RESILIENSI ANAK DALAM MENGHADAPI TRAUMA KELUARGA PADA NOVEL *MAKAMKAN IBU DI SAMPING AYAH*

Desinta Anggraini[1]✉, Guntur Sekti Wijaya[2]

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya[1]
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya[2]

✉ anggrainidesinta2@gmail.com, gswijaya1986@uinsa.ac.id

Abstract:

This study aims to describe the forms of trauma resulting from family conflict and the forms of resilience children exhibit when facing such trauma in the novel *Makamkan Ibu di samping Ayah* by Kalis Mardiasih. The study employs a descriptive-qualitative method using a literary psychology approach. Data were gathered from character narratives and dialogues depicting traumatic experiences and the child characters' responses to family conflict. Data collection utilized reading and note-taking techniques, while analysis involved identifying, classifying, and interpreting excerpts based on Reivich and Shatte's concepts of resilience. The analysis reveals that each child character exhibits distinct forms of trauma and coping mechanisms (resilience). Aji demonstrates aspects of empathy and emotion regulation through his ability to respect and understand others' perspectives and manage his emotional responses under pressure. Vikra displays aspects of causal analysis and reaching out through his awareness of how past experiences shape the present and his courage to open up again after trauma. Meanwhile, Lini demonstrates emotion regulation by managing emotional stress during conflicts with the mother figure. It is concluded that while the forms of trauma vary among the characters, resilience in the novel is portrayed as a unique process for each child character in understanding and overcoming the hardships caused by family conflict.

Keywords: family trauma; resilience; novel; literary psychology; Reivich and Shatte

Abstrak:

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk trauma akibat konflik keluarga serta bentuk resiliensi anak dalam menghadapi trauma keluarga dalam novel *Makamkan Ibu di samping Ayah* karya Kalis Mardiasih. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan psikologi sastra. Data penelitian diperoleh dari narasi dan dialog tokoh yang menggambarkan pengalaman traumatis serta respons tokoh anak dalam menghadapi konflik keluarga. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui teknik baca dan catat, sedangkan analisis data dilakukan dengan mengidentifikasi, mengklasifikasikan, dan menafsirkan kutipan berdasarkan konsep resiliensi Reivich dan Shatte. Hasil analisis menunjukkan bahwa setiap tokoh anak memiliki bentuk trauma dan cara bertahan (resiliensi) yang berbeda-beda. Aji menunjukkan aspek *empathy* dan *emotional regulation* melalui kemampuannya menghargai dan memahami perspektif orang lain serta mengelola respons emosional ketika menghadapi situasi yang menekan. Vikra menunjukkan aspek *causal analysis* dan *reaching out* melalui kesadarannya dalam memahami pengaruh dari pengalaman masa lalu, serta keberaniannya untuk kembali membuka diri setelah mengalami trauma. Sementara itu, Lini menunjukkan aspek *emotional regulation* melalui caranya mengelola tekanan emosional ketika menghadapi konflik dengan tokoh Ibu. Dapat disimpulkan bahwa bentuk trauma setiap tokoh berbeda-beda, sedangkan resiliensi dalam novel digambarkan sebagai proses yang berbeda pada setiap tokoh anak dalam memahami dan menghadapi pengalaman sulit akibat konflik keluarga.

Kata kunci: trauma keluarga; resiliensi; novel; psikologi sastra; Reivich dan Shatte

PENDAHULUAN

Lingkungan sosial pertama yang berperan penting dalam perkembangan hidup seorang anak adalah keluarga. Keluarga merupakan fondasi awal bagi perkembangan dan pendewasaan seorang anak karena perkembangan anak tidak hanya terletak pada perubahan bentuk tubuh ketika seorang anak bertambah usia,

melainkan juga proses perubahan tingkah laku, cara berpikir, dan cara seorang anak merespons segala sesuatu. Sekaligus proses bertumbuhnya anak dari ketidakdewasaan menjadi dewasa, dari kesederhanaan menjadi kesempurnaan, dan dari ketergantungan menjadi pribadi yang mandiri (R.hanifah, 2023) Oleh karena itu, kedudukan keluarga atau orang tua merupakan kedudukan tertinggi dalam perkembangan anak. Namun, yang banyak terjadi adalah tidak semua keluarga menjadi ruang yang memberikan rasa aman terhadap anak. Konflik orang tua yang berkepanjangan, cara asuh yang tidak tepat, sehingga masalah antar kedua orang tua yang berujung pada perceraian dapat memberikan pengalaman buruk yang melekat dalam ingatan anak.

Perceraian dapat menyebabkan anggota keluarga tidak saling melengkapi, memahami, dan membangun satu sama lain. Terutama pada hubungan orang tua dan anak. Oleh karena itu, tidak dapat diingkari bahwa perceraian sedikit banyaknya memberikan dampak terhadap anak (Wahid et al., 2022). Efek dari perceraian ini dapat menjadi trauma bagi anak-anak sampai mereka dewasa. Lingkungan keluarga yang tidak stabil dapat memengaruhi perkembangan emosional anak. Hubungan orang tua yang tidak harmonis dapat menyebabkan anak kesulitan dalam mengungkapkan perasaannya. Anak menjadi lebih sensitif dan mudah tersinggung, bahkan menunjukkan gejala depresi seperti kehilangan semangat dalam belajar dan menarik diri dari banyak orang (Ningsih et al., 2026). Kehilangan peran seorang ayah atau ibu akibat perceraian dapat memengaruhi cara berpikir anak dalam menjalani kehidupan. Individu yang mengalami trauma masa kecil cenderung memiliki korelasi negatif dengan tingkat *self-esteem* mereka (Stefanie & Putri, 2025). Meskipun pengalaman traumatis dapat mengganggu kehidupan individu yang mengalaminya, setiap individu dapat memberikan tanggapan atau cara mengatasi traumanya dengan cara yang berbeda-beda. Setiap individu mempunyai jalan dan kemampuan yang berbeda dalam menghadapi serta membiasakan diri dengan berbagai pengalaman sulit yang dialaminya.

Kemampuan individu untuk bertahan dan perlahan keluar dari kondisi yang penuh dengan tekanan dan ketidaknyamanan tersebut dikenal sebagai resiliensi. Resiliensi merupakan sikap bertahan dan bangkit dari rasa trauma untuk setiap individu. Penelitian mengenai resiliensi anak dalam menghadapi trauma keluarga sangat penting untuk dilakukan. Hal ini disebabkan oleh dampak dari konflik perceraian orang tua tidak hanya memengaruhi hubungan suami istri saja, melainkan juga dapat memberikan pengalaman traumatis bagi anak yang terbawa hingga kehidupan dewasa. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan pemahaman untuk masyarakat bahwa setiap anak memiliki respons yang berbeda dalam menghadapi konflik keluarga. Pemahaman tersebut diharapkan dapat membangkitkan kesadaran masyarakat agar tidak abai terhadap dampak konflik keluarga bagi anak, sekaligus memahami pentingnya dukungan orang tua dalam proses individu menghadapi pengalaman traumatis pada anak. Konsep resiliensi tersebut relevan untuk mengkaji novel *Makamkan Ibu di samping Ayah* yang mengangkat persoalan konflik dan trauma keluarga yang berdampak kepada ketiga tokoh anak yaitu Aji, Vikra, dan Lini.

