

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

2.1 Psikologi Sastra

Psikologi sastra merupakan kajian yang memandang karya sastra sebagai aktivitas kejiwaan. Dalam arti luas karya sastra tidak lepas dari kehidupan yang menggambarkan berbagai rangkaian kepribadian manusia. Karya sastra yang dipandang sebagai fenomena psikologis akan menampilkan aspek-aspek kejiwaan melalui tokoh-tokoh dalam drama maupun prosa (Edaswara, 2013).

Aspek psikologi mencakup kehidupan yang berbeda seperti sebuah pengalaman trauma, perkembangan diri, dan karakter yang tidak biasa dalam kehidupan sehari-hari. Dalam menganalisis karya sastra dengan pendekatan psikologi, fokus utama tertuju pada karakter yang menjadi pusat perhatian. Menurut Kurnia (2019) menyatakan bahwa psikologi terbagi kedalam berbagai jenis yang sebagian saling terkait, hal ini termasuk psikologi umum yang meneliti perilaku manusia, psikologi perkembangan yang mengupas pembentukan sebuah karakter individu, dan psikologi abnormal yang mengamati perkembangan kebiasaan manusia secara umum. Fenomena ini merupakan psikologis yang sering ditemui dalam kegiatan sehari-hari.

2.2 Pertumbuhan Pasca Trauma (*Post-Traumatic Growth*)

Pertumbuhan pasca trauma adalah perubahan positif setelah melewati masa kritis atau melewati suatu kejadian yang tidak diinginkan dan tidak menyenangkan dalam kehidupan seseorang yang menghasilkan beberapa penguatan yaitu persepsi diri dan hubungan dengan orang lain. (Kloep, 2013)

menyatakan bahwa Pertumbuhan Pasca Trauma adalah perubahan yang menguntungkan secara signifikan dalam hal kognitif dan emosional yang melampaui tingkat adaptasi sebelumnya, peningkatan fungsi psikologis atau kesadaran akan hidup yang terjadi sebagai akibat dari psikologis trauma yang menantang asumsi sebelumnya ada tentang diri sendiri, orang lain dan masa depan. Sedangkan menurut Tedeschi dan Calhoun (2018) menyatakan bahwa Pertumbuhan Pasca Trauma adalah suatu perubahan positif seorang menuju level yang lebih tinggi setelah mengalami peristiwa traumatis, berkembangnya perubahan sikap pasca trauma bisa dilihat dalam bentuk kebiasaan, aktivitas yang produktif, hobi, hingga pekerjaan baru yang sebelumnya tidak pernah dilakukan. Dari definisi di atas Pertumbuhan Pasca Trauma dapat disimpulkan sebagai suatu proses menuju perubahan positif akibat trauma pada masalahnya. Setelah mengalami berbagai peristiwa menyakitkan di masa lalu, individu sering merenungkan pengalaman tersebut. Beberapa dari mereka melakukan pengungkapan diri melalui bercerita, menulis, atau berdoa serta mencari dukungan sosial. Seseorang yang sedang mengalami Pertumbuhan Pasca Trauma tidak hanya mampu bertahan dan melewati peristiwa traumatis, tetapi juga mengalami perubahan yang dianggap signifikan dalam hidupnya. Untuk memahami proses perkembangan Pertumbuhan Pasca Trauma, penting untuk memperhatikan bagaimana keyakinan, tujuan, dan identitas, dan hubungan interpersonal individu berubah setelah mengalami peristiwa traumatis.

