

Dampak Psikologis Perundungan dan Representasi Trauma dalam Novel Perundungan Maut Ranissa Tya

Putri Rezkiana Ali¹, Siti Nuraisa N. Djibu², Amir Lutfiah Gairi³, Yunus Dama⁴

¹²³⁴Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia, Fakultas Sastra Budaya, Universitas Negeri Gorontalo

e-mail: 1amiragairi@gmail.com, 2snuraisya962@gmail.com, putrirezkianaali@gmail.com³,

Yunus.dama@ung.ac.id⁴

*Siti Nuraisa N. Djibu

ABSTRACT

This research aims to analyze the psychological impact of bullying on the main character describe forms of bullying, and examine trauma representation in the novel Perundungan Maut by Ranissa Tya. The study employs qualitative methods with a descriptive-analytical approach and library research methodology. Primary data was obtained from the novel Perundungan Maut (2021), while secondary data includes literature on psychology of literature, humanistic psychology of, and trauma theory. The analysis utilizes psychology of literature theory, Olweus's trauma theory, Judith Herman's self-acceptance concept and Abraham Maslow's self-actualization. Findings reveal that the psychological impact of bullying through the character Mia who experiences survivor's guilt, intrusive fear, and cumulative trauma from witnessing bullying but choosing to remain silent. Trauma is visualized through supernatural elements symbolizing unresolved internal conflict. Mia's self-acceptance process progresses through stages of self-awareness, self-understanding, self-acceptance, and self-actualization, demonstrating that trauma healing requires honest confrontation with past mistakes. The novel emphasizes the moral responsibility of bullying by bystanders and human capacity for change and growth despite experiencing deep trauma.

Keywords: *bullying, psychological trauma, self-acceptance, psychology of literature, humanistic psychology*

Article submission: 21 Nov 2025

Article revision: 20 Des 2025

Article acceptance: 22 Des 2025

I. PENDAHULUAN

Perundungan merupakan salah satu bentuk kekerasan yang paling sering terjadi di lingkungan pendidikan dan menimbulkan dampak jangka panjang bagi perkembangan psikologis remaja. Korban maupun saksi perundungan dapat mengalami trauma, kecemasan, rasa bersalah, hingga gangguan identitas diri yang memengaruhi kehidupan mereka di masa depan. Berbagai penelitian sebelumnya menegaskan bahwa perundungan tidak hanya memicu luka fisik, tetapi juga memunculkan luka emosional yang bersifat laten serta dapat bertransformasi menjadi trauma berkepanjangan apabila tidak ditangani dengan tepat (Olweus, 1993; Herman, 1992). Dalam konteks karya sastra, isu ini kerap ditampilkan melalui alur, konflik, dan perkembangan karakter sebagai bentuk representasi pengalaman psikologis manusia.

Novel *Perundungan Maut* karya Ranissa Tya menawarkan gambaran mendalam mengenai dampak psikologis perundungan melalui tokoh Mia, seorang saksi yang memilih bungkam saat rekannya mengalami kekerasan. Rasa bersalah, ketakutan, dan trauma yang muncul setelah peristiwa tersebut membentuk dinamika psikologis yang kompleks dan berpengaruh terhadap perilaku serta cara tokoh memandang dirinya. Representasi trauma dalam novel ini unik karena dikombinasikan dengan unsur supranatural yang berfungsi sebagai metafora visual bagi luka psikologis yang tidak terselesaikan. Dengan demikian, novel ini menjadi media penting untuk memahami bagaimana pengalaman traumatis bekerja dalam struktur naratif maupun perkembangan karakter.

Penelitian ini dilakukan untuk mengungkap bagaimana dampak psikologis perundungan direpresentasikan dalam novel *Perundungan Maut* serta bagaimana trauma digambarkan melalui konflik batin dan simbol-simbol naratif yang digunakan pengarang. Selain itu, penelitian ini bertujuan menjelaskan bentuk-bentuk perundungan yang muncul dalam teks serta menganalisis proses penerimaan diri yang dialami tokoh utama sebagai bagian dari penyembuhan psikologis. Kajian ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan studi

psikologi sastra sekaligus meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap bahaya perundungan dan dampaknya bagi kesehatan mental remaja.