Penelitian mengenai resiliensi telah dilakukan dalam berbagai konteks. Penelitian oleh Maiwa., dkk (2022) mengkaji resiliensi anak yang kehilangan orang tua, khususnya ayah, akibat pandemi COVID-19 (Maiwa et al., 2022). Selanjutnya penelitian oleh Priyanto, K. M. (2026) membahas hubungan resiliensi dengan *burnout* pada guru Sekolah Luar Biasa (Priyanto et al., 2026). Sementara itu, penelitian oleh Sholikah, A. (2025) mengkaji resiliensi tokoh utama dalam karya sastra, yaitu novel *Negeri 5 Menara* (Sholikah et al., 2025). Ketiga penelitian tersebut menunjukkan bahwa kajian mengenai resiliensi dapat diterapkan pada berbagai subjek dan konteks. Namun, penelitian mengenai resiliensi tokoh anak dalam karya sastra yang secara khusus menghadapi trauma akibat konflik dan perceraian keluarga masih terbatas.

Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada resiliensi tokoh Aji, Vikra, dan Lini dalam menghadapi trauma keluarga pada novel *Makamkan Ibu di samping Ayah*. Penelitian sebelumnya membahas resiliensi dalam konteks kehilangan orang tua akibat kematian, tekanan pekerjaan, atau pengalaman tokoh dalam karya sastra yang secara khusus tidak berkaitan dengan trauma akibat konflik keluarga dan perceraian orang tua. Celah tersebut menjadi dasar penelitian ini untuk mengkaji bentuk resiliensi tiga tokoh anak, yaitu Aji, Vikra, dan Lini, dalam menghadapi trauma keluarga pada novel *Makamkan Ibu di samping Ayah* karya Kalis Mardiasih.

LANDASAN TEORI

Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bertahan dan beradaptasi dalam situasi sulit maupun pengalaman yang memberikan tekanan dalam hidup (Reivich & Shatte 2002). Resiliensi merupakan proses individu menyikapi kesengsaraan (*adversity*) atau trauma, terutama untuk mengendalikan tekanan yang terjadi di kehidupan sehari-hari dengan cara yang sehat dan produktif. Setiap individu yang melakukan resiliensi, dapat mengetahui sejauh mana diri mereka mampu untuk bertahan dalam situasi yang menekan dan saat berada pada situasi sulit, sehingga diri mereka dapat pulih (*recovery*) dan bangkit dari rasa trauma serta lepas dari situasi sulit (Priyanto et al., 2026). Resiliensi bukan berarti bahwa individu terbebas dari masalah atau pengalaman yang sulit. Individu yang resilien merupakan individu yang mampu berusaha untuk tetap kuat dan pulih dari kondisi sulit, menekan, serta pengalaman-pengalaman yang tidak menyenangkan dalam hidup. Resiliensi dapat dipahami sebagai kemampuan individu dalam menghadapi permasalahan dalam kehidupan sehingga tidak menghambat proses penyesuaian dirinya (Nasution, 2024).

Menurut teori Reivich dan Shatte terdapat tujuh komponen pembangun resiliensi, yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, analisis kausal, efikasi diri, optimisme, empati, dan pengembangan diri (Maiwa et al., 2022). Regulasi emosi berkaitan dengan kemampuan untuk mengelola emosi ketika berada di bawah tekanan. Pengendalian impuls berkaitan dengan kemampuan mengendalikan dorongan dalam diri. Analisis kausal berkaitan dengan kemampuan untuk mengidentifikasi penyebab dari masalah. Efikasi diri berkaitan dengan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam memecahkan masalah. Optimisme berkaitan dengan kemampuan individu untuk tetap memiliki pandangan positif tentang masa depan yang belum terjadi. Empati berkaitan dengan kemampuan memahami kondisi dan perasaan orang lain. Pengembangan diri berkaitan dengan kemampuan individu untuk membuka diri terhadap kesempatan dan pengalaman positif. Ketujuh aspek Reivich dan Shatte tersebut digunakan sebagai landasan untuk menganalisis resiliensi tokoh anak dalam menghadapi trauma keluarga pada novel *Makamkan Ibu di samping Ayah*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan psikologi sastra. Deskriptif kualitatif atau *qualitative descriptive* (QD) merupakan sebutan yang digunakan dalam penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif (sistematis dan menyeluruh). Penelitian kualitatif berfokus pada pemahaman terhadap perilaku manusia dari perspektif subjek yang diteliti (Annasthasya et al., 2025). Metode tersebut digunakan untuk mendeskripsikan fenomena resiliensi yang ditunjukkan oleh ketiga tokoh anak yang memiliki trauma akibat konflik keluarga berdasarkan data berupa narasi dan dialog antartokoh dalam novel. Sementara itu, pendekatan psikologi sastra dalam penelitian ini digunakan untuk mengkaji

resiliensi ketiga tokoh anak dalam menghadapi trauma keluarga yang terdapat dalam novel *Makamkan Ibu di samping Ayah.* Analisis tersebut mengacu pada tujuh aspek resiliensi yang dikemukakan oleh Reivich dan Shatte.

Sumber data penelitian diperoleh dari novel yang berjudul *Makamkan Ibu di samping Ayah* karya kalis Mardiasih yang diterbitkan oleh Shira Media tahun 2026. Adapun data penelitian berupa narasi dan dialog yang berkaitan dengan pengalaman trauma keluarga serta respons tokoh Aji, Vikra, dan Lini dalam menghadapi pengalaman tersebut. Teknik pengumpulan data diawali dengan teknik baca dan catat. Peneliti membaca novel secara menyeluruh untuk memahami pengalaman trauma dan perkembangan setiap tokoh anak. Selanjutnya, peneliti mencatat bagian-bagian yang menunjukkan pengalaman traumatis dan respons tokoh dalam menghadapi permasalahan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bentuk resiliensi yang berbeda-beda pada tokoh Aji, Vikra, dan Lini dalam menghadapi trauma keluarga. Ketiga tokoh tersebut memiliki sumber trauma yang sama, yaitu trauma yang berasal dari adanya konflik orang tua yang berujung pada perceraian. Meskipun memiliki sumber trauma yang sama, ketiga tokoh anak menunjukan bentuk resiliensi yang berbeda-beda ketika menghadapi trauma yang dialaminya. Bentuk resiliensi yang ditemukan kemudian dianalisis berdasarkan aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatte, yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan pengembangan diri.

Perbedaan bentuk resiliensi tokoh tidak terlepas dari pengalaman pahit yang dialami oleh masing-masing tokoh sewaktu kecil. Oleh karena itu, pembahasan berikut menguraikan pengalaman traumatis, dampak yang ditimbulkan, dan bentuk resiliensi yang ditunjukkan oleh masing-masing tokoh. Pembahasan pertama diawali pada tokoh Aji sebagai anak pertama dalam keluarga.