2.2.1. Bentuk Pertumbuhan Pasca Trauma

Tedeschi dan Calhoun (2018) menyatakan bahwa terdapat empat aspek yang meliputi Pertumbuhan Pasca Trauma, yaitu:

a. *Appreciation for life* (Penghargaan terhadap hidup)

Penghargaan terhadap hidup merupakan perubahan mengenai hal apa yang penting dalam hidup seseorang. Perubahan yang mendasar adalah perubahan mengenai prioritas hidup seseorang yang juga dapat meningkatkan penghargaan kepada hal-hal yang dimilikinya misalnya menghargai kehidupannya. Perubahan prioritas tersebut misalnya menjadikan hal yang kecil menjadi sesuatu yang penting dan berharga misalnya senyuman anak atau waktu yang dihabiskan untuk bermain bersama anak. *“even the smallest joys in life took on a special meaning”*.

b. *Relating to others* (Hubungan dengan orang lain)

Hubungan dengan orang lain adalah perubahan yang terjadi ketika seseorang mulai membangun dan memperdalam hubungan dengan orang lain, membuatnya lebih intim dan bermakna setelah mengalami trauma. Seseorang mungkin akan memperbaiki hubungan dengan keluarga atau temannya. Misalnya pada orangtua yang kehilangan anaknya menyatakan bahwa Ia lebih empati terhadap siapapun yang sedang sakit dan siapapun yang sedang mengalami kesedihan.

c. *Personal strength* (Kekuatan dalam diri)

Kekuatan dalam diri merupakan perubahan yang berupa peningkatan kekuatan personal atau mengenal kekuatan dalam diri yang dimilikinya. Misalnya pada orangtua yang kehilangan anaknya berkata, “Saya dapat mengatur semuanya

dengan lebih baik. Hal-hal yang menjadi sesuatu masalah yang besar sekarang menjadi masalah yang tidak begitu besar bagi saya”.

d. *New possibilities* (Kemungkinan-kemungkinan baru)

Kemungkinan-kemungkinan baru merupakan identifikasi individu mengenai kemungkinan baru dalam kehidupan atau kemungkinan untuk mengambil pola kehidupan yang baru dan berbeda. Sebagai contoh misalnya seseorang yang mengalami kehilangan orang tersayang karena suatu penyakit mempengaruhi dirinya untuk berjuang menghadapi kesedihan dan menjadikan dirinya seorang suster. Dengan menjadi seorang suster ia dapat mencoba memberikan kepedulian dan rasa nyaman pada orang lain yang mengalami penderitaan dan kehilangan. Beberapa orang memperlihatkan ketertarikan yang baru, aktivitas baru dan mungkin memulai pola kehidupan baru yang signifikan.

2.2.2 Faktor- faktor Pertumbuhan Pasca Trauma

Tedeschi dan Calhoun (2018) menjelaskan ada dua faktor yang memengaruhi Pertumbuhan Pasca Trauma, antara lain:

a. Harapan

Tedeschi & Calhoun (2018) menyebutkan bahwa menemukan harapan memiliki korelasi positif dengan Pertumbuhan Pasca Trauma. Harapan berbeda dengan optimis, harapan tidak hanya sekedar sebuah ekspektansi bahwa tujuannya dapat dicapai, namun juga kapasitas seseorang untuk membayangkan cara dalam mencapai tujuan tersebut.

b. Dukungan Sosial

Tedeschi & Calhoun (2018) menyebutkan bahwa dukungan sosial mungkin memelopori perkembangan Pertumbuhan Pasca Trauma dengan mempengaruhi perilaku seseorang dan membantu keberhasilan seseorang dalam menghadapi krisis. Tedeschi & Calhoun juga menjelaskan bahwa usaha seseorang untuk mengatasi dan beradaptasi dengan trauma akan terjadi dengan bantuan lingkungan sosial dan selanjutnya.

c. Optimisme

Menurut Tedeschi dan Calhoun (2018), optimisme merupakan salah satu hasil dari Pertumbuhan pasca trauma yang dapat muncul setelah seseorang melewati peristiwa traumatis. Mereka menjelaskan bahwa individu yang mengalami Pertumbuhan pasca trauma sering kali mengembangkan pandangan hidup yang lebih positif. Trauma yang dialami mendorong mereka untuk melihat dunia dengan perspektif baru, menciptakan optimisme yang lebih kuat tentang masa depan. Keyakinan ini berasal dari kemampuan mereka untuk menghadapi kesulitan, menemukan makna dalam penderitaan, dan mengembangkan keterampilan baru yang memberikan rasa pencapaian dan tujuan.