II. LITERATURE REVIEW

Penelitian mengenai perundungan dan dampaknya terhadap kondisi psikologis telah banyak dilakukan dalam berbagai disiplin ilmu, termasuk psikologi perkembangan dan studi sastra. Olweus (1993) menyatakan bahwa perundungan merupakan bentuk agresi berulang yang melibatkan ketidakseimbangan kekuatan, dan dapat menimbulkan efek jangka panjang bagi korbannya. Studi-studi lanjutan menunjukkan bahwa perundungan tidak hanya berdampak pada korban langsung, tetapi juga pada saksi yang terlibat secara pasif, terutama melalui munculnya rasa bersalah, kecemasan, dan trauma moral. Temuan tersebut sejalan dengan Herman (1992), yang menegaskan bahwa trauma dapat dialami oleh siapa pun yang terpapar kekerasan, termasuk saksi yang merasa tidak berdaya untuk melakukan intervensi.

Dalam ranah sastra, penelitian terkait psikologi sastra memandang karya sastra sebagai medium yang mampu merepresentasikan dinamika kejiwaan manusia melalui tokoh, konflik, dan alur cerita. Wellek dan Warren (1993) menjelaskan bahwa karakter dalam karya sastra merupakan refleksi kondisi psikologis yang dapat dianalisis menggunakan pendekatan psikologi. Sejumlah penelitian sebelumnya mengenai representasi trauma dalam novel Indonesia menunjukkan bahwa elemen naratif, simbolik, dan bahkan supranatural sering digunakan untuk menggambarkan pengalaman psikologis yang tidak tersampaikan secara langsung. Hal ini memperkuat posisi novel *Perundungan Maut* sebagai objek kajian yang sarat representasi trauma melalui perpaduan realisme dan simbolisme.

Landasan teoritis penelitian ini melibatkan dua kerangka utama, yaitu psikologi sastra dan psikologi humanistik. Psikologi sastra digunakan untuk menganalisis dinamika batin tokoh, seperti rasa bersalah, ketakutan, konflik

moral, dan trauma berkepanjangan. Sementara itu, psikologi humanistik khususnya pandangan Rogers (1961) dan Maslow (1968) digunakan untuk memahami bagaimana tokoh utama merespons luka psikologis dan bergerak menuju penerimaan diri serta aktualisasi diri. Dalam konteks perundungan, teori humanistik memberikan pemahaman mengenai bagaimana gangguan terhadap kebutuhan dasar seperti rasa aman dan penghargaan diri dapat menghambat perkembangan psikologis individu.

Kerangka konseptual penelitian ini dibangun melalui hubungan antara bentuk perundungan, dampak psikologis, dan representasi trauma dalam teks sastra. Perundungan diposisikan sebagai pemicu utama konflik psikologis tokoh; dampak psikologis dilihat melalui ekspresi rasa bersalah, kecemasan, dan trauma; sedangkan representasi trauma dianalisis melalui narasi, simbol, dan unsur supranatural yang memperlihatkan pergulatan batin tokoh. Dengan kerangka ini, penelitian tidak hanya mengidentifikasi bentuk perundungan dalam novel, tetapi juga menafsirkan bagaimana trauma direpresentasikan secara literer serta bagaimana tokoh berproses menuju penyembuhan.

Karena penelitian ini bersifat kualitatif dan interpretatif, hipotesis formal tidak diterapkan. Namun, penelitian ini berangkat dari asumsi bahwa novel *Perundungan Maut* menampilkan hubungan kausal antara pengalaman perundungan, trauma moral saksi, dan proses penerimaan diri, serta bahwa elemen naratif novel mampu menggambarkan dinamika psikologis tersebut secara mendalam.

III. METHODS

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif-analitis untuk menggali dan menafsirkan makna psikologis yang direpresentasikan dalam novel *Perundungan Maut* karya Ranissa Tya. Populasi penelitian mencakup seluruh konten naratif dalam novel, sedangkan sampelnya berupa unit-unit teks yang memuat gambaran perundungan, dampak psikologis, dan pengalaman traumatis tokoh. Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik

purposive sampling, yaitu memilih kutipan atau bagian teks yang secara langsung relevan dengan fokus penelitian. Variabel yang dikaji terdiri atas tiga aspek utama, yakni perundungan, dampak psikologis, dan representasi trauma. Perundungan didefinisikan sebagai bentuk kekerasan fisik, verbal, atau psikologis yang terjadi secara berulang dan melibatkan ketimpangan kekuasaan; dampak psikologis mencakup reaksi emosional seperti rasa bersalah, ketakutan, kecemasan, serta konflik batin; sedangkan representasi trauma merujuk pada cara novel menggambarkan pengalaman traumatis melalui alur, karakter, simbol, dan unsur supranatural.

