

Aktualisasi Diri Tokoh Utama dalam Novel "Represi" Karya Fakhrisina Amalia Kajian Psikologi Sastra

Ika Sartika¹, Muhammad Rapi², Suarni Syam Saguni³

Bahasa dan Sastra Indonesia,

Universitas Negeri Makassar, Indonesia^{1,2,3}

Email: ika24des@gmail.com¹



Abstract. This study aims to describe the main character's self-actualization in the novel *Represi* by Fakhrisina Amalia using Abraham Maslow's psychological study. This type of qualitative research is descriptive. The data source for this research is the novel *Repression* by Fakhrisina Amalia which is published by PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta. The data in this study are text in the form of words or sentences that show the conflict and self-actualization of the characters in the novel *Represi* by Fakhrisina Amalia. The data collection technique in this research is the literature study technique. The data in the study were analyzed using data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results of this study indicate that the characteristics in achieving actualization include being able to see reality efficiently, accepting oneself and others as they are, spontaneity, simplicity, and fairness, being focused on problems, requiring solitude, autonomy, independence from culture and the environment, freshness and appreciation. sustainability, social awareness, interpersonal relationships, democracy, a sense of meaningful and ethical humor, creativity, independence and the presence of peak experiences.

Keywords: Novel, actualization, humanistic psychology.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

PENDAHULUAN

Karya sastra adalah karya pemikiran kreatif dalam bentuk cerita yang ditulis dalam bentuk bahasa. Karya sastra juga dapat diartikan suatu karya yang menangani berbagai masalah kehidupan Menurut Muslih, Hamilah & Mustika (dalam Melati et al., 2019: 229). Karya sastra dilihat sebagai karya yang diekspresikan melalui pengalaman hidup yang berbeda di masyarakat, karena karya berhubungan dengan realitas sosial. Suatu karya yang diekspresikan dengan berbagai pengalaman cerita dalam masyarakat akan tetapi dikaitkan dengan perilaku dan tingkah laku psikologis. Karya sastra berisi permasalahan tentang cerita manusia, persoalan ini dapat berbentuk argumen oleh diri sendiri atau orang lain. Karya sastra dilihat sebagai suatu permasalahan psikologi yang memperlihatkan objek psikologi seseorang yang digambarkan melalui perilaku tokoh (Margianti et al., 2021: 2).

Selanjutnya, ilmu membahas tentang perilaku dari seseorang adalah psikologi. Psikologi adalah ilmu tentang psikis, selanjutnya psikologi sastra merupakan kajian mengenai karakter yang ada di masyarakat. Psikologi juga ilmu yang beranggapan bahwa suatu karya sastra yang mengandung suatu unsur kejiwaan (Mudore & Alliana, 2020: 142). Ilmu psikologi semakin pesat dan banyak dipelajari. Psikologi sastra memiliki daya tarik tersendiri berupa persoalan persoalan manusia yang menggambarkan jiwanya sendiri tetapi juga dapat menggambarkan jiwa orang lain.

Aktualisasi diri dipandang sebagai kebutuhan yang tertinggi dari suatu kebutuhan hiraerki. Menurut Maslow (Alwisol, 2009: 208) tujuan dari aktualisasi bersifat alami, yang sejak dulu dibawa sejak kecil. Secara genetik manusia mempunyai potensi dasar yang bersifat positif. Aktualisasi dianggap sebagai kepuasan tersendiri (Wardani et al., 2022: 288). kebutuhan aktualisasi diri merupakan keinginan untuk mewujudkan kemampuan penuh seseorang. Setiap orang berusaha agar kebutuhan mereka terpenuhi sepenuhnya, ketika kebutuhan ini tidak terpenuhi maka harus dipenuhi. Kebutuhan ini adalah sesuatu yang dapat dipenuhi dengan menggunakan bakat dan kemampuan (Masrurroh, 2021: 55). Manusia tidak bisa lepas dari berbagai kebutuhan demikian pula dengan sikap dan karakter, setiap manusia harus berjuang untuk mencapai tujuan. Maslow mengatakan bahwa perilaku setiap manusia dilihat dari tingkah lakunya.

Novel merupakan suatu karya sastra yang membahas kisah kehidupan ditulis diri sendiri maupun orang lain kejadian nyata ataupun imajinasi (Sri dan Sulastriningsih, 2021: 15). Salah satu novel yang bercerita tentang kehidupan adalah novel "*Represi*" yang disusun oleh Fakhrisina Amalia dan dibukukan tahun 2018. Novel ini merupakan salah satu novel yang membahas Tokoh Anna dalam menjalani kehidupannya dan permasalahan hidup dan proses aktualisasi. Dalam novel ini terdapat banyak permasalahan di hidupnya. Anna adalah seorang tokoh utama yang diceritakan dalam novel ini, Anna yang berusaha sembuh dari rasa takut dan bersalah nya, sehingga dipertemukan dengan seorang psikolog yang akan membantunya menyelesaikan masalahnya. Tampaknya teori ini menjadi penting untuk melihat aktualisasi diri yang

terjadi pada novel "*Represi*" karya Fakhrisina Amalia dilatarbelakangi novel menarik untuk dibaca sebuah novel yang berbicara tentang psikologi dan permasalahan hidup.