2.3 Drama Sebagai karya Sastra

Drama merupakan salah satu jenis karya sastra yang berupa rekaan kejadian dalam kehidupan manusia. Dalam Hal ini Harymawan (2017) menyebutkan bahwa drama merupakan salah satu jenis karya sastra yang berbeda dari karya sastra lainnya dalam drama biasanya berisikan rekaan kejadian dari kehidupan sehari-hari, dalam drama disajikan konflik-konflik yang menimbulkan klimaks kecil hingga klimaks besar karena sesungguhnya drama

tidak bisa di pisahkan dengan konflik manusia keduanya saling berhubungan erat. Hal ini sejalan dengan Pandi, (2019) menyatakan bahwa drama adalah salah satu karya sastra yang ditulis dalam bentuk dialog yang berisikan suatu karangan yang menggambarkan realita kehidupan, tingkah laku serta watak manusia dalam berperilaku yang kemudian dimainkan oleh aktor-aktor terpilih. Pendapat tersebut diperkuat dengan pendapat Sudjiman (2017) menyatakan bahwa drama ialah karya sastra yang bertujuan menggambarkan kehidupan dengan mengemukakan pertikaian dan emosi lewat perlakuan dan dialog.

2.3.1 Unsur Pembentuk Drama

Menurut Pratista dalam Puspita (2023) menyatakan bahwa unsur film terdiri dari dua unsur yaitu unsur naratif berkaitan dengan bahan atau materi yang akan diolah atau perlakuan terhadap cerita filmnya, dan unsur sinematik berkaitan dengan teknis pembuatan film.

1. Unsur Naratif

Pratista dalam Dinhar (2018) menyatakan unsur naratif adalah sikap terhadap alur film yang berhubungan dengan tema dari sebuah film. Dinyatakan bahwa sebuah film tentunya memiliki elemen-elemen yang disusun hingga menjadi sebuah film yang dapat dipertontonkan. masih dalam sumber yang sama, elemenelemen unsur naratif tersebut meliputi:

- a. Ruang merupakan tempat dimana para tokoh bergerak dan berkreatifitas. Sebuah film umumnya terjadi pada suatu tempat atau lokasi dengan dimensi ruang yang jelas, yaitu selalu merujuk pada lokasi dan wilayah yang jelas.

b. Waktu merupakan pola berjalannya cerita sebuah film, maka urutan waktu tersebut sangat penting untuk menentukan durasi yaitu rentang untuk menampilkan cerita. Waktu yang menjadi unsur naratif pada sebuah cerita meliputi urutan waktu, durasi waktu, dan frekuensi dan munculnya kembali suatu adegan yang sama dalam waktu yang berbeda yang disebut sebagai frekuensi waktu.

c. Tokoh cerita terdiri dari karakter utama dan pendukung. Karakter pendukung sering bertindak sebagai pemicu munculnya konflik, namun juga bisa membantu karakter utama dalam menyelesaikan masalahnya.

d. Konflik merupakan permasalahan yang disebabkan oleh tokoh antagonis saat tokoh protagonis berusaha mencapai tujuannya. Masalah dapat muncul dari dalam tokoh utama sendiri yang akhirnya memicu konflik batin.

e. Tujuan merupakan harapan yang dimiliki oleh pelaku utama. Tujuan dapat bersifat materi atau non materi. Tujuan materi merupakan tujuan yang bersifat nyata, sedangkan tujuan non materi merupakan tujuan yang sifatnya abstrak (tidak nyata).