Instrumen utama penelitian ini adalah peneliti sendiri, yang berperan dalam mengidentifikasi, menginterpretasi, dan mengategorikan data berdasarkan pedoman analisis yang telah disusun, seperti daftar kategori teks, tabel klasifikasi kutipan, serta catatan reflektif untuk menjaga konsistensi interpretasi. Validitas data diperkuat melalui triangulasi teori dengan membandingkan temuan penelitian terhadap kerangka konseptual dari Olweus mengenai perundungan, Herman mengenai trauma, serta Maslow dan Rogers mengenai psikologi humanistik. Teknik analisis data dilakukan melalui tiga tahapan utama, yaitu reduksi data dengan memilih dan menyederhanakan kutipan relevan, penyajian data dalam bentuk kategori tematik, serta penafsiran melalui pendekatan psikologi sastra dan humanistik untuk menjelaskan dinamika kejiwaan tokoh. Proses analitis ini memungkinkan peneliti memahami hubungan antara perundungan, trauma, dan proses penerimaan diri secara komprehensif dalam konteks teks sastra.

IV. RESULTS

Hasil penelitian menunjukkan bahwa novel *Perundungan Maut* menghadirkan representasi komprehensif mengenai dampak psikologis perundungan melalui tiga temuan utama, yaitu: (1) bentuk-bentuk perundungan yang dialami tokoh, (2) manifestasi luka psikologis dan trauma, serta (3) proses penerimaan diri sebagai upaya penyembuhan. Analisis data dilakukan melalui pembacaan

mendalam terhadap teks naratif dan pengelompokan kutipan yang relevan untuk mengidentifikasi dinamika pengalaman kejiwaan tokoh.

Temuan pertama memperlihatkan bahwa perundungan dalam novel meliputi perundungan fisik, verbal, dan psikologis. Perundungan dilakukan oleh kelompok pelaku secara sistematis dan berulang, sesuai karakteristik bullying yang dikemukakan Olweus (1993). Novel ini menguatkan temuan penelitian sebelumnya bahwa perundungan tidak hanya melibatkan relasi kuasa yang timpang, tetapi juga menghadirkan saksi pasif yang berperan memperkuat keberlangsungan perilaku kekerasan.

Temuan kedua menunjukkan bahwa dampak psikologis yang dialami tokoh Mia mencakup rasa bersalah yang mendalam, ketakutan intrusif, kecemasan, serta konflik internal berkepanjangan. Trauma yang dialami Mia direpresentasikan tidak hanya melalui narasi realistis, tetapi juga melalui simbol-simbol supranatural berupa kehadiran hantu Yudit. Representasi tersebut sejalan dengan pandangan Herman (1992) yang menyatakan bahwa trauma kerap muncul dalam bentuk pengulangan pengalaman (*re-experiencing*) yang menghantui korban atau saksi peristiwa traumatis. Novel ini memperlihatkan bahwa rasa bersalah dapat menjadi bentuk *moral injury* yang sama beratnya dengan trauma fisik, mendukung studi sebelumnya mengenai hubungan antara perundungan dan gangguan psikologis jangka panjang.

Temuan ketiga mengungkapkan bahwa tokoh utama mengalami perkembangan psikologis melalui tahapan kesadaran diri, pemahaman diri, penerimaan diri, hingga keberanian untuk melakukan perubahan. Perjalanan psikologis ini sejalan dengan kerangka psikologi humanistik, khususnya gagasan Rogers (1961) tentang proses penerimaan diri sebagai prasyarat kesehatan mental. Proses tersebut menunjukkan bahwa penyembuhan tidak berlangsung secara linear, melainkan melalui konfrontasi langsung terhadap pengalaman traumatis dan penilaian ulang terhadap identitas diri. Temuan ini mendukung penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa narasi sastra dapat menjadi media

representasi yang kuat untuk memperlihatkan proses transformasi psikologis manusia.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini konsisten dengan studi-studi terdahulu mengenai dampak perundungan dan trauma remaja. Akan tetapi, penelitian ini juga menambah perspektif baru dengan menunjukkan bagaimana unsur supranatural digunakan sebagai metafora trauma yang tidak terselesaikan. Hal ini memperkaya pemahaman tentang bagaimana sastra menggambarkan pengalaman psikologis melalui kombinasi elemen realisme dan simbolik. Temuan dalam novel *Perundungan Maut* menegaskan bahwa perundungan memiliki konsekuensi jangka panjang yang tidak hanya dialami korban, tetapi juga saksi yang memilih bungkam, sehingga memperluas diskusi mengenai implikasi moral dan psikologis dalam konteks kekerasan di lingkungan pendidikan.