Penelitian ini memiliki keterkaitan dengan penelitian (Saputri, 2022), penelitian yang berjudul "*Analisis Aspek Pemenuhan Tokoh Sukab dalam Novel Sepotong Senja untuk Pacarku Karya Seno Gumira Ajidarma (Kajian Teori Humanistik Abraham Maslow)*" yaitu hierarki kebutuhan Maslow yang dialami pada tokoh Sukab meliputi: (kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan rasa cinta dan memiliki, kebutuhan rasa harga diri, kebutuhan aktualisasi diri tokoh Sukab. Berbeda dengan penelitian tersebut, penelitian focus pada "*Aktualisasi Diri Tokoh Utama dalam Novel Represi Karya Fakhrisina Amalia Kajian Psikologi Sastra*" yang secara detail mengenai karakteristik aktualisasi diri pada tokoh utama.

KERANGKA TEORITIK

Psikologi Sastra

Secara umum, psikologi dan sastra adalah dua hal tidak dapat dipisahkan, baik secara langsung maupun secara tidak langsung, erat kaitannya dari segi fungsional. Psikologi dan sastra memiliki keterkaitan di kehidupan. Selanjutnya, Menurut (Mudore & Alliana, 2020: 142) psikologi adalah sebuah ilmu yang membahas tentang perilaku sedangkan psikologi sastra merupakan ilmu membahas peristiwa kehidupan manusia yang mengasumsikan unsur psikologis. Psikologi sastra adalah hasil pemikiran dari penulis yang diuraikan dalam bentuk karya tidak terlepas dari kata tingkah laku serta perilaku (Melati et al., 2019: 231)

Berdasarkan hal tersebut dijabarkan karya yang memandang manusia dari psikologis melalui tindakan dan perilaku disebut psikologi sastra. Adanya psikologi bisa menggambarkan karakter dan gambaran dari setiap manusia di dalam kehidupannya. Disisi lain psikologi sastra dipandang sebagai ilmu yang menggambarkan potret jiwa manusia. Sebagai ilmu pengetahuan yang masih dalam wilayah humaniora juga bermanfaat di kehidupan masyarakat, diantaranya psikologi sebagai ilmu pengetahuan, psikologi dapat memberikan jawaban atas kondisi psikologis yang sedang dialami oleh manusia berkaitan dengan kesehatan mental.

Psikologi Humanistik Abraham Maslow

Pemikiran Abraham Maslow disebut dengan psikologi humanistik, karena berkaitan dengan perilaku manusia. Psikologi humanistik juga disebut dengan psikologi manusia yaitu pendekatan untuk menggambarkan pengalaman perilaku manusia yang berfokus pada aktualisasi diri seseorang ('Adziima, 2022: 86). Maslow menyatakan bahwa manusia memandang perubahan kebutuhan manusia sebagai hirarki kebutuhan. Setiap tingkat kebutuhan hanya dapat dipenuhi jika tingkat kebutuhan sebelumnya telah terpenuhi. Tingkat kebutuhan mengikat, artinya kebutuhan tingkat rendah harus relatif terpenuhi sebelum kebutuhan lebih tinggi. (Alwisol, 2009: 201). Maslow membagi kebutuhan ke dalam beberapa jenjang sebagai berikut:

1. Kebutuhan Fisiologis

Kebutuhan mendasar disebut kebutuhan fisiologis berkaitan kesejahteraan hidup manusia. Kebutuhan fisiologis harus terpenuhi sebelum kebutuhan selanjutnya dan bersifat mendesak Rostanawa (dalam Rihanah & Setyorini, 2022: 5). Kebutuhan ini mendasar karena berkaitan dengan kebutuhan pokok setiap manusia (Fauzi, 2019: 95). Pendapat selanjutnya, Menurut (Mudore & Alliana, 2020: 13) kebutuhan fisiologis adalah kebutuhan mendasar dan utama seperti minum, makan, istirahat, tempat tinggal, seks dan pakaian.

2. Kebutuhan Rasa Aman

Kebutuhan keamanan muncul sejak masih kecil, berteriak, menangis, ketakutan, dan dikasari suatu bentuk menandakan kita sedang tidak baik baik saja (Alwisol, 2009: 204). kebutuhan rasa aman adalah suatu kebutuhan manusia harus memiliki rasa aman, perlindungan serta adanya kebebasan. Kebutuhan rasa aman sejak kecil sudah kita perlukan dikarenakan setiap manusia ingin dirinya aman, baik merasa aman di dalam lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat. Kebutuhan yang mendorong untuk memperoleh kenyamanan serta rasa aman di lingkungannya, setiap manusia dikatakan akan merasa aman apabila aman dari gangguan dan situasi yang membuatnya terancam atau hal yang berbahaya.

