safitri, 2019).

PEMBAHASAN

Dalam novel *Hendrick* kita dapat menemukan perubahan perilaku dan kondisi mental yang dialami oleh tokoh Mama. Perubahan perilaku dan kondisi mental yang dialami tokoh Mama dikarenakan peristiwa-peristiwa yang dialami oleh keluarganya sehingga dapat membuat tokoh Mama menjadi depresi. Berikut ini hasil analisis pengumpulan data yang menjadi penyebab depresi yang dialami tokoh Mama dalam novel *Hendrick* karya Risa Saraswati.

Stimulus pada Tokoh Mama

Dalam kerangka teori behaviorisme Skinner, stimulus merupakan faktor dari luar diri individu yang dapat memengaruhi terbentuknya perilaku. Stimulus ini dapat berupa kejadian, pengalaman, atau kondisi lingkungan yang dihadapi seseorang. Tokoh Mama dalam novel *Hendrick* mengalami beberapa stimulus besar yang membentuk dan mengubah perilakunya secara drastis. Stimulus yang memicu depresi tokoh Mama dalam novel *Hendrick* karya Risa Saraswati dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu stimulus internal dan stimulus eksternal.

Stimulus internal adalah rangsangan yang berasal dari dalam diri tokoh, biasanya terbentuk dari pengalaman atau kondisi psikologis yang melekat sejak lama. Pada tokoh Mama, stimulus internal ini terlihat ketika dirinya terlalu sering memikul trauma akibat kehilangan orang terdekatnya sejak dulu. Peristiwa ini menimbulkan trauma yang membekas kuat, ditunjukkan dengan sikap penolakan terhadap adik kembarnya yang dianggap sebagai penyebab kematian ibunya. Stimulus berupa kehilangan figur keibuan ini membentuk respons berupa kemarahan, kebencian, dan penolakan.

Perempuan ini sangat rapuh dan mudah depresi, dan dia butuh waktu lama untuk kembali normal. Ketika ibunya meninggal saat melahirkan Immanuel dan Manuella, dia diserang perasaan marah, terluka, dan depresi berlebihan. Stimulus berikutnya adalah meninggalnya anak pertama, Angeline. Peristiwa ini mengingatkan kembali pada trauma

kehilangan ibunya sehingga memicu respons serupa berupa kesedihan mendalam dan depresi. Dalam behaviorisme, peristiwa berulang dapat memperkuat pola respons tertentu. Pada tokoh Mama, stimulus kehilangan anak semakin memperkuat respons depresi yang sudah terbentuk sebelumnya.

Data 1

Dia kembali depresi, sama seperti saat kehilangan ibunya dulu.

“Seandainya aku tak melahirkan anak lelaki itu, mungkin suamiku tak akan mati. Dan kita akan hidup bahagia bertiga selamanya...Angeline”

Data 2

Sebuah tamparan keras mendarat di pipi Hendrick Konnings, sehingga membuat anak itu terjatuh

Nina Konnings benar-benar labil, jiwanya terguncang hebat

Nina bereaksi lebih keras, membuat anak itu terenyak seketika. *“Sudah kubilang! Jangan ganggu aku! Kau tak perlu menjagaku! Menjaga dirimu saja kau tak becus. Jika bukan gara-gara kau yang meminta untuk berlibur lebih lama, atau jika bukan karena kau yang terus main-main di perkebunan! Mungkin suamiku tidak akan mati karena kelelahan! Sekarang, menyingkirlah dari pandanganku! Aku sedang tak ingin diganggu! Pergi, tinggalkan aku!”*

“Tak ada yang namanya Hendrick di rumah ini. Aku tak punya anak laki-laki”

Kehilangan suami merupakan stimulus yang lebih kompleks karena tidak hanya menimbulkan duka, tetapi juga memengaruhi relasi Mama dengan Hendrick. Peristiwa ini memunculkan respons penuh amarah, penolakan, dan bahkan kebencian kepada anaknya sendiri. Stimulus kehilangan suami berperan sebagai pemicu yang mengubah pola perilaku Mama dari seorang ibu penuh kasih menjadi sosok yang keras, penuh kebencian, dan tidak stabil.