V. CONCLUSION AND SUGGESTION

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak psikologis perundungan, bentuk-bentuk perundungan, serta representasi trauma dalam novel *Perundungan Maut* karya Ranissa Tya. Berdasarkan hasil analisis, penelitian ini menyimpulkan bahwa perundungan dalam novel digambarkan secara kompleks melalui tindakan fisik, verbal, maupun psikologis yang dilakukan secara berulang dan menyebabkan ketimpangan kekuasaan antara pelaku dan korban. Perundungan tersebut tidak hanya meninggalkan luka mendalam bagi korban langsung, tetapi juga menimbulkan trauma moral yang kuat bagi saksi yang memilih bungkam. Tokoh Mia mengalami rasa bersalah yang persisten, ketakutan intrusif, serta konflik batin berkepanjangan yang mencerminkan gangguan psikologis akibat tekanan emosional di masa lalu.

Representasi trauma dalam novel divisualisasikan melalui kombinasi narasi realistis dan unsur supranatural, yang berfungsi sebagai simbol dari rasa bersalah dan pengalaman traumatis yang belum terselesaikan. Analisis psikologi humanistik menunjukkan bahwa trauma menghambat pemenuhan kebutuhan

psikologis dasar tokoh, khususnya rasa aman dan penghargaan diri, sebelum akhirnya ia mencapai proses penerimaan diri melalui konfrontasi terhadap masa lalu. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa perundungan memiliki dampak jangka panjang yang signifikan dan dapat memengaruhi perkembangan psikologis seseorang, bahkan setelah bertahun-tahun berlalu.

Penelitian ini masih berfokus pada analisis tekstual satu karya sastra, sehingga penelitian selanjutnya dapat memperluas kajian dengan membandingkan novel lain yang mengangkat isu perundungan atau trauma untuk memperoleh pemahaman yang lebih luas mengenai representasi kekerasan dalam sastra Indonesia kontemporer. Studi lebih lanjut juga dapat mengintegrasikan pendekatan psikologi lain, seperti psikoanalisis atau psikologi perkembangan, untuk memperkaya interpretasi mengenai dinamika kejiwaan tokoh. Selain itu, penelitian lanjutan dapat melibatkan kajian resepsi pembaca untuk melihat bagaimana narasi perundungan dalam karya sastra berpengaruh terhadap kesadaran dan pemahaman masyarakat mengenai bahaya perundungan dan pentingnya kesehatan mental remaja. Dengan demikian, temuan penelitian dapat lebih aplikatif dalam konteks pendidikan, literasi sekolah, dan upaya pencegahan perundungan di lingkungan sosial.

VI. BIBLIOGRAPHY

- Bhatia, R. (2023). The impact of bullying in childhood and adolescence. *Current Opinion in Psychiatry*, 36(6), 461–465. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000900>
- Bodnár, K. (2023). Aspects of Analysing Trauma Fiction by Observing Lolita's Impact on the 21st Century Novel, My Dark Vanessa. *Folia Humanistica et Socialia*, 1(2), 5–13. <https://doi.org/10.69705/fhs.2023.1.2.1>
- Giri, P. K. (2020). Arundhati Roy's The God of Small Things: Traumatic Distress in Children. *International Journal of English Literature and Social Sciences*, 5(5), 1431–1434. <https://doi.org/10.22161/ijels.55.14>
- Idsoe, T., Vaillancourt, T., Dyregrov, A., Hagen, K. A., Ogden, T., & Nærde, A.

- (2021). Bullying Victimization and Trauma. *Frontiers in Psychiatry*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.480353>
- Ismail Mousa, S. M., & Alhomoud, G. N. J. (2022). Exploring the Literary Representation of Trauma in Contemporary Iraqi Fiction from Socio-historical Perspective. *World Journal of English Language*, 12(1), 162–169. <https://doi.org/10.5430/wjel.v12n1p162>
- Tang, Q., Zou, X., Gui, J., Wang, S., Liu, X., Liu, G., & Tao, Y. (2024). Effects of childhood trauma on the symptom-level relation between depression, anxiety, stress, and problematic smartphone use: A network analysis. *Journal of Affective Disorders*, 358, 1–11. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.05.018>
- Wahyuni, S., Pranata, S., Kurniawan, W., Setyowati, R., Heni, H., Wianti, A., Agustini, A., & Hijriani, H. (2024). Discovering the Impact of Bullying on Adolescents Through Bibliometric Analysis. *Scripta Medica (Banja Luka)*, 55(2), 219–229. <https://doi.org/10.5937/scriptamed55-47959>