3. Kebutuhan akan Harga Diri

Selanjutnya, manusia membutuhkan seseorang selain dirinya sendiri yaitu dicintai dan disayangi. Setiap manusia tentunya membutuhkan yang namanya rasa cinta ke orang lain supaya bisa dimengerti dan dipahami. Maslow (Mudore & Alliana, 2020: 143) menyatakan setiap individu yang saling menyatukan perasaan saling mengasihi, saling mencintai, dan menyayangi adalah salah satu bentuk dari rasa cinta, tanpa cinta dapat menimbulkan kekosongan dan kesepian. kebutuhan rasa cinta dan memiliki merupakan suatu kebutuhan wajar dimiliki oleh setiap individu dikarenakan setiap manusia memiliki perasaan dan rasa cinta kepada sesama makhluk sosial. Kebutuhan ini menekankan bahwa seseorang perlu adanya cinta, orang merasa lebih bermakna dengan adanya rasa cinta, baik itu cinta kepada keluarga, sahabat, teman, maupun pasangan.

4. Kebutuhan akan Cinta dan Memiliki

Kebutuhan penghargaan menurut Abraham Maslow (dalam (Jumiati et al., 2022 162) terdapat dua jenis kebutuhan penghargaan diri sendiri seperti: percaya diri pada diri sendiri. Sedangkan kebutuhan penghargaan orang lain seperti: dihargai, diterima, dan diakui. Setiap manusia tentunya memiliki kebutuhan atau keinginan untuk harga diri, memiliki dasar yang kuat, dan biasanya memiliki kualitas harga diri atau harga diri yang tinggi dan rasa hormat terhadap orang lain.

5. Kebutuhan Aktualisasi Diri

Kebutuhan tingkat yang paling tertinggi adalah kebutuhan aktualisasi diri. Aktualisasi dianggap sebagai kepuasan tersendiri (Wardani et al., 2022: 288). Pendapat selanjutnya, menurut (Masrurroh, 2021: 55) kebutuhan aktualisasi diri merupakan keinginan untuk mewujudkan kemampuan penuh seseorang.

Kebutuhan ini dipandang sebagai keinginan manusia untuk sepenuhnya menjadi diri sendiri, berdasarkan kemampuan masing masing. Aktualisasi diri merupakan keinginan kepuasan diri sendiri untuk mencapai potensi penuh seseorang. Jika tidak terpenuhi, kebutuhan aktualisasi akan terus mendesak untuk dipenuhi, begitu sebaliknya ketika kebutuhan terpenuhi, kebutuhan lain juga akan dicari, sehingga setiap orang berusaha memenuhi kebutuhan kecukupan mereka sebaik mungkin. Maslow mengemukakan dua jalur untuk mencapai aktualisasi diri yaitu:

a. Pengembangan Diri

Pengembangan diri atau jalur belajar adalah mengembangkan diri secara optimal pada semua tingkat kebutuhan hiraerki (kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan rasa cinta dan memiliki, kebutuhan akan harga diri, dan kebutuhan aktualisasi diri).

b. Pengalaman Puncak

Maslow menemukan dalam penelitiannya bahwa banyak orang yang mencapai aktualisasi diri ternyata mengalami pengalaman puncak. Pengalaman puncak adalah suatu pengalaman mistik mengenai perasaan dan sensasi yang mendalam, psikologik, dan fisiologik. Pengalaman puncak dapat mengubah seseorang menjadi merasa lebih harmoni dengan dunia, pemahaman dan pandangannya menjadi luas. Menurut Abraham Maslow (dalam Sinaga et al., 2018: 48) ada beberapa karakteristik yang menunjukkan seseorang mencapai aktualisasi diri sebagai berikut:

1) Mampu Melihat Realitas Secara Efisien

Pribadi yang teraktualisasi diri adalah orang yang mampu melihat realitas secara efisien. Sifat ini akan membuat seseorang mampu mengenali kepalsuan, kebohongan, dan kecurangan yang dilakukan oleh orang lain, serta mampu menganalisis secara kritis, logis, dan mendalam terhadap pada fenomena alam dan kehidupan.

2) Penerimaan terhadap Diri Sendiri dan Orang Lain apa Adanya

Sikap ini akan menghasilkan toleransi yang tinggi terhadap orang lain serta kesabaran dalam menerima diri sendiri dan orang lain. Orang yang telah mengaktualisasikan dirinya akan melihat orang lain seperti melihat dirinya sendiri yang penuh dengan kekurangan dan kelebihan. Dalam hal ini, akan membuka diri terhadap kritikan, saran, atau nasihat orang terhadap dirinya.

3) Spontanitas, Kesederhanaan, dan Kewajaran

Seseorang yang telah mengaktualisasikan diri dengan benar ditandai dengan segala tindakan, perilaku, dan gagasannya yang dilakukan secara spontan, wajar, dan tidak dibuat buat. Perilaku ini akan melahirkan sikap lapang dada terhadap apa yang menjadi kebiasaan masyarakat disekitarnya asalkan tidak bertentangan dengan prinsip yang diyakini.