Data 3

Nina sangat terpukul. Dia dibebani rasa bersalah yang besar terhadap Hendrick.

Beberapa pembantu merasa ketakutan melihat sikap aneh nyonya rumah keluarga Konnings itu.

“Aku akan bertemu anak dan suamiku. Tunggu aku pulang...” dia berkata, tetapi tanpa ekspresi.

Bukan hanya tali yang tergantung, tubuh Nina Konnings pun sudah kaku dan membiru.

Stimulus data 3 yang dialami Mama adalah kematian Hendrick, satu-satunya anak yang tersisa. Peristiwa ini tidak hanya menguatkan trauma berlapis yang sudah ada, tetapi juga menjadi pemicu akhir dari kehancuran kondisi mentalnya. Respons yang muncul adalah depresi berat, rasa bersalah yang berlebihan, hingga keputusan untuk mengakhiri hidupnya sendiri.

Dari ketiga stimulus tersebut, terlihat bahwa setiap kehilangan berperan sebagai pemicu eksternal yang secara langsung membentuk respons emosional tokoh Mama. Teori behaviorisme Skinner menyatakan bahwa perilaku manusia terbentuk dari hubungan stimulus-respons (S-R). Pada tokoh Mama, stimulus berupa kehilangan orang-orang terdekat secara berulang menimbulkan respons berupa depresi, kemarahan, dan akhirnya perilaku destruktif. Hal ini memperlihatkan bagaimana pengalaman lingkungan yang bersifat traumatis mampu mendominasi perkembangan perilaku seseorang, terutama ketika tidak diimbangi dengan stimulus positif atau dukungan sosial yang memadai.

Stimulus Eksternal

Selain faktor internal, stimulus eksternal juga sangat memengaruhi perjalanan psikologis tokoh Mama. Stimulus eksternal adalah rangsangan yang datang dari luar diri individu, terutama dari lingkungan dan interaksi sosial. Dalam kasus tokoh Mama, kehilangan orang-orang yang ia cintai secara beruntun menjadi stimulus eksternal yang paling dominan. Kematian anak perempuannya, Angeline, menjadi pemicu kembalinya depresi lama yang sempat mereda. Kehilangan ini kemudian diperparah dengan kematian suaminya, Jeremy Konnings, yang menambah beban kesedihan sekaligus melahirkan amarah yang dilampiaskan kepada Hendrick.

Selain itu, meninggalnya Hendrick, putra terakhir yang baru disadari keberadaannya, menjadi hal terakhir yang membuat Mama jatuh dalam kondisi mental paling rapuh. Tidak hanya rasa kehilangan, tetapi juga rasa bersalah karena telah menolak Hendrick selama bertahun-tahun, memperkuat tekanan psikologis yang kemudian berakhir pada tindakan bunuh diri. Dengan demikian, stimulus internal berupa trauma masa kecil dan stimulus eksternal berupa rangkaian kehilangan orang-orang terdekat berperan besar dalam memicu depresi tokoh Mama. Kedua bentuk stimulus ini saling berkelindan dan memperkuat satu sama lain sehingga membentuk pola perilaku destruktif yang konsisten sepanjang hidupnya.

Organisme pada Tokoh Mama

Dalam kerangka teori S-O-R milik Skinner, organisme menempati posisi penting sebagai penghubung antara rangsangan (stimulus) yang datang dari luar dan respon yang dihasilkan. Organisme di sini bukan hanya dilihat dari sisi kejiwaan, tetapi juga dari kondisi fisik yang terlihat. Dengan kata lain, setiap peristiwa yang dialami individu akan masuk terlebih dahulu ke dalam diri, lalu diolah sesuai dengan kondisi kejiwaan maupun keadaan fisiknya. Dari sinilah akan muncul respon tertentu yang mencerminkan keadaan internal individu tersebut.

Pada tokoh Mama dalam novel *Hendrick* karya Risa Saraswati, organisme terlihat jelas melalui perubahan kondisi psikis dan fisiknya setelah berulang kali menghadapi peristiwa kehilangan. Secara psikis, Mama mengalami tekanan mendalam berupa depresi, rasa marah, hingga trauma. Kehilangan ibunya saat melahirkan membuat Mama memendam kemarahan yang besar, bahkan ia menolak keberadaan adik kembarnya. Trauma pertama ini membekas kuat dan menjadi latar yang memengaruhi sikapnya dalam menghadapi kehilangan-kehilangan berikutnya. Ketika anak perempuannya meninggal, luka lama itu seperti kembali terbuka, menyebabkan Mama terpuruk pada kondisi depresi yang semakin berat.

Selain kondisi psikis, aspek fisik Mama juga mencerminkan perubahan organisme. Misalnya, setelah kematian suaminya, sikap dan wujudnya mengalami perubahan drastis: ia menjadi kasar, mudah tersulut emosi, bahkan tega menampar Hendrick. Wujud fisik yang tampak seperti ekspresi muram, perilaku agresif, serta tubuh yang tampak tidak terurus menunjukkan bahwa kondisi mentalnya telah melemahkan penampilan luarnya. Organisme Mama juga semakin terlihat ketika Hendrick meninggal. Secara psikis, ia diliputi rasa bersalah yang mendalam, merasa gagal sebagai ibu, dan kehilangan harapan untuk hidup. Secara fisik, ia tampak termenung, berdiam diri di sudut ruangan, hingga akhirnya memutuskan untuk mengakhiri hidupnya sendiri. Keputusan bunuh diri ini menunjukkan bahwa seluruh sistem internal Mama, baik psikis maupun fisik, tidak mampu lagi menahan tekanan stimulus yang datang bertubi-tubi.

Dengan demikian, organisme pada tokoh Mama merupakan gabungan dari kondisi batin yang penuh trauma serta wujud fisik yang memperlihatkan perubahan akibat depresi berkepanjangan. Perubahan dalam diri Mama ini memperlihatkan bagaimana stimulus dari lingkungan berupa kematian orang terdekat, telah diolah dalam tubuh dan jiwanya, lalu menghasilkan respon-respon yang semakin merusak hingga akhirnya memunculkan efek paling tragis, yaitu kematian dirinya sendiri.

Respons pada Tokoh Mama

Dalam teori behaviorisme Skinner, respons dipahami sebagai bentuk perilaku atau reaksi yang muncul akibat adanya stimulus tertentu. Respons ini dapat berupa tindakan nyata, ucapan, maupun perubahan kondisi emosional. Tokoh Mama dalam novel *Hendrick* karya Risa Saraswati memperlihatkan berbagai respons yang berbeda terhadap stimulus berupa peristiwa kehilangan orang-orang yang dicintainya. Kehilangan ibu pada usia dini memicu respons penolakan dan kebencian terhadap saudara kembarnya yang dianggap sebagai penyebab kematian sang ibu. Peristiwa ini menunjukkan bahwa stimulus berupa kehilangan

memunculkan respons berupa trauma psikologis, amarah, dan perilaku menghindar. Respons tersebut juga menandai awal rapuhnya kondisi mental Mama dalam menghadapi duka.

Selanjutnya, setelah kehilangan anak pertamanya, Angeline, Mama menunjukkan respons berupa kesedihan mendalam dan depresi berulang. Kalimat “Nina Konnings menangis sepanjang tahun” menggambarkan respons emosional yang tidak terkendali. Depresi yang dialaminya merupakan bentuk pengulangan respons terhadap stimulus kehilangan yang telah dialami sebelumnya, yakni kematian ibunya. Ketika suaminya, Jeremy Konnings, meninggal dunia, stimulus kehilangan itu menimbulkan respons yang lebih destruktif. Mama tidak hanya larut dalam kesedihan, tetapi juga melampiaskannya dengan menyalahkan Hendrick. Ucapan “Tak ada yang namanya Hendrick di rumah ini. Aku tak punya anak laki-laki” serta tindakan menampar Hendrick menunjukkan perubahan perilaku yang drastis. Respons tersebut memperlihatkan bagaimana stimulus kehilangan memunculkan agresi, kebencian, dan penolakan, tidak hanya terhadap dirinya sendiri tetapi juga terhadap orang lain di sekitarnya.

Kematian Hendrick menjadi stimulus terakhir yang menimbulkan respons paling ekstrem. Mama mengalami rasa bersalah yang mendalam, kehilangan kendali atas realitas, dan akhirnya memutuskan untuk mengakhiri hidupnya. Kalimat “Aku akan bertemu anak dan suamiku. Tunggu aku pulang...” menggambarkan respons berupa delusi dan pelarian dari kenyataan. Respons akhir ini memperlihatkan kehancuran total kondisi mental Mama sebagai hasil dari akumulasi stimulus traumatis yang tidak terselesaikan.

Secara keseluruhan, respons Mama memperlihatkan pola stimulus–respons yang konsisten: setiap kehilangan menghasilkan respons berupa depresi, kesedihan mendalam, kemarahan, hingga akhirnya agresi dan destruksi diri. Pola ini sejalan dengan konsep Skinner bahwa perilaku manusia dapat diprediksi dari stimulus yang diterima, dan bahwa pengalaman negatif yang berulang tanpa adanya penguatan positif cenderung menimbulkan respons yang maladaptif. Dengan demikian, tokoh Mama dalam novel *Hendrick* menjadi representasi konkret dari penerapan teori behaviorisme Skinner dalam analisis sastra, khususnya dalam memahami dinamika perilaku manusia yang dipengaruhi oleh lingkungan serta pengalaman traumatis yang berulang.

Efek Psikologis dan Sosial dari Pengalaman Traumatis Tokoh Mama

Efek merupakan konsekuensi yang timbul dari respons terhadap stimulus tertentu. Dalam pandangan behaviorisme Skinner, efek memiliki peran penting dalam menentukan arah perubahan perilaku manusia. Efek dapat berupa reinforcement atau penguatan yang memperkuat perilaku positif, maupun punishment atau hukuman yang menekan perilaku negatif. Dalam konteks sastra, konsep ini dapat digunakan untuk memahami bagaimana

pengalaman hidup tokoh fiksi membentuk perilaku dan kepribadian mereka. Pada tokoh Mama dalam novel Hendrick karya Risa Saraswati, rangkaian peristiwa traumatis yang dialaminya menjadi stimulus yang menimbulkan berbagai respons emosional dan perilaku. Respons tersebut kemudian melahirkan efek yang signifikan terhadap kondisi psikologis, sosial, dan moral tokoh secara keseluruhan.

Akumulasi kehilangan yang dialami Mama; mulai dari kematian ibu, anak, suami, hingga akhirnya Hendrick memunculkan efek psikologis yang berat. Setiap peristiwa kehilangan tidak hanya menimbulkan kesedihan sesaat, tetapi juga menambah lapisan trauma yang semakin memperburuk kondisi kejiwaannya. Trauma berlapis (*cumulative trauma*) ini menyebabkan Mama mengalami depresi berkepanjangan, kehilangan kendali emosional, dan menunjukkan perilaku melamun serta menarik diri dari lingkungan sosialnya. Setiap stimulus baru berupa kehilangan memicu respons emosional yang lebih parah dari sebelumnya, menandakan bahwa penguatan negatif terus mendominasi kehidupannya. Efek ini menunjukkan bagaimana pengalaman traumatis yang tidak terselesaikan dapat menciptakan siklus emosional destruktif yang sulit dihentikan tanpa intervensi psikologis.

Selain efek psikologis, stimulus yang dialami Mama juga berdampak pada hubungan sosialnya, terutama dengan anaknya sendiri, Hendrick. Respons penuh kemarahan dan kebencian terhadap Hendrick melahirkan efek sosial berupa keterasingan dan keretakan relasi keluarga. Hubungan ibu-anak yang seharusnya menjadi sumber kasih dan dukungan justru berubah menjadi ruang penuh penolakan dan kekerasan verbal maupun fisik. Hendrick diposisikan sebagai simbol penderitaan Mama, seseorang yang harus disalahkan atas seluruh luka batinnya. Kondisi ini memperlihatkan bagaimana trauma pribadi dapat menular menjadi konflik sosial ketika individu gagal mengelola emosi dan menerima realitas kehilangan. Stimulus traumatis yang bersifat internal akhirnya menghasilkan efek sosial yang menghancurkan hubungan eksternal tokoh dengan lingkungannya.

Efek lain yang tampak adalah perubahan perilaku sehari-hari Mama. Tokoh yang semula digambarkan penuh kasih berubah menjadi sosok pemaarah, dingin, dan tidak stabil. Ia menunjukkan perilaku agresif seperti memukul dan mengusir Hendrick, serta melontarkan kata-kata penuh kebencian yang mempertegas kehancuran moral dan emosionalnya. Sikap apatis terhadap lingkungan dan hilangnya empati memperlihatkan bahwa Mama telah kehilangan kendali atas dirinya. Efek dari rangkaian stimulus dan respons tersebut membentuk perilaku maladaptif yang semakin memperkuat kecenderungan destruktif. Dalam kerangka behavioristik, hal ini menunjukkan bagaimana penguatan negatif yang terus berulang tanpa

adanya stimulus positif dapat menjerumuskan individu pada pola perilaku yang merusak diri sendiri dan orang lain.

Efek paling ekstrem dari seluruh rangkaian stimulus dan respons yang dialami Mama adalah keputusannya untuk bunuh diri. Keputusan ini bukan sekadar tindakan impulsif, tetapi merupakan puncak dari proses panjang kehancuran psikologis yang disebabkan oleh trauma berulang tanpa resolusi. Bunuh diri menjadi bentuk pelarian terakhir dari rasa bersalah, kehilangan, dan keterasingan yang menumpuk sepanjang hidupnya. Dengan demikian, efek yang dialami tokoh Mama menunjukkan betapa kuatnya pengaruh stimulus traumatis dalam membentuk perilaku manusia jika tidak diimbangi dengan dukungan emosional dan penguatan positif. Tokoh Nina Konnings dalam hal ini merepresentasikan individu yang mengalami cumulative trauma, di mana setiap luka psikologis yang tidak disembuhkan saling menumpuk hingga menghancurkan kestabilan mental. Melalui kisah ini, Risa Saraswati seolah ingin menegaskan bahwa trauma yang tidak tertangani dan ketiadaan dukungan sosial dapat membawa seseorang pada kehancuran total, sekaligus memperlihatkan relevansi teori behaviorisme Skinner dalam membaca dinamika perilaku tokoh dalam karya sastra.

Dengan melihat keseluruhan alur stimulus, organisme, respons, dan efek pada tokoh Mama, dapat dipahami bahwa perjalanan hidupnya merupakan gambaran konkret dari pola perilaku yang terbentuk akibat trauma mendalam. Novel *Hendrick* karya Risa Saraswati berhasil menghadirkan sosok Nina Konnings sebagai representasi individu yang tidak mampu keluar dari lingkaran stimulus traumatis. Kehilangan yang dialaminya sejak kecil, disertai minimnya dukungan sosial, membuat setiap respons yang muncul semakin memperparah kondisi mentalnya. Efek akhir berupa bunuh diri bukanlah sekadar klimaks cerita, melainkan konsekuensi logis dari akumulasi stimulus-respons yang tidak terselesaikan.

Analisis ini juga memperkuat teori Behaviorisme Skinner yang menekankan pentingnya faktor lingkungan dalam membentuk perilaku individu. Stimulus eksternal berupa kematian orang terdekat, tanpa adanya penguatan positif, menghasilkan respons maladaptif yang kemudian melahirkan efek destruktif. Hal ini menegaskan bahwa perilaku manusia sangat dipengaruhi oleh kondisi lingkungan dan pengalaman hidupnya. Dengan demikian, novel ini tidak hanya menghadirkan kisah tragis seorang tokoh, tetapi juga memberikan cerminan nyata tentang bagaimana trauma dan kehilangan dapat menghancurkan seseorang ketika tidak ada dukungan yang memadai untuk menghadapinya.

SIMPULAN

Tokoh Mama (Nina Konnings) dalam novel *Hendrick* karya Risa Saraswati digambarkan sebagai sosok yang mengalami luka batin berlapis-lapis akibat kehilangan orang-orang yang terdekatnya. Sejak awal hidupnya, Mama sudah kehilangan ibunya, lalu kehilangan anak pertamanya, kehilangan suami, hingga akhirnya harus menghadapi kehilangan anak keduanya, Hendrick. Kehilangan yang datang secara bergantian membuat kondisi psikologisnya semakin lemah, hingga ia tidak mampu lagi mengendalikan perasaan maupun tindakannya. Sehingga tokoh Mama dapat dilihat sebagai cerminan bagaimana trauma berulang dapat mengikis ketahanan mental seseorang secara perlahan.

Jika dilihat melalui teori behaviorisme Skinner, perubahan sikap Mama bisa dipahami lewat pola Stimulus–Organisme–Respons. Stimulus berupa kehilangan yang dialami terus-menerus menekan batin Mama, lalu diproses dalam dirinya (organisme) yang rapuh sejak awal karena trauma lama. Akibatnya, muncul respons berupa depresi, kemarahan, dan penolakan. Tidak adanya dukungan positif dari lingkungan membuat Mama semakin larut dalam pola emosi yang negatif, sehingga sikapnya makin destruktif.

Respons Mama terhadap trauma berulang ini memperlihatkan bahwa tanpa adanya penguatan positif atau dukungan, seseorang bisa terjebak dalam siklus depresi dan keputusasaan. Mama tidak hanya kehilangan peran sebagai seorang ibu yang penuh kasih, tetapi juga berubah menjadi pribadi yang penuh kebencian dan amarah. Kondisi ini memperlihatkan bagaimana faktor lingkungan sangat memengaruhi perilaku manusia. Akhir tragis berupa keputusan bunuh diri menjadi bukti bahwa tekanan emosional yang tidak tertangani dapat menghancurkan seseorang, baik secara batin maupun sosial.

Secara keseluruhan, novel *Hendrick* memberi pelajaran penting tentang dampak besar trauma dan depresi dalam kehidupan manusia. Dari sisi teori, penelitian ini menegaskan bahwa behaviorisme Skinner relevan untuk mengkaji dinamika tokoh fiksi, karena teori ini mampu menunjukkan hubungan langsung antara pengalaman hidup dengan perubahan perilaku. Dari sisi praktis, kisah Mama menjadi pengingat bahwa trauma kehilangan tidak boleh dianggap remeh. Dukungan emosional, kasih sayang, serta bantuan profesional sangat dibutuhkan agar seseorang tidak terjebak dalam lingkaran putus asa. Dengan begitu, karya sastra ini bukan hanya memberi hiburan, tetapi juga menjadi cermin kehidupan yang mengajarkan betapa rapuhnya manusia jika tidak mendapat dukungan saat menghadapi duka.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A. (2015). *Psikologi Sastra*. Unesa University Press.
- Ari Wulandari. (2013). *Perwatakan Tokoh Utama dalam Novel Cintrong Paju-Pat Karya Suparto Brata (Sebuah Kajian Psikologi Sastra)*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Byl, J. J. (2016). *Analisis Karakter Tokoh Utama dalam Novel Lolita Karya Vladimir Nabokov*. Universitas Sam Ratulangi.
- Dwiyanti, E. (2024). *Kepribadian Tokoh Introvert dalam Novel Kata dengan Menggunakan Pendekatan Psikologi Sastra Karya Nadhifa Allya Tsana. Other thesis, Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon*. Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon.
- Dzahabiyya, A. S., Istanabi, T., Chairunnisa, S., & Shadrina, S. N. (2022). *Ruang-Ruang Traumatis di Kota Surakarta*. 23.
- Haris, M., & Suwartini, I. (2019). Analisis Jenis Trauma Tokoh Utama Dalam Novel Peter Karya Risa Saraswati Sebagai Alternatif Bahan Ajar Sastra di SMA. *Jurnal Komposisi*, 4(2), 68. <https://doi.org/10.53712/jk.v4i2.683>
- Kementrian Kesehatan. (2024). *Pentingnya Kesehatan Mental bagi Remaja dan Cara Menghadapinya*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/pentingnya-kesehatan-mental-bagi-remaja>
- Maghfiroh Fitri Maulani. (2022). *Perubahan Perilaku Keagamaan dan Adaptasi New Normal pada Masa Covid 19 di Wilayah Sukodono Kabupaten Sidoarjo*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Nerizka, D., Latipah, E., & Munawwir, A. (2021). Faktor Hereditas dan Lingkungan dalam Membentuk Karakter. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 1, 55–64. <https://doi.org/10.21831/jpk.v0i1.38234>
- Pradnyana, I. W. G., Artawan, G., & Sutama, I. M. (2019). *Psikologi Tokoh Dalam Novel Suti Karya Sapardi Djoko Damono: Analisis Psikologi Sastra*. 3.
- Pusat Penelitian dan Pengembangan Kesejahteraan Sosial, Kementerian Sosial RI, Sulistyorini, W., & Sabarisman, M. (2017). Depresi: Suatu Tinjauan Psikologis. *Sosio Informa*, 3(2). <https://doi.org/10.33007/inf.v3i2.939>
- Rahmat Abidin, A., & Abidin, M. (2021). Urgensi Komunikasi Model Stimulus Organism Response (S-O-R) Dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran. *al-Iltizam: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 6(2), 74. <https://doi.org/10.33477/alt.v6i2.2525>
- Rene Wellek & Austin Warren. (2014). *Teori Kesusastraan*. Gramedia Pustaka Utama.
- Safitri, P. (2019). *Perilaku Tokoh Dilan Dalam Novel Trilogi Dilan 1990, Dilan 1991, Dan Milea Karya Pidi Baiq (Kajian Psikologi Sastra)*.
- Simbolon, S., & Haloho, B. (2023). *Peranan Pendidikan IPS dalam Mengembangkan Karakter Sebagai Upaya Pembinaan Perilaku Psikologi Peserta Didik Sekolah Dasar*. 12(2).
- Suharyat, D. Y., & Pd, M. (t.t.). *Hubungan Antara Sikap, Minat dan Perilaku Manusia*.
- Widyaningrum, M. (2021). *Depresi Sebagai Problem Behavior Disorder di dalam Novel Kupu Wengi Mbangun Swarga Karya Tulus S (Pendekatan Psikologi Skinner)*.
- Wulandari, A. (2013). *Perwatakan Tokoh Utama dalam Novel Cintrong Paju-Pat Karya Suparto Brata (Sebuah Kajian Psikologi Sastra)*. UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA.
- Waruwu, M. (2023). *Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kuantitatif dan Metode Penelitian Kombinasi*. 7.