2. Unsur Sinematik

Unsur sinematik adalah semua aspek-aspek teknis dalam produksi sebuah film aspek aspek yang ada dalam unsur sinematik film yaitu :

a. Mise en scene unsur sinematik

Mise-en-scene adalah sebuah pengungkapan gagasan yang dituangkan melalui kata-kata menjadi bentuk gambaran atau dengan kata lain merubah yang bersifat auditif menjadi bahan yang bersifat visual Fardila (2020)

b. Sinematografi

Sinematografi secara umum dapat dibagi menjadi tiga aspek, yaitu kamera, framing, serta durasi gambar. Tahap sinematografi ini berperan ketika aspek mise-en-scene dalam sebuah produksi film telah tersedia untuk diambil gambarnya Fardila (2020).

d. Editing

Dalam Fardila (2020) disebutkan bahwa editing pada tahap produksi proses penyambungan gambar-gambar yang telah diambil, sementara definisi editing setelah pasca produksi adalah teknik-teknik yang digunakan untuk menggunakan tiap shot-nya.

e. Suara

Suara dalam film dapat kita pahami sebagai seluruh suara yang keluar dari gambar, yakni dialog, musik, dan efek suara Alfarizi (2022).

2.4 Drama *Boku No Ita Jikan*

2.4.1 Identitas Karya



2.1 Poster Boku No Ita Jikan

Boku No Ita Jikan (僕ノいた時間) ialah sebuah seri drama rilisan 2014 di jaringan teve fuji television drama ini di arahkan oleh sutradara Hiroki Hayama, Hidenori Joho dan Miyako Yasoshima, Naskahnya di buat oleh Atsuko Hashibe. Drama ini memiliki 11 episode dengan episode pertamanya ditayangkan pada 8 Januari 2014 dan episode terakhir ditayangkan pada 19 Maret 2014.

2.4.2 Ringkasan Cerita

Drama ini mengisahkan tentang seorang mahasiswa tingkat empat bernama Takuto Sawada yang sedang kesulitan mencari pekerjaan. Putra tertua dari direktur rumah sakit itu diharapkan oleh orang tuanya untuk menjadi dokter. Akan tetapi, ayah dan ibunya akhirnya berfokus pada sang adik, Rikuto yang sedang menginjak masa SMP. Sawada merupakan pria yang tergolong populer dan pandai berteman dengan para wanita, namun ia tidak memiliki keyakinan

untuk bisa dicintai dan selalu menghindari hubungan emosional secara mendalam dengan siapa pun. Suatu hari, Sawada diberitahu bahwa ia tidak akan hidup lama karena menderita *ALS (amyotrophic lateral sclerosis)* adalah penyakit *neurodegenerative* yang mempengaruhi sel-sel saraf di otak dan sumsum tulang belakang. Penyakit ini menyebabkan degenerasi progresif dari *neuron motorik*, yang mengakibatkan kelemahan otot, kehilangan kemampuan bergerak, dan akhirnya dapat menyebabkan kelumpuhan. Gejala awal *ALS (amyotrophic lateral sclerosis)* sering kali termasuk kesulitan berbicara, kesulitan menelan, dan kelemahan otot yang tidak terduga. Meskipun penyebab pasti *ALS (amyotrophic lateral sclerosis)* belum sepenuhnya dipahami, faktor genetik dan lingkungan diyakini berperan dalam perkembangan penyakit ini. Saat ini, belum ada obat yang dapat menyembuhkan *ALS (amyotrophic lateral sclerosis)*, tetapi ada perawatan yang dapat membantu mengelola gejala *ALS (amyotrophic lateral sclerosis)* dan meningkatkan kualitas hidup pasien. Berkat dukungan sosial yang didapatkan Sawada, ia berhasil menghilangkan rasa putus asa dan mulai mengeksplorasi apa yang tersisa dari hidupnya, sambil menjalani semuanya dengan sikap positif dan aktif. Perkenalannya dengan gadis bernama Hongo Megumi ketika mencari pekerjaan, menjadi salah satu penyemangatnya.