4) Terpusat pada Persoalan

Seseorang yang telah mengaktualisasikan diri merasa bahwa segala pikiran, perilaku, dan gagasannya bukan persoalan yang dihadapi secara egois untuk kepentingan pribadi, melainkan terpusat pada persoalan yang dihadapi manusia.

5) Membutuhkan Kesendirian

Seseorang yang telah mengaktualisasikan diri cenderung memisahkan diri. Sikap dan perilaku ini didasarkan atas persepsinya mengenai sesuatu yang dianggap benar, tetapi tidak bersikap egois. Sikap yang demikian, membuat tenang dan logis dalam menghadapi masalah. Sikap memisahkan diri ini terwujud dalam otonomi pengambilan keputusan. Pengambilan keputusan yang diambil tidak dipengaruhi orang lain dan bertanggung jawab atas kebijakan yang diambilnya.

6) Otonomi: Kemandirian terhadap Kebudayaan dan Lingkungan

Seseorang yang teraktualisasi dapat memenuhi kebutuhannya tanpa bergantung pada orang lain atau lingkungan (situasi dan kondisi) yang mengelilinginya. Kemandirian ini menunjukkan ketahanan terhadap berbagai persoalan.

7) Kesegaran dan Apresiasi yang Berkelanjutan

Karakteristik ini merupakan manifestasi bentuk dari rasa syukur atas segala potensi yang dimiliki orang yang mampu mengaktualisasikan diri. Selain itu seseorang akan diselimuti perasaan senang, kagum, tidak bosan terhadap apa yang dimiliki. Walaupun hal yang dimiliki biasa biasa saja.

8) Kesadaran Sosial

Seseorang yang teraktualisasi diri memiliki jiwa yang meliputi oleh perasaan simpati, empati, kasih sayang, dan ingin membantu orang lain. Perasaan tersebut ada walaupun orang lain bersikap dan berperilaku jahat terhadap dirinya. Dorongan itu akan memunculkan kesadaran sosial, seseorang memiliki rasa untuk bermasyarakat dan menolong orang lain.

9) Hubungan Interpersonal

Seseorang yang mampu mengaktualisasikan diri mempunyai kecenderungan untuk menjalin hubungan yang baik dengan orang lain. Hubungan interpersonal dilandasi oleh perasaan cinta, kasih sayang, dan kesabaran.

10) Demokratis

Seseorang yang mampu mengaktualisasikan diri dapat menjalin hubungan yang baik dengan siapa pun. Dalam pertemanan, seseorang tidak mempermasalahkan budaya, ras, golongan, dan agama yang ada di sekitarnya.

11) Rasa Humor yang Bermakna dan Etis

Rasa humor orang yang mengaktualisasi diri berbeda dengan humor kebanyakan orang. Seseorang tidak akan tertawa terhadap humor yang menghina, merendahkan, bahkan menjelekkan orang lain. Humor yang mengaktualisasikan diri bukan saja menimbulkan tertawa, tetapi sarat dibatasi lingkungan maupun orang lain.

12) Kreativitas

Sikap kreativitas adalah karakteristik lain yang dimiliki oleh orang yang mengaktualisasikan diri. Kreativitas diwujudkan dalam kemampuannya melakukan inovasi-inovasi yang spontan, asli, dan tidak dibatasi lingkungan maupun orang lain. Kreativitas ini tanpa tendensi atau pengaruh dari mana pun dan siapa pun.

13) Independensi

Seseorang yang mengaktualisasi diri mampu mempertahankan pendirian dan keputusan- keputusan yang seseorang ambil. Tidak goyah atau terpengaruh oleh berbagai guncangan ataupun pendapat orang lain.

14) Pengalaman Puncak

Orang yang mampu mengaktualisasikan diri akan memiliki perasaan yang menyatu dengan alam. seseorang akan bersifat jujur, ikhlas, bersahaja, tulus hati, alami, dan terbuka. Konsekuensinya, seseorang akan bersyukur kepada tuhan, orang lain, alam, dan segala sesuatu yang menyebabkan keberuntungan hidupnya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif bersifat deskriptif, karena tidak dapat diukur dengan angka tetapi menganalisis, mengkaji, mengidentifikasi serta mendeskripsikan teks atau bacaan. Fokus penelitian ini adalah aktualisasi diri dalam novel *Represi* karya Fakhrisina Amalia. Data dalam penelitian ini berupa kutipan dan kalimat yang menggambarkan aktualisasi diri dalam novel *Represi* karya Fakhrisina Amalia. Sumber data dalam penelitian ini adalah Novel *Represi* karya Fakhrisina Amalia yang terbit 2018 dan diterbitkan oleh PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta, dengan ketebalan 257 halaman. Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan teknik studi pustaka berupa teknik dokumentasi, teknik baca, dan teknik catat. Teknik analisis data penelitian kualitatif terdiri dari (a) reduksi data, (b) penyajian data, dan (c) kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN**Hasil**

Aktualisasi diri dipandang sebagai kebutuhan yang tertinggi dari suatu kebutuhan hiraerki. Manusia mempunyai potensi dasar jalur perkembangan untuk mencapai proses aktualisasi diri. Beberapa karakteristik yang menunjukkan seseorang mencapai aktualisasi diri sebagai berikut.

a. Mampu Melihat Realitas secara Efisien

Pribadi yang teraktualisasi diri adalah orang yang mampu melihat realitas secara efisien. Sifat ini akan membuat seseorang mampu mengenali kepalsuan, kebohongan, dan kecurangan yang dilakukan oleh orang lain.

[Data 1]

Butuh waktu lebih lama kalau harus berangkat kuliah dari rumah, "Sky pernah menjawab seperti itu ketika Anna bertanya." *Lagi pula aku kan tiap akhir pekan pulang kerumah.* Saat itu, Anna menyadari ada sesuatu yang janggal. Sejak bersama gadis itu, akhir pekan Sky hampir selalu dihabiskan dengannya. Selama bersamanya, Sky tidak pernah sekalipun bilang akan pulang ke rumah (*Represi*, 2018: 138).

Pada kutipan data di atas mampu melihat realitas secara efisien, tokoh Anna mampu mengenali kebohongan yang ditunjukkan kepadanya, Sky mengatakan *Lagi pula aku*

kan tiap akhir pekan pulang kerumah, padahal realitanya Sejak bersama gadis itu, akhir pekan Sky hampir selalu dihabiskan dengannya.

b. Penerimaan Terhadap Diri Sendiri dan Orang Lain Apa Adanya

Sikap ini akan menghasilkan toleransi yang tinggi terhadap orang lain serta kesabaran dalam menerima diri sendiri dan orang lain. Orang yang telah mengaktualisasikan dirinya akan melihat orang lain seperti melihat dirinya sendiri yang penuh dengan kekurangan dan kelebihan.

[Data 2]

Untuk pertama kalinya Anna tidak merasa menghadapi ini sendirian, dan untuk pertama kalinya Anna merasa takut dengan pikirannya tentang kematian (Represi 2018: 35).

Pada kutipan data di atas penerimaan terhadap diri sendiri terbukti pada kutipan *Untuk pertama kalinya Anna tidak merasa menghadapi ini sendirian, dan untuk pertama kalinya Anna merasa takut dengan pikirannya tentang kematian* hasil ini menunjukkan tokoh Anna mulai menerima keadaannya dan mulai takut untuk bunuh diri atau kematian.

c. Spontanitas, Kesederhanaan, dan Kewajaran

Seseorang yang telah mengaktualisasikan diri dengan benar ditandai dengan segala tindakan, perilaku, dan gagasannya yang dilakukan secara spontan, wajar, dan tidak dibuat buat. Perilaku ini akan melahirkan sikap lapang dada terhadap apa yang menjadi kebiasaan masyarakat disekitarnya asalkan tidak bertentangan dengan prinsip yang diyakini.

[Data 3]

Ibu sudah ngak ngotot seperti dulu kalau pilihan saya dan pilihan ibu berbeda. Meski, ya sesekali ada hal yang masih membuat kami bertengkar. "Oh ya? Contohnya apa?" *pertanyaan Nabila membuat Anna spontan teringat peristiwa saat dia dan ibu kembali bertengkar (Represi, 2018: 28).*

Pada kutipan data di atas spontanitas terbukti pada kutipan *pertanyaan Nabila membuat Anna spontan teringat peristiwa saat dia dan ibu kembali bertengkar* hal ini menunjukkan tokoh Anna spontan mengingat secara tiba tiba peristiwa atau kejadian yang dialaminya bersama ibunya.

d. Terpusat pada Persoalan

Seseorang yang telah mengaktualisasikan diri merasa bahwa segala pikiran, perilaku, dan gagasannya bukan persoalan yang dihadapi secara egois untuk kepentingan pribadi, melainkan terpusat pada persoalan yang dihadapi manusia.

[Data 4]

"Aku cemburu" kata Sky, tanpa menjawab pertanyaan Anna. Pemuda itu meletakkan ponselnya ke meja di depan mereka. *"aku cemburu. Aku nggak suka lihat kamu akrab sama Saka."* Anna tidak menduga topik itu tiba tiba dibahas oleh Sky. Rasanya sudah tidak terhitung berapa kali Sky dan Saka bertemu. Seharusnya Sky tahu Saka itu sahabatnya (Represi, 2018: 89).

Pada kutipan data di atas persoalan yang terjadi pada tokoh Anna diminta menjauhi Saka, meski dalam keadaan ini tidak seharusnya Sky tahu bahwa Saka adalah sahabatnya.

e. Membutuhkan Kesendirian

Seseorang yang telah mengaktualisasikan diri cenderung memisahkan diri. Sikap dan perilaku ini didasarkan atas persepsinya mengenai sesuatu yang dianggap benar, tetapi tidak bersikap egois. Sikap memisahkan diri ini terwujud dalam otonomi pengambilan keputusan.

[Data 5]

Ketika saya ingin kuliah jurusan desain komunikasi visual karena saya suka menggambar (Represi, 2018: 27).

Pada kutipan data di atas pengambilan keputusan pada tokoh Anna Terbukti pada kutipan *Ketika saya ingin kuliah jurusan desain komunikasi visual karena saya suka menggambar*, salah satu alasan Anna mengambil jurusan desain komunikasi visual karena Anna suka suka menggambar.

f. Otonomi Kemandirian Terhadap Kebudayaan dan Lingkungan

Seseorang yang teraktualisasi dapat memenuhi kebutuhannya tanpa bergantung pada orang lain atau lingkungan (situasi dan kondisi) yang mengelilinginya. Kemandirian ini menunjukkan ketahanan terhadap berbagai persoalan yang mengguncang.

[Data 6]

Oh Anna mengganggu meski tahu Sky tidak bisa melihatnya."ya udah, kalau gitu nanti aku pergi sendiri aja" (Represi, 2018: 126).

Pada kutipan data di atas kemandirian terhadap tokoh Anna terbukti pada kutipan ."ya udah, kalau gitu nanti aku pergi sendiri aja" dalam hal ini meskipun tidak bisa diantar oleh Sky, namun Anna masih bisa pergi sendiri tanpa menyusahkan orang lain, melalui tindakan tokoh Anna mandiri.

g. Kesegaran dan Apresiasi yang Berkelanjutan

Selanjutnya, karakteristik ini merupakan manifestasi bentuk dari rasa syukur atas segala potensi yang dimiliki orang yang mampu mengaktualisasikan diri. Selain itu seseorang akan diselimuti perasaan senang, kagum, tidak bosan terhadap apa yang dimiliki. Walaupun hal yang dimiliki biasa biasa saja.

[Data 7]

Saya nggak tahu itu pilihan terbaik atau terburuk, tapi *saya bahagia menjalani pilihan saya*. Mungkin itu adalah pilihan yang baik, sahut Anna kemudian (Represi, 2018: 28)

Pada kutipan data di atas kesegaran dan apresiasi yang berkelanjutan terbukti pada kutipan *saya bahagia menjalani pilihan saya*, tokoh Anna digambarkan bahagia dalam menjalani pilihannya.

h. Kesadaran Sosial

Seseorang yang teraktualisasi diri memiliki jiwa yang meliputi oleh perasaan simpati, empati, kasih sayang, dan ingin membantu orang lain. Dorongan itu akan

memunculkan kesadaran sosial, seseorang memiliki rasa untuk bermasyarakat dan menolong orang lain.

[Data 8]

Karena iba, Anna memanggil. Lampu merah masih lama. *Gadis itu pun menanyakan harga, membeli Koran, kemudian membiarkan kakek itu mengambil kembaliannya.* "terima kasih" kata kakek itu. Begitu tulus, begitu penuh dengan rasa syukur, padahal kembalian yang Anna berikan tidak lebih dari lima ribu perak (Represi, 2018: 230)

Pada kutipan data di atas kesadaran sosial, tokoh Anna memiliki kesadaran sosial kepada orang yang ditemuinya yaitu seorang kakek yang ada di lampu merah pada kutipan *Gadis itu pun menanyakan harga, membeli Koran, kemudian membiarkan kakek itu mengambil kembaliannya.* Kakek dengan tubuh kurus dan ringkih yang telah dibantu oleh tokoh Anna.

i. Hubungan Interpersonal

Seseorang yang mampu mengaktualisasikan diri mempunyai kecenderungan untuk menjalin hubungan yang baik dengan orang lain. Hubungan interpersonal dilandasi oleh perasaan cinta, kasih sayang, dan kesabaran.

[Data 9]

Ulang tahun kedelapan belas *Anna rayakan bersama dengan pajamas party dan membakar jagung di teras belakang rumah bersama para sahabatnya.* Ibu membuatkan tumpeng komplit untuk makan malam. Ouji dan Saka memasang lampu kecil yang biasa digunakan untuk pohon natal dan balon di tiang tiang teras. Hani dan Nika membawakan mahkota dan selempang bertuliskan birthday girl untuk dipakai Anna. (Represi, 2018: 67).

Pada kutipan data di atas hubungan interpersonal yaitu tokoh Anna mempunyai kecenderungan hubungan yang baik dengan orang lain yaitu para sahabatnya pada kutipan *Anna rayakan bersama dengan pajamas party dan membakar jagung di teras belakang rumah bersama para sahabatnya* dalam hal ini Ouji, Saka, Hani, dan Nika adalah sahabat Anna yang datang ke rumah Anna berniat untuk merayakan pesta ulang tahun.

j. Demokratis

Seseorang yang mampu mengaktualisasikan diri dapat menjalin hubungan yang baik dengan siapa pun. Sikap demokratis adalah perilaku seseorang yang dapat menerima perilaku orang lain tanpa tekanan dari pihak manapun. dalam pertemanan, seseorang tidak mempermasalahkan budaya, ras, golongan, dan agama yang ada di sekitarnya.

[Data 10]

Obrolan seputar sekolah berubah menjadi obrolan tentang diri masing masing dan mereka jadi lebih mengenal satu sama lain. *Nika yang keras kepala tapi paling sensitif dan peduli, Hani yang lembut dan sabar, Ouji yang selalu sok ganteng dan playboy tapi selalu lebih memilih dan mendahulukan kepentingan teman-teman ketimbang pacar, serta Saka yang tidak terlalu banyak bicara tapi paling dewasa*

di antara mereka. Pertemanan mereka semakin dekat ketika akhirnya mereka berkuliah di universitas yang sama karena Ouji dan Nika waktu itu tidak lulus di universitas lain (*Represi*, 2018: 46).

Pada kutipan data di atas demokratis tokoh Anna tidak memperlakukan watak dan sikap pada orang disekitarnya. Anna dapat berbaur dengan Hani, Saka, Ouji, dan Nika meskipun sikap dan perilakunya berbeda beda.

k. Rasa Humor yang Bermakna dan Etis

Rasa humor orang yang mengaktualisasi diri berbeda dengan humor kebanyakan orang. Seseorang tidak akan tertawa terhadap humor yang menghina, merendahkan, bahkan menjelekkan orang lain. Humor yang mengaktualisasikan diri bukan saja menimbulkan tertawa, tetapi sarat dengan makna dan nilai pendidikan.

[Data 11]

Hani, Nika, dan Anna yang sama sama menunggu pesanan siomay *mereka tiba serempak tertawa*. "memangnya" hari ini dapat apaan lagi, ka? Tanya Nika sambil mengaduk es the manis. "surat", sahut Ouji penuh bakso. "warna pink, kertasnya wangi, ada cap bibirnya pula." "Hah" Hani melongo, lalu tertawa kencang. "makanya ka, punya pacar kayak Ouji, biar nggak digangguin terus" (*Represi*, 2018: 66)

Pada kutipan data di atas menggambarkan humor bermakna, candaan yang dilakukan tokoh tidak bermaksud menghina. Lebih dari itu, dengan candaannya tokoh utama bisa mendekatkan diri kepada tokoh lainnya.

l. Kreativitas

Sikap kreativitas adalah karakteristik lain yang dimiliki oleh orang yang mengaktualisasikan diri. Kreativitas diwujudkan dalam kemampuannya melakukan hal yang baru.

[Data 12]

Untuk pertama kalinya Anna tidak merasa menghadapi ini sendirian, dan untuk pertama kalinya Anna merasa takut dengan pikirannya tentang kematian (*Represi* 2018: 35).

Pada kutipan data di atas menggambarkan tokoh Anna mulai merasa tidak sendiri lagi dan mulai berpikir akan hal yang baru dalam hidupnya. dalam hal ini Anna mengalami perubahan dan merasa takut akan kematian.

m. Independensi

Seseorang yang mengaktualisasi diri mampu mempertahankan pendirian dan keputusan- keputusan yang seseorang ambil. Tidak goyah atau terpengaruh oleh berbagai guncangan ataupun pendapat orang lain.

[Data 13]

Anna masih ingat ketika akhirnya orang tuanya setuju, mereka berkata, "tapi kami nggak tanggung jawab kalau pilihan kamu ternyata bukan pilihan terbaik ya, Anna" (*Represi*, 2018: 27).

[Data 14]

Saya nggak tahu itu pilihan terbaik atau terburuk, tapi saya bahagia menjalani pilihan saya. Mungkin itu adalah pilihan yang baik, "sahut Anna kemudian" (Represi, 2018: 27).

Pada kutipan data di atas independensi hal ini menunjukkan tokoh Anna jurusan mampu mempertahankan pendirian dan berani mengambil keputusan, terbukti pada *Anna masih ingat ketika akhirnya orang tuanya setuju, mereka berkata, "tapi kami nggak tanggung jawab kalau pilihan kamu ternyata bukan pilihan terbaik ya, Anna"* dalam hal ini tokoh Anna berani mengambil keputusan. *Saya nggak tahu itu pilihan terbaik atau terburuk, tapi saya bahagia menjalani pilihan saya* pada kutipan tersebut merupakan kutipan yang menggambarkan Anna mampu mempertahankan pendirian.

n. Pengalaman Puncak
Orang yang mampu mengaktualisasikan diri akan memiliki perasaan yang menyatu dengan alam dan lingkungan. Orang yang mampu mengaktualisasikan diri terbebas dari sekat-sekat berupa suku, bahasa, agama, ketakutan, keraguan, dan lain-lain. Oleh karena itu, seseorang akan bersifat jujur, ikhlas, bersahaja, tulus hati, alami, dan terbuka.

[Data 15]

Pelan pelan, Anna merasa bahwa dia diterima, di ruangan bernuansa coklat yang awalnya dia benci ini, Nabila menerimanya sebagai dirinya sendiri. Bukan sebagai orang yang pernah mencoba bunuh diri, atau yang akan berusaha bunuh lagi. *Dengan seluruh penerimaan yang Anna rasakan, bagian dirinya menutup perlahan membuka, kemudian Anna pun bercerita (Represi, 2018: 26).*

Pada kutipan data di atas pengalaman puncak terbukti pada kutipan *Dengan seluruh penerimaan yang Anna rasakan, bagian dirinya menutup perlahan membuka, kemudian Anna pun bercerita* dalam hal ini menunjukkan bahwa tokoh Anna mulai jujur dan terbuka kepada Nabila serta menceritakan semuanya yang dia alami.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis penelitian aspek psikologis tokoh Anna pada novel "Represi" karya Fakhrisina Amalia, Aktualisasi dipandang sebagai keinginan manusia untuk sepenuhnya menjadi diri sendiri. Setiap orang berusaha agar kebutuhan mereka terpenuhi dan keinginan untuk mengeluarkan potensi secara maksimal. Aktualisasi diri pada tokoh Anna meliputi mampu melihat realitas secara efisien, penerimaan terhadap diri sendiri dan orang lain apa adanya, spontanitas, kesederhanaan, dan kewajaran, terpusat pada persoalan, membutuhkan kesendirian, otonomi kemandirian terhadap budaya dan lingkungan, kesegaran dan apresiasi yang berkelanjutan, kesadaran sosial, hubungan interpersonal, demokratis, rasa humor yang bermakna dan etis, kreativitas, independensi dan adanya pengalaman puncak.

DAFTAR PUSTAKA

'Adziima, M. F. (2022). Psikologi Humanistik Abraham Maslow. *Jurnal Tana Mana*, 2(2), 86–93.

- Alwisol. 2009. Psikologi Kepribadian. Malang. UMM Press.
- Amalia Fakhrisina. 2018. *Represi*. Jakarta: Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama.
- Jumiati, J., Sapiin, H., & Qodri, M. S. (2022). Analisis Psikologis Tokoh Utama dalam Novel "Tuhan, Izinkan Aku Menjadi Pelacur" Karya Muhidin M. Dahlan Tinjauan Psikologi Humanistik Abraham Maslow. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 7(3b), 1620–1626.
- Margianti, F., Istiqomah, S. S., & Irma, C. N. (2021). Analisis Psikologi Kepribadian Tokoh Utama Dalam Novel Malik Dan Elsa Karya Boy Candra. *Jurnal Edukasi Khatulistiwa: Pembelajaran Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 4(1), 1.
- Masrurroh, N. (2021). Analisis Kepribadian Tokoh Utama Dalam Novel Genduk Karya Sundari Mardjuki (Kajian Psikologi Sastra). *Edu-Kata*, 7(1), 49–58.
- Melati, T. S., Warisma, P., Ismayani, M., & Siliwangi, I. (2019). Analisi Konflik Tokoh Dalam Novel Rindu Karya Tere Liye Berdasarkan Pendekatan Psikologi Sastra. *Parole (Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia)*, 2(2), 229–238.
- Mudore, S. B., & Alliana, H. (2020). Hirarki Kebutuhan Tokoh Khalil dalam Cerpen "As-Sabiyy al-A'raj" karya Taufiq Yusuf 'Awwād (Kajian Psikologi Humanistik Abraham Maslow)/The Hierarchy of Needs *Diwan: Jurnal Bahasa Dan Sastra Arab*, 6(2).
- Rihanah, A., & Setyorini, R. (2022). Pemenuhan kebutuhan bertingkat tokoh utama dalam novel. *DIALEKTIKA Pendidikan Bahasa Indonesia*, 2(1), 1–17.
- Saputri, L. F. (2022). Analisis Aspek Pemenuhan Tokoh Sukab dalam Novel Sepotong Senja Untuk Pacarku Karya Seno Gumira Ajidarma (Kajian Teori Humanistik Abraham MASlow). *Matapena: Jurnal Keilmuan Bahasa, Sastra, Dan Pengajarannya*, 5.
- Sinaga, N., Zuriyati, Z., & Attas, S. G. (2018). Aktualisasi Diri Tokoh Utama Novel Balada Si Roy Karya Gol a Gong. *Kandai*, 14(1), 45.
- Sri dan Sulastriningsih. (2021). Aspek Kepribadian Tokoh Novel Cinta dalam Diam Karya Shineeminka Kajian Psikologi Humanistik. *Jurnal Titik Dua*, 1(1), 16.
- Wardani, F. Z. F., Murnivianti, L., & Armariena, D. N. (2022). Kepribadian dan Aktualisasi Diri Tokoh Utama dalam Novel The Mindnight Library karya Matt Haight: Teori Psikologi Humanistik Abraham Maslow. *ANTHOR Education and Learning Journal*, 1(September), 285–290.