Trauma dan Resiliensi pada tokoh Aji

Aji merupakan anak pertama dari pasangan Bu Indah dan Pak Rukma. Aji merupakan anak laki-laki pertama yang memiliki kedekatan erat dengan ayahnya. Aji seringkali menghabiskan waktu bersama dengan ayah dan adiknya yang bernama Vikra. Namun, kedekatan tersebut tidak bertahan lama, adanya konflik antara orang tua yang berujung pada perceraian mengubah cara aji dalam memandang ayahnya. Aji menganggap bahwa ayahnya lari dari tanggung jawab. Setelah ayah meninggalkan keluarga, peran Aji dalam keluarga berubah, Aji tidak hanya menjadi sosok anak laki-laki pertama, tetapi Aji harus menjadi pelindung bagi ibunya, dan secara tidak langsung Aji berubah menjadi sosok yang diharapkan mampu menggantikan sebagian peran ayah kedua untuk adik-adiknya.

Trauma tersebut terus dibawa Aji hingga memasuki kehidupan dewasa, bahkan sampai ia memiliki pasangan. Pengalaman masa lalu turut membentuk cara Aji menjalani kehidupannya. Aji tumbuh menjadi laki-laki yang pekerja keras karena Aji tidak ingin menjadi sosok laki-laki seperti ayahnya. Meskipun sebagai anak laki-laki, Aji merasa dirinya memiliki kedekatan yang erat dengan ibunya. Kedekatan tersebut tumbuh karena Aji memahami perjuangan ibunya dalam menghidupi dirinya dan kedua adiknya setelah perceraian. Aji juga tumbuh sebagai anak yang berusaha memenuhi berbagai keinginan dan perintah ibunya. Namun, kedekatan tersebut tidak selalu membuat Aji terbebas dari luka masa lalunya. Perlakuan dan tuntutan ibunya dalam beberapa situasi justru kembali memunculkan ingatan serta respons emosional Aji terhadap trauma yang dialaminya di masa lalu.

Hal tersebut terlihat ketika Aji dan ibunya terlibat dalam percakapan yang pada akhirnya kembali membuka trauma yang pernah dialaminya. Sebagai anak pertama, Aji merasa telah berusaha memenuhi berbagai permintaan ibunya dan memahami perjuangan ibunya dalam membesarkan dirinya dan kedua adiknya. Namun, Aji merasa bahwa perjuangan tersebut tidak dapat menjadi alasan bagi ibunya untuk terus memberikan tuntutan yang mengingatkannya pada pengalaman traumatis di masa lalu. Hal ini tergambar dalam narasi tersebut.

> "Tahu nggak, Bu, gimana rasanya jadi anak laki-laki yang selalu berusaha memenuhi semua permintaan Ibunya? Karena posisiku anak pertama, aku adalah anak yang paling paham betapa kerasnya Ibu membesarkan kami semua. Tapi itu bukan berarti Ibu bisa semena-mena menyuruhku melakukan hal-hal traumatis seperti dulu."
> (hlm. 79)

Kutipan tersebut menunjukkan bahwa Aji memahami perjuangan ibunya dalam membesarkan ketiga anaknya setelah perceraian. Namun, pemahaman tersebut tidak membuat Aji terbebas dari tekanan yang muncul akibat perlakuan ibunya.

Percakapan yang membuka kembali trauma Aji dan memunculkan respons emosional Aji terlihat juga pada narasi berikut.

> "Aku nggak sengaja ngebanting alat masak di meja dan spontan ngebentak Ibu biar stop ngomongin Ayah. Ibu kayaknya nahan nangis."
> (hlm. 15)

Salah satu perlakuan ibu yang kembali memunculkan respons emosional Aji adalah ketika ibu mengungkit persoalan ayahnya. Hal tersebut dapat dilihat melalui respons Aji yang secara spontan membanting alat masak dan membentak ibu agar berhenti berbicara tentang ayah. Respons tersebut menunjukkan bahwa persoalan mengenai ayah masih menjadi bagian sensitif dalam hidup Aji karena dapat membuka trauma yang selama ini berusaha Aji tutupi. Meskipun telah memasuki usia dewasa, luka akibat perceraian dan kepergian ayah masih memengaruhi kondisi emosionalnya.

Trauma yang dialami Aji tidak berhenti pada bagaimana cara Aji memandang sosok ayah dan memandang dirinya sendiri sebagai laki-laki, tetapi trauma tersebut sampai pada ketika Aji dewasa dan memulai menjalin hubungan dengan perempuan. Aji selalu menjadi laki-laki yang takut mengecewakan pasangannya. Hal ini dapat berkaitan dengan sikap Aji yang *people pleaser*, selalu meminta maaf bahkan pada kesalahan yang tidak diperbuat. Hal ini tergambar dalam percakapan berikut.

> “Kamu pasti kecewa banget ya, Am? Aku siap kalau kita harus putus, Am. Tapi, aku beneran minta maaf, Am. Narasumber politisi memang suka ngubah jadwal seenak me-reka. Itu masih untung kalau dapat. Kadang-kadang, udah pindah jadwal berkali-kali, eh, akhirnya nggak dapat."
> (hlm. 21)
>
> "Kamu pasti marah banget, kan? Ini hari ulang tahun kamu dan aku malah ngabisin waktu buat pekerjaan."
> (hlm. 21)
>
> "Maaf, Am, makanan yang kamu pengen kedainya lagi tutup. Aku harus cari gantinya ke resto mana?"
> (hlm. 24)

Percakapan di atas menunjukkan adanya kekhawatiran besar dalam diri Aji terhadap kemungkinan mengecewakan pasangannya. Ketika menghadapi suatu permasalahan, Aji cenderung segera meminta maaf dan berusaha memastikan perasaan Amanda. Bahkan, dalam situasi ketika persoalan tersebut berada di luar kendalinya, seperti kedai makanan yang telah tutup, Aji tetap merasa perlu meminta maaf dan segera mencari alternatif untuk memenuhi keinginan Amanda.

Pola tersebut menunjukkan kecenderungan Aji yang lebih mengutamakan perasaan pasangannya. Dalam konteks pengalaman traumatis yang dialaminya, sikap tersebut dapat dikaitkan dengan rasa kehilangan yang telah membentuk cara Aji dalam menjalin hubungan dengan orang lain. Aji berusaha mempertahankan hubungan dengan cara menghindari kekecewaan dan berusaha memenuhi harapan pasangannya. Namun, trauma tersebut tidak sepenuhnya membuat Aji terjebak dalam pengalaman masa lalunya. Di tengah berbagai luka dan respons emosional yang masih dialaminya, Aji tetap menunjukkan kemampuan untuk menghadapi berbagai persoalan dan beradaptasi dalam kehidupannya. Kemampuan tersebut dapat dilihat melalui beberapa aspek resiliensi Reivich dan Shatte yang ditunjukkan oleh Aji.

Empati

Meskipun Aji memiliki luka dan persoalan emosional dalam keluarganya, Aji tetap mampu memahami serta mempertimbangkan pengalaman orang lain. Kemampuan memahami kondisi orang lain dalam konsep resiliensi Reivich dan Shatte disebut dengan empati. Empati merupakan kemampuan seseorang dalam memahami kondisi dan perasaan orang lain. Seseorang yang memiliki empati mampu mengenali tanda-tanda psikologis atau emosional yang ditunjukkan oleh orang lain melalui ekspresi wajah, bahasa tubuh, nada bicara, bahkan kata-kata yang dikeluarkan dari mulutnya. Sehingga orang yang memiliki empati relatif mempunyai hubungan sosial yang baik (Putra, 2022). Sikap empati Aji digambarkan pada dalam narasi berikut.

> Aji selalu mempersilakan tokoh perempuan untuk bicara lebih dahulu. Bukan karena mereka perempuan, tetapi untuk menyimak perspektif dan pengalaman perempuan dalam penanganan kasus kekerasan terhadap perempuan. Aji juga mengawali setiap pendapat dengan pengakuan bahwa kalimatnya bisa saja bias, sebab ia adalah laki-laki dan dengan kesadaran minta diingatkan jika ia masih memakai istilah yang tidak tepat yang berpotensi membuat situasi korban lebih buruk.
> (hlm. 19)

Kutipan tersebut menunjukkan kemampuan Aji dalam memahami dan mempertimbangkan perspektif orang lain, khususnya perempuan. Aji memberikan kesempatan kepada tokoh perempuan untuk berbicara terlebih dahulu agar ia dapat menyimak pengalaman dan pandangan mereka dalam menangani persoalan kekerasan terhadap perempuan. Sikap tersebut menunjukkan bahwa Aji tidak selalu menempatkan pandangannya sendiri sebagai perspektif yang paling tepat.

Selain itu, Aji juga menyadari bahwa posisinya sebagai seorang laki-laki dapat memengaruhi cara pandangnya terhadap persoalan yang dialami perempuan. Kesadaran tersebut membuat Aji mengakui kemungkinan adanya bias dalam pendapatnya dan terbuka terhadap koreksi apabila terdapat istilah atau pandangan yang berpotensi memperburuk kondisi korban. Dengan demikian, Aji tidak hanya mendengarkan orang lain, tetapi juga berusaha memahami pengalaman yang tidak dialaminya secara langsung.

Kemampuan tersebut dapat dikaitkan dengan aspek empati dalam resiliensi menurut Reivich dan

Shatte. Empati berkaitan dengan kemampuan individu dalam memahami kondisi dan pengalaman emosional orang lain. Meskipun Aji memiliki pengalaman traumatis dan berbagai persoalan emosional dalam keluarganya, ia tetap mampu memberikan perhatian terhadap perspektif dan pengalaman orang lain. Kemampuan untuk memahami orang lain tersebut menjadi salah satu bentuk resiliensi yang ditunjukkan oleh Aji dalam menjalani kehidupannya

Regulasi Emosi

Selain kemampuan untuk memahami perspektif orang lain, Aji juga menunjukkan kemampuan dalam mengelola respons emosionalnya ketika menghadapi situasi yang menekan. Kemampuan mengelola emosi merupakan salah satu aspek penting dalam resiliensi karena individu tidak selalu dapat menghindari munculnya emosi negatif ketika menghadapi suatu persoalan. Namun, individu yang resilien mampu mengarahkan respons emosionalnya agar tidak menguasai tindakan yang dilakukan. Dalam diri Aji, kemampuan tersebut terlihat ketika Aji menghadapi konflik dengan Amanda yang kemudian mengalami kondisi darurat menjelang persalinan. Kemampuan individu untuk menahan diri dari rasa emosi agar tidak memicu pada konflik yang lebih besar dalam konsep Reivich dan Shatte disebut dengan konsep regulasi emosi. Regulasi emosi adalah kemampuan seseorang untuk tetap berada pada keadaan tenang dan terkendali meskipun pada kondisi yang menekan (Lubis & Dewi, 2021). Sikap regulasi emosi pada diri Aji digambarkan dalam narasi berikut.

> Emosi Aji berbalik arah dalam sekejap. Amarah yang semula mendidih runtuh begitu saja, digantikan kepanikan dan rasa bersalah yang mencengkeram. Di hadapannya, Amanda mulai melenguh, menahan nyeri di perutnya. Pada detik itu. Aji merasa seolah seluruh penyesalannya berjejal, menekan dadanya bersamaan dengan rasa takut kehilangan. (hlm. 76)

Kutipan tersebut menunjukkan adanya perubahan respons emosional Aji ketika menghadapi situasi yang menekan. Pada awalnya, Aji menunjukkan kemarahan ketika Amanda membawa persoalan mengenai ayah ke dalam pembicaraan mereka. Persoalan tersebut merupakan salah satu hal yang sensitif bagi Aji karena berkaitan dengan pengalaman traumatis yang dialaminya sejak masa kecil. Namun, ketika melihat kondisi Amanda yang mengalami kesakitan, Aji tidak melanjutkan kemarahannya.

Perhatian Aji kemudian beralih pada kondisi Amanda yang membutuhkan pertolongan. Perubahan emosi tersebut diikuti dengan tindakan yang dilakukan Aji, yaitu membawa Amanda ke rumah sakit dan meminta Lini untuk datang membantu. Selain itu, Aji juga mempertimbangkan kondisi yang sedang dihadapi dengan memilih untuk tidak melibatkan ibu agar situasi tidak semakin kalut.

Respons Aji tersebut menunjukkan bahwa dalam situasi tertentu Aji mampu mengalihkan emosi negatif yang dirasakannya ke dalam tindakan yang lebih adaptif. Aji tidak membiarkan kemarahannya terus menguasai tindakan ketika dihadapkan pada kondisi Amanda yang membutuhkan pertolongan. Kemampuan tersebut dapat dikaitkan dengan aspek regulasi emosi dalam resiliensi Reivich dan Shatté. Kemampuan regulasi emosi yang ditunjukkan Aji tidak berarti bahwa ia selalu mampu mengendalikan emosinya dalam setiap situasi. Sebelumnya, Aji juga menunjukkan ledakan emosi ketika persoalan mengenai ayah kembali dibicarakan. Hal tersebut menunjukkan bahwa proses resiliensi yang dialami Aji tidak berlangsung secara sempurna. Namun, dalam situasi tertentu, Aji mampu mengarahkan respons emosionalnya dan mengambil tindakan yang lebih sesuai dengan kondisi yang dihadapi.

Trauma dan Resiliensi pada Tokoh Vikra

Vikra merupakan anak kedua dari tiga bersaudara. Vikra berada di tengah-tengah antara Aji dan Lini. Sama halnya dengan Aji, sebelum terjadi konflik antar ayah dan ibunya yang berujung pada perceraian, Vikra termasuk anak laki-laki yang dekat dengan ayahnya. Sampai pada satu momen kebersamaan Vikra dengan ayahnya yang akhirnya menimbulkan rasa trauma bagi Vikra, trauma yang dialami Vikra dibawa hingga menginjak usia dewasa. Trauma yang dialami memengaruhi cara pandang Vikra terhadap sebuah hubungan, Vikra tumbuh sebagai laki-laki yang *avoidant*. Dalam menjalani hubungan Vikra bisa langsung menghilang tanpa sebuah penjelasan. Vikra termasuk anak yang cuek dan tidak terlalu dekat dengan ibunya, Vikra lebih memilih pilihannya sendiri, daripada harus memenuhi tuntutan dari ibunya. Sebab percakapan terakhir antara Vikra dan ayahnya membuat Vikra memiliki pandangan sinis terhadap ibunya.

