



## **KEPERLUAN DIRI TOKOH UTAMA DALAM NOVEL TRAUMA KARYA BOY CANDRA: KAJIAN PSIKOLOGI HUMANISTIK ABRAHAM MASLOW**

### **THE NEEDS OF THE MAIN CHARACTER IN BOY CANDRA'S NOVEL TRAUMA: A STUDY OF ABRAHAM MASLOW'S HUMANISTIC PSYCHOLOGY**

**Binawati Dwi Martiningtyas<sup>1\*</sup>, Mukhzamilah<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>. Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia  
Email: binawati.22075@mhs.unesa.ac.id

---

#### **ARTICLE INFO**

##### **Article history:**

Received October 27, 2025  
Revised December 10, 2025  
Accepted January 10, 2026  
Available online January 15, 2026

##### **Kata Kunci:**

Psikologi sastra, Psikologi humanistik, Abraham Maslow, Novel *Trauma*, Boy Candra

##### **Keywords:**

Literary psychology, Humanistic psychology, Abraham Maslow, Trauma novel, Boy Candra

---

#### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan keperluan diri tokoh utama dalam novel *Trauma* karya Boy Candra berdasarkan teori keperluan Abraham Maslow yang terdiri atas lima tingkatan. Selain itu, juga mendeskripsikan dampak psikologis yang muncul akibat tidak terpenuhinya sebagian keperluan tersebut dalam diri tokoh utama. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan psikologi sastra. Data yang dikumpulkan berupa dialog tokoh dalam novel *Trauma*. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan teknik baca dan catat, sedangkan analisis data menggunakan model analisis data induktif. Dalam penelitian ini validasi data dilakukan pakar sastra. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh Kimara, hanya dua keperluan yang terpenuhi dengan baik, yaitu keperluan fisiologis dan keperluan harga diri. Sedangkan tiga keperluan lainnya tidak terpenuhi secara optimal sehingga berdampak pada kondisi mental tokoh Kimara.

#### **ABSTRACT**

*This study aims to describe the main character's needs in Boy Candra's novel *Trauma* based on Abraham Maslow's five-level theory of needs. In addition, it also describes the psychological impact that arises from the unfulfillment of some of these needs in the main character. This study uses a qualitative descriptive method with a literary psychology approach. The data collected consists of the characters' dialogues in the novel *Trauma*. Data collection was conducted using the read and note technique, while data analysis used an inductive data analysis model. In this study, data validation was carried out by literary experts. The results show that only two of Kimara's needs were well fulfilled, namely physiological needs and self-esteem needs. Meanwhile, the other three needs were not optimally fulfