

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini membahas kesimpulan mengenai hasil penelitian trauma pada tokoh Holden Caulfield dan saran untuk penelitian selanjutnya dibahas secara lugas dan gamblang.

5.1 Kesimpulan

Skripsi berjudul “Trauma pada tokoh Holden Caulfield dalam Novel *The Catcher in The Rye*” adalah penelitian yang berfokus pada isu seputar trauma tentang kehilangan seseorang yang sangat berarti. Trauma sangat berdampak besar dan mengganggu diri Holden untuk bisa hidup secara normal seperti pada umumnya. Melalui peristiwa duka cita yang diperlihatkan dalam novel, terdapat sebuah gambaran bahwa trauma tidak melulu membicarakan bencana besar seperti perang, genosida atau peristiwa mengerikan lainnya, namun trauma bisa terjadi sangat dekat dengan kehidupan kita.

Berdasarkan hasil analisis melalui pertanyaan penelitian terdapat beberapa kesimpulan yang didapat secara menyeluruh. Penyebab trauma Holden disebabkan kehilangan adiknya bernama Allie saat berusia 13 tahun dan masih membekas hingga tiga tahun kemudian. Tidak semata-mata hanya karena kehilangan saja namun peristiwa tersebut memunculkan rentetan sebab lainnya yaitu ketidakmampuan Holden dalam menceritakan peristiwa traumatisnya kepada

siapapun dan pola asuh kedua orang tua Holden yang tidak bisa memberikan perhatian, dukungan dan tindakan nyata untuk membantu dirinya.

Melalui peristiwa traumatisnya, Holden memperlihatkan gejala klinis yang direspon oleh psikisnya. Terdapat tiga gejala trauma pada dirinya yaitu *hyperarousal*, *intrusion* dan *constriction*. *Hyperarousal* pada Holden ditunjukkan melalui perilaku abnormalnya seperti kebiasaan cemas berlebihan dan mudah agresif pada hal-hal kecil. *Intrusion*nya adalah momen kilas balik bersama Allie yang terus menerus memunculkan rasa kesepian dan kehilangan. *Constriction* yang dialami Holden berupa kondisi saat Holden sudah merasa sangat depresi, tidak bisa berpikir realistis hingga perasaan ingin bunuh diri.

Adapun dampak trauma yang terjadi pada Holden adalah perilaku dan pandangan dirinya terhadap sekitar. Holden mengalienasi dirinya sendiri karena ketidakmampuannya dalam membentuk hubungan baru dan kebenciannya terhadap perilaku hipokrit orang-orang disekitarnya. Selain itu, Holden menjadi pribadi yang tidak siap menjadi dewasa karena kenangan indah yang dialami Holden terjadi saat masih bersama Allie, yaitu saat masa anak-anak. Hal inilah yang membuat Holden menolak untuk berubah, terlebih dirinya melihat banyak ketidaksukaannya pada apapun.

Melalui trauma yang dirasakan Holden, disela-sela peristiwa menyakitkannya selama perjalanan, Holden terlihat berusaha melakukan *coping with trauma*. *Coping with trauma* ini dia lakukan sebagai upaya dirinya merasakan kenyamanan dan kelegaan ditengah-tengah pergumulan jiwanya. Di dalam novel digambarkan Holden menemukan ketenangan saat dirinya selalu menyebut nama Allie. Hal ini

terlihat sebagai *coping with trauma*. Walaupun dalam konotasi yang negatif, akan tetapi Holden menemukan kelegaan saat mengingat dan berbicara sendirian dengan Allie.

5.2 Saran

Setelah meneliti trauma di dalam novel *The Catcher in The Rye*, terdapat beberapa isu yang ditemukan. Melalui cerita yang disampaikan Holden, banyak narasi yang terus berulang, gaya bahasa dan simbol yang memiliki arti tertentu. Disamping itu ketidaksukaan Holden dengan orang-orang di sekitarnya juga memperlihatkan kondisi gelapnya kehidupan sosial di Amerika. Dua isu dapat dikembangkan pada penelitian selanjutnya.