Trauma yang dialami Vikra bermula dari momen kebersamaannya dengan sang ayah di usianya yang baru sepuluh tahun. Dalam momen kebersamaan tersebut, terjadi percakapan antara Vikra dan ayah yang kemudian menjadi salah satu pengalaman yang membekas dalam ingatan Vikra. Percakapan tersebut tidak hanya mengubah cara pandang Vikra terhadap hubungan kedua orang tuanya, tetapi juga menjadi awal munculnya trauma yang terus dibawa hingga dewasa. Hal ini digambarkan pada dialog antara Vikra dan ayahnya sebagai berikut.

> Ayah: "Vikra kemarin sore kamu diajak ibu kemana sepulang les
> Vikra: "Ke rumah besar yang banyak kamarnya, Yah. Terus beli bakso di dekat alun-alun," jawab Vikra polos.
> Ayah: "Ibu ketemu dengan laki-laki di rumah itu?"
> Vikra: "Iya, ada teman ibu, Mas Jiwo namanya, Yah. Diajak Ibu makan bakso juga."
> Ayah: "Coba sekarang Vikra ingat-ingat. Bagaimana cara Jiwo bicara dengan Ibu? Apa dia semobil dengan Ibu? Apa jangan-jangan ... dia pegang tangan Ibu?"
> Vikra: "Nggak tahu, Yah. Vikra mau makan."
> Ayah: "Cepet kamu ingat-ingat, Vikra. Kamu harus tahu kalau Ibu selingkuh. Ibu punya pacar. Ayah butuh saksi!"
> (hlm. 42)

Melalui percakapan tersebut menunjukkan bahwa Vikra yang masih berusia sepuluh tahun, ditempatkan di tengah konflik rumah tangga oleh sang ayah. Di usia yang masih sepuluh tahun, di mana Vikra belum memahami persoalan perselingkuhan, justru malah diminta untuk menjadi saksi atas dugaan perselingkuhan yang ditujukan kepada ibunya. kondisi tersebut membuat Vikra harus menghadapi persoalan orang dewasa sebelum dia mampu memahaminya.

Percakapan tersebut juga menimbulkan rasa takut Vikra kepada ayahnya, sebab raut wajah yang berubah membuat Vikra bingung dan ketakutan. Hal ini digambarkan dalam narasi berikut.

> Ekspresi ayah kini berubah. Sepotong raut muka yang belum pernah Vikra kenali selama ini muncul di hadapan-nya. Tatapan tajam, gusar dan seperti hendak meledakkan amarah. Tubuh ayah condong ke depan, berbisik dengan penuh tekanan.
> (hlm. 42)

Rasa takut yang dialami Vikra dalam peristiwa tersebut tidak selesai pada saat percakapan berlangsung saja. Tetapi pengalaman menghadapi perubahan sikap ayah yang penuh tekanan meninggalkan ingatan yang terus membekas dalam diri Vikra. Hal ini digambarkan dalam narasi.

> Maka, ia terus berusaha melenyapkan ingatan atas kejadian sore hari itu. Sore yang biasa saja sebenarnya. Namun, makin Vikra mencoba tidak mengingat-ingat, suara Ayah yang

> menusuk penuh kecurigaan terus terngiang, menghantui Vikra hingga ia memutuskan berhenti les dan tidak akan mau lagi les apapun, meski betapa ibunya membujuk dengan berbagai iming-iming. Vikra juga sudah tidak lagi melihat ayah sebagai jagoan yang melatih kaki-kakinya menanjaki Gedong songo dengan lebih cepat.
> (hlm. 43)

Kutipan di atas menunjukkan peristiwa yang dialami Vikra meninggalkan ingatan yang membekas dalam dirinya. Usaha Vikra untuk melupakan peristiwa tersebut tidak membuatnya terbebas dari suara dan sikap ayahnya. Justru sebaliknya, suara ayah yang penuh tekanan terus terngiang dan menghantui Vikra. Pengalaman tersebut bahkan memengaruhi kehidupan selanjutnya, salah satunya melalui keputusan Vikra untuk berhenti mengikuti les.

Pengalaman traumatis tersebut tidak hanya berhenti pada masa kanak-kanak Vikra saja, yang membuatnya berhenti les dan menjadi pribadi yang mudah marah ketika menginjak SMP. Namun, bertambahnya usia trauma tersebut memengaruhi cara pandang Vikra mengenai sebuah hubungan. Pengalaman ketika ayah melibatkannya dalam dugaan perselingkuhan membuat Vikra tumbuh dengan perasaan sulit mempercayai kesetiaan seorang perempuan. Hal ini digambarkan pada narasi.

> la hanyalah seorang anak yang jadi tidak percaya kepada kesetiaan, sejak Ayah meminta kesaksiannya. Tanpa ayah ketahui, Vikra belajar untuk memelihara kecurigaan dan sebelum hingga saat hubungan dimulai. Vikra ingin selalu memastikan seseorang yang dekat dengannya memberi kabar setiap saat dan selalu bersamanya. Bagi Vikra, jarak yang terbentang, entah itu jarak waktu maupun keberadaan, selalu menjadi wilayah berbahaya untuk sebuah hubungan. Vikra selalu terobsesi menuntut kesetiaan seseorang yang ia sukai dengan sumpah dan pembuktian.
> (hlm. 95)

Meskipun trauma tersebut membentuk berbagai pola negatif dalam hubungan interpersonal Vikra, Vikra mulai menyadari bahwa perilaku yang tampak pada dirinya bukan datang tanpa sebab. Vikra mampu menghubungkan ketidak percayaannya terhadap kesetiaan dengan pengalaman traumatis yang dialaminya pada masa kanak-kanak. Kesadaran tersebut menunjukkan upaya Vikra dalam memahami penyebab dari persoalan yang dihadapinya. Perilaku Vikra yang mulai menyadari bahwa dirinya tidak seharusnya dibawa dalam masalah orang tuanya, dan bagaimana Vikra kembali memulai hubungan kembali setelah sebelumnya ia menutup diri, ini berkaitan dengan resiliensi Reivich dan Shatte. Terdapat dua resiliensi yang ditemukan dalam tokoh Vikra.

Analisis Kausal

Semakin dewasa, Vikra menyadari bahwa dirinya bukanlah Vikra di masa lalu yang selalu merasa bersalah atas konflik antara ayah dan ibunya. Vikra juga menyadari bahwa dirinya hanyalah seorang laki-laki yang sulit percaya terhadap apa itu kesetiaan. Permasalahan yang terjadi antara ayah dan ibunya membuat Vikra selalu memastikan kesetiaan perempuan yang dekat dengannya, bahkan sebelum hubungan tersebut dimulai. Sikap tersebut akhirnya membuat hubungan yang dijalaninya terasa sesak bagi setiap perempuan yang dekat dengannya. Reiliensi yang dilakukan Vikra termasuk dalam konsep analisis kausal Reivich dan Shatte. Analisis kausal merupakan kemampuan individu untuk mengkaji secara akurat penyebab dari penderitaannya dan mengetahui akibat dari penderitaannya jika tidak segera diatasi dengan tepat. Jika individu mampu memahami sebab dan akibat dari penderitaan yang dialaminya secara tepat, maka individu tersebut akan mudah terhindar dari kesalahan dan risiko dari kesengsaraannya (Johanna et

al., 2023). Kemampuan analisis kausal Vikra digambarkan dalam kutipan berikut.

> Bedanya, Vikra baru sadar jika ia bukan lagi Vikra di usia SMP. Vikra diam-diam mengakui bahwa dosa ayah yang paling besar adalah melibatkan dirinya dalam skandal orang tua.
> (hlm. 94)

> Vikra menemukan satu teori,Selama ini Ia bukan Laki-laki pengecut, Ia hanyalah seorang anak yang tidak percaya dengan kesetiaan, sejak ayah meminta kesaksiannya.
> (hlm. 94-95)

Berdasarkan kedua data tersebut, dapat diketahui Vikra mulai menyadari bahwa dirinya pada masa dewasa tidak lagi sama dengan dirinya ketika masih berada pada usia sekolah. Vikra mulai memahami bahwa pengalaman yang dialaminya ketika kecil, terutama ketika ayah melibatkannya dalam konflik rumah tangga. Hal ini memberikan pengaruh terhadap cara pandangnya terhadap kehidupan dewasa. Kesadaran tersebut menunjukkan bahwa Vikra tidak lagi memandang dirinya sebagai pribadi yang bermasalah atau pengecut, melainkan mulai berusaha memahami penyebab yang melatarbelakangi perilakunya.

Pengembangan Diri

Ketidakpercayaan dengan adanya kesetiaan dalam hubungan, merupakan salah satu akibat dari trauma yang dialami oleh Vikra. Hal ini menyebabkan ia gagal berkali-kali dalam menjalin sebuh hubungan, namun semakin dewasa ia menyadari akibat dari perlakuannya yang berdampak buruk untuk dirinya sendiri dan untuk pasangannya, sehingga menyebabkan Vikra memilih untuk menutup diri beberapa waktu dari sebuah hubungan. Vikra memilih untuk menyibukan diri dengan mengembangkan hobinya, yaitu merawat kucing. Hal tersebut membuat keadaan Vikra membaik. Di tengah keadaannya yang membaik, Vikra memulai untuk membuka hatinya kembali. Ia memberanikan diri untuk menjalin hubungan kembali dengan anak perempuan Pak Di bernama Arik. Upayanya untuk menjalin hubungan kembali setelah menyadari buruknya akibat dari rasa traumanya merupakan bentuk dari resiliensi pengembangan diri. Pengembangan diri menurut konsep Reivich dan Shatte merupakan kemampuan seseorang untuk meraih aspek positif dari kehidupan setelah dihadapkan pada kesulitan. Kemampuan pengembangan diri seseorang dapat dilihat dari kepribadian individu yang menyukai tantangan dan tidak cepat berpuas diri dengan apa yang sudah didapatkan. Hal ini akan memicu seseorang untuk terus mengembangkan diri (Liana, 2023). Kemampuan pengembangan diri Vikra digambarkan dalam kutipan berikut.

> Di tengah perjalanannya yang membaik setelah berkawan dengan kucing-kucing, Vikra memberanikan diri untuk memulai hubungan dengan anak perempuan Pak Di, pemilik warung mie ayam yang juga baru saja mengontrak ruko beberapa puluh meter dari tokonya. Namanya Arik.
> (hlm. 95)

Kutipan tersebut menunjukkan adanya perubahan dalam diri Vikra setelah melalui berbagai pengalaman yang berkaitan dengan trauma keluarga. Sebelumnya, pengalaman masa lalu membuat Vikra memiliki pandangan negatif terhadap hubungan, terutama karena ia sulit memercayai kesetiaan orang lain. Kondisi tersebut membuat Vikra cenderung menghindari hubungan yang melibatkan ikatan emosional. Namun, dalam perkembangannya, Vikra mulai menunjukkan keberanian untuk membuka diri kembali terhadap

orang lain.

Hal tersebut terlihat dari tindakan Vikra yang kembali memberanikan diri untuk memulai hubungan dengan Arik. Keputusan tersebut menunjukkan bahwa Vikra mulai keluar dari kecenderungannya untuk menghindari hubungan akibat pengalaman traumatis yang pernah dialaminya. Meskipun pengalaman masa lalu membuatnya memandang hubungan sebagai sesuatu yang dapat menimbulkan rasa sakit, Vikra tetap memberikan kesempatan kepada dirinya untuk memperoleh pengalaman baru.

Sikap yang diambil Vikra menunjukkan adanya kemampuan dalam dirinya untuk membuka diri dan mengambil kesempatan dalam kehidupan setelah pengalaman yang membuat dirinya menutup diri. Meskipun kegagalan atau pengalaman yang tidak menyenangkan akan tetap ada, tetapi Vikra berani mencoba. Kemampuan tersebut sesuai dengan aspek pengembangan diri dalam resiliensi Reivich dan Shatté, yaitu kemampuan individu untuk keluar dari keterbatasan akibat pengalaman buruk dan berani meraih kesempatan atau pengalaman baru dalam kehidupannya.

Trauma dan Resiliensi Pada Tokoh Lini

Lini merupakan anak terakhir dari tiga bersaudara, ia merupakan adik perempuan dari Aji dan Vikra, berbeda dengan saudara laki-lakinya, Lini termasuk anak yang tidak memiliki kedekatan erat dengan ayahnya. Namun, dibanding dengan kedua kakak laki-lakinya, Lini termasuk anak yang memiliki kedekatan erat dengan ibunya. Lini melihat bagaimana perjuangan ibu membesarkan ketiga anaknya sendirian, sehingga itulah sebab Lini menaruh perhatian lebih kepada ibunya. Kedekatan tersebut membuat Lini sejak kecil menyaksikan ibunya berperan sebagai ibu yang berjuang untuk keluarga tanpa sosok laki-laki. Hal tersebut tergambar dalam kutipan.

> Di mata Lini, hidup ibu selalu terlihat menyedihkan. Lini tidak sempat melihat ayah sebagai jagoan, karena ayah telah benar-benar menghilang saat Lini mulai bisa menyimpan card memory.Lini hanya pernah melihat Segala tentang hidup Ibu. Tentu saja, Ibu yang berbeda Versi dari Ibu yang dikenal Aji dan Vikra, sejak masa kanak-kanak.
> (hlm. 56)

Kutipan tersebut menunjukkan bahwa Lini tidak mengalami secara langsung konflik antara ayah dan ibunya, karena ayah telah meninggalkan keluarga ketika ia masih balita. Akibatnya, Lini tidak memiliki pengalaman tumbuh bersama sosok ayah sebagai figur yang hadir dalam kehidupan masa kanak-kanaknya. Kondisi tersebut membuat pemahaman Lini mengenai keluarga lebih banyak terbentuk melalui pengalaman dan perjuangan ibunya.

Pengalaman tersebut juga menjadikan Lini mengenal berbagai persoalan yang seharusnya belum diketahui olehnya pada masa kanak-kanak karena persoalan tersebut seharusnya lebih dekat dengan kehidupan orang dewasa. Sejak kecil, Lini tidak hanya menyaksikan ibunya yang harus memenuhi kebutuhan keluarga seorang diri, tetapi juga melihat ibunya yang harus berhadapan dengan masyarakat yang memandang buruk perempuan yang hidup tanpa pasangan. Hal tersebut terlihat dalam kutipan berikut.

> Lini belajar sejak kecil kalau masyarakat nggak suka perempuan dewasa yang hidup sendirian tanpa pasangan laki-laki.
> (hlm. 57)

> Lini harus mencatat satu-satu bahwa menjadi seorang ibu tunggal bukan hanya tentang menanggung beban ekonomi sendirian, tetapi juga menanggung konsekuensi berupa stigma dan prasangka dari masyarakat patriarkis.
> (hlm. 57)

Dari kedua kutipan tersebut memperlihatkan bahwa Lini mulai memahami bagaimana posisi perempuan tanpa sosok laki-laki dipandang oleh masyarakat. Melalui pengalamannya melihat kehidupan ibu sebagai perempuan yang hidup tanpa pasangan, membuat Lini mendapatkan pemahaman tersebut. Lini kemudian menyadari bahwa kehidupan seorang perempuan terlebih yang menyandang status janda tidak hanya berhadapan dengan persoalan dalam keluarga, tetapi juga penilaian masyarakat sekitar. Kesadaran tersebut menunjukkan bahwa Lini mengalami proses pendewasaan lebih awal karena harus memahami persoalan sosial yang berkaitan dengan kehidupan dewasa.

Pendewasaan yang dialami Lini memengaruhi caranya membangun kedekatan dengan sang ibu ketika dewasa. Lini memiliki kepedulian yang besar terhadap keadaan ibu karena sejak kecil ia telah melihat perjuangan ibunya untuk bertahan. Namun, kedekatan tersebut tidak selalu membuat hubungan keduanya berjalan tanpa konflik. Lini tetap mendapatkan ujian melalui ibunya. Ia tetap mengalami kesulitan ketika berusaha memahami kondisi ibu, terutama ketika sikap dan tuntutan ibu justru membuat dirinya merasa tertekan. Ketika Lini merasa bahwa obrolan dengan ibunya tidak menemukan titik terang, Lini memilih untuk pergi meninggalkan ibu sekadar untuk menenangkan dirinya. Perilaku Lini pada obrolan ini menunjukkan salah satu bentuk resiliensi Reivich dan Shatte.

Regulasi Emosi

Seperti halnya Aji ketika mengontrol emosi di depan Amanda. Lini juga melakukan hal yang sama, namun di depan ibunya. Hal yang dilakukan Lini merupakan salah satu konsep resiliensi regulasi emosi. Konsep resiliensi ini merupakan kemampuan individu dalam mengelola emosi ketika dihadapkan dengan situasi yang menekan. Pada diri Lini kemampuan tersebut tampak ketika Lini berupaya menghadapi konflik dengan ibunya, dan memilih untuk mengambil jarak ketika situasi menekan emosionalnya. Hal ini digambarkan dalam percakapan ibu dan Lini sebagai berikut.

> Lini: "Bu, kenapa sih Ibu selalu menyudutkan anak-anak Ibu, tapi Ibu sendiri nggak mau terbuka untuk cerita. Ada apa sebenarnya? Ibu sejak kapan sakit? Apa ini ada hubungannya dengan permintaan ibu kemarin?"
> Ibu: "Kalau Ibu cerita yang sebenar-benarnya, apa lantas ka-lian manut sama Ibu? Nggak, kan? Kalian bilang, kami beda generasilah, Ibu terkurung di zaman orbalah, Ibu otoriter, apalagi coba?"
> Lini: "Bu, meski kami bertiga tinggal berjauhan, tapi kami peduli banget sama Ibu. Cuma sekarang gimana kami mau bantu Ibu kalau terlalu banyak yang kami belum bisa pahami dari pola pikir Ibu. Atau Ibu mau Lini temani dulu ke psikolog biar kita bisa urai pelan-pelan sebenarnya apa masalah Ibu sesungguhnya?"
> (hlm. 105-106)

> Ibu: "Ogah. Ngapain curhat ke orang asing, curhat ke anak sendiri saja belum tentu nyambung."
> Lini: "Ah, Lini capek ngomong sama Ibu. Pusing!"
> Lini beranjak mengenakan jaket dan jilbab yang menggantung di balik pintu kamar.
> Ibu: "Jadi, setelah Aji, kamu ikut-ikutan mau ngusir Ibu? Anak Ibu semuanya nggak ada yang mau dekat-dekat sama Ibu?!"
> Tiba-tiba, Bu Indah meraung. Namun, Lini sudah berniat pergi, mengambil kunci motor dan mengenakan helm. la berharap angin sore di Joglo Ugahari dan guyonan receh yang biasa

> Yuris lontarkan dapat menghiburnya.
> Sore itu, Lini gagal memperoleh informasi yang ia butuhkan. Berakhir dengan Ibu yang segera mengemasi barang-barang untuk pulang ke rumah Semarang.
> Saraf-saraf neuron dalam tengkorak kepala Lini rasanya gaduh dan ingin meledak. Ribuan serabut yang menjadi kurir informasi itu menyerah dengan luapan emosi Ibu yang berlompatan tanpa simpulan.
> (hlm. 106)

Rangkaian kutipan di atas memperlihatkan usaha Lini dalam menghadapi tekanan emosional yang muncul ketika berinteraksi bersama ibu. Semula, Lini berupaya untuk membuka percakapan bersama ibu untuk menyelesaikan permasalahan yang ada, dengan cara menanyakan kondisi ibu dan menyampaikan kepeduliannya. Alih-alih mendapatkan jawaban yang menyenangkan, ia justru mendapatkan jawaban yang semakin diteruskan semakin menekan emosionalnya. Saat percakapan itu membuat Lini semakin lelah dan tertekan, Lini memilih meninggalkan rumah dan menghentikan obrolan dengan ibunya. Lini mendatangi Joglo Ughari dengan harapan suasana dan interaksi dengan orang-orang di sana dapat membuat hatinya menjadi lebih tenang. keputusan tersebut merupakan upaya Lini untuk mengambil jarak dari situasi yang dapat memperburuk kondisi emosionalnya.

Berdasarkan uraian di atas, menunjukkan kemampuan Lini dalam menghadapi tekanan yang berasal dari pengalaman keluarganya sejak masa kecil hingga masa dewasanya. Pengalaman melihat perjuangan ibu yang juga berperan sebagai ayah, serta berbagai stigma masyarakat yang diterima ibu turut membentuk cara Lini dalam memahami permasalahan keluarga. Ketika mengalami konflik dengan ibu, Lini berupaya untuk mengelola tekanan emosionalnya dengan mengambil jarak dengan ibunya, agar situasi tidak semakin membuat dirinya tertekan. Hal tersebut membuktikan bahwa Lini memiliki bentuk resiliensi regulasi emosi terlebih ketika menghadapi ibunya. Meskipun pengalaman masa lalu tetap memberikan pengaruh terhadap dirinya, Lini berusaha menghadapi keadaan tersebut dengan caranya sendiri dan tidak membiarkan tekanan emosional sepenuhnya menguasai dirinya.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis yang berasal dari pengamatan novel *Makamkan Ibu di samping Ayah* karya Kalis Mardiasih, diperoleh adanya trauma, dampak dari trauma, dan resiliensi atau bentuk pertahanan diri menghadapi situasi yang menekan oleh masing-masing tokoh anak dalam novel. Aji dan Vikra memiliki trauma yang berasal dari konflik kedua orang tuanya, mereka menyaksikan secara langsung konflik yang terjadi. Berbeda dengan Lini, Lini juga memiliki trauma yang disebabkan oleh konflik yang terjadi di antara ayah dan ibunya, akan tetapi Lini tidak melihat konfliknya secara langsung, trauma Lini berasal dari dampak yang dirasakan oleh ibunya.

Ketiganya memiliki respons yang berbeda-beda dalam menghadapi suatu permasalahan. Aji menunjukkan resiliensi dari aspek empati dan regulasi emosi. Pengalaman masa kecil yang berasal dari orang tua memengaruhi cara Aji memandang sosok ayah, memandang dirinya sendiri sebagai laki-laki, anak pertama, dan pasangan laki-laki. Namun, dari trauma yang didapat Aji mampu menyadari bahwa dirinya harus menjadi laki-laki yang bertanggung jawab, selain itu Aji juga dapat lebih memahami perspektif orang lain serta berusaha mengelola respons emosionalnya ketika menghadapi situasi yang berhubungan dengan pengalaman traumatisnya.

Sama halnya dengan Aji, Vikra juga melihat langsung konflik yang dialami orang tuanya di masa ia masih kecil. Trauma tersebut memengaruhi Vikra dalam menjalani kehidupan dewasa. Vikra menunjukkan

resiliensi melalui aspek analisis kausal dan pengembangan diri. Pengalaman saat dirinya dilibatkan dalam konflik kedua orang tuanya membuat Vikra menjadi sosok laki-laki yang cuek dan mengalami kesulitan dalam memercayai sebuah hubungan dan kesetiaan.

Sementara itu, trauma yang dialami Lini berbeda dengan kedua kakak laki-lakinya, Lini tidak melihat secara langsung konflik yang dialami ibu dan ayahnya di masa lalu. Namun, Lini tetap merasakan trauma dan dampaknya. Lini menunjukkan resiliensi melalui aspek regulasi emosi. Lini lebih banyak mengalami kondisi keluarga tanpa hadirnya sosok ayah dan kesaksianya terhadap perjuangan ibu sebagai orang tua tunggal. Pengalaman tersebut membuat Lini memahami berbagai persoalan keluarga dan sosial sejak usia dini.

Resiliensi dalam novel *Makamkan Ibu di samping Ayah* tidak ditampakkan sebagai keadaan ketika setiap tokoh sepenuhnya terbebas dari rasa trauma, melainkan sebagai proses setiap tokoh dalam memahami, dan merespons pengalaman sulit yang mereka alami. Perbedaan pengalaman antara ketiga tokoh anak menghadirkan bentuk resiliensi yang berbeda-beda. Hal tersebut menunjukkan bahwa konflik keluarga dapat menimbulkan trauma pada anak hingga masa dewasanya. Setiap pengalaman keluarga dapat meninggalkan dampak yang berbeda-beda pada setiap individu anak. Namun, setiap individu anak tetap memiliki kemungkinan untuk mengembangkan cara dalam menghadapi dan menjalani kehidupan setelah pengalaman tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

Annasthasya, D., Alfindoria, I., Rahayu, S., & Khair, O. I. (2025). Metodologi Penelitian Kualitatif : Tinjauan Literatur Dalam Konteks Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 423–429.

Johanna, P., Tarigan, B. A., Sitorus, F. H. D., & Lumbantoruan, H. (2023). Literatur Review : Resiliensi Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup. *Psikologi Prima*, *6*(1), 10–19.

Liana, C. (2023). *TINGKAT RESILIENSI PADA GURU SEJARAH DI MOJOKERTO AVATARA , e-Journal Pendidikan Sejarah Volume 13 , No . 2 Tahun 2023*. *13*(2).

Lubis, M., & Dewi, R. S. (2021). *Resilience in Early Childhood*. *6*(1), 1069–1077.

Maiwa, F., Nur, R., Tohari, M. A., Kusmawati, A., & Sahrul, M. (2022). *RESILIENSI DIRI PADA ANAK PASCA KEHILANGAN SEORANG AYAH AKIBAT COVID-19 (STUDI KASUS DI KELURAHAN CEMPAKA PUTIH KECAMATAN CIPUTAT TIMUR KOTA TANGERANG SELATAN)*. *3*(1), 61–68.

Nasution, S. P. (2024). *Resiliensi Pada Orangtua Yang Memiliki Anak berkebutuhan Khusus Di SLB YPAC Medan*.

Ningsih, R. A., Ramadhanisa, A., Hani, A., & Afriyanti, F. (2026). Dampak Tekanan Psikologis , Emosional Dan Sosial Bagi Anak Broken Home. *Al-Zayn:Jurnal Ilmu Sosial & Hukum*, *4 Number 1*, 146–160.

Priyanto, K. M., Psikologi, P. S., Psikologi, F., & Unggul, U. E. (2026). *Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*. *18*(4).

Putra, B. S. R. (2022). *HUBUNGAN SELF-COMPASSION DENGAN RESILIENSI PADA REMAJA SMA DI MASA PANDEMIC COVID 19*.

R.hanifah, N. F. (2023). Peran Keluarga dalam Mengoptimalkan Perkembangan Anak. *Journal of Islamic Studies*, *01*(01), 24–33.

Sholikah, A., Hermawan, W., Hanum, N. K., Hidayat, T., Mayangsari, D., & Majapahit, U. I. (2025).

Resiliensi psikologis tokoh utama dalam novel negeri 5 menara karya a. fuadi. *3*(1), 35–42.

Stefanie, A., & Putri, A. (2025). *TRAUMA MASA KECIL DAN SELF-ESTEEM PADA DEWASA MUDA : ANALISIS PENGARUH*. 48–55.

Wahid, R., Herlambang, Y. T., Hendrayani, A., Susilo, S. V., Indonesia, U. P., & Majalengka, U. (2022). *Jurnal Cakrawala Pendas DAMPAK KELUARGA BROKEN HOME TERHADAP PERUBAHAN*. *8*(4), 1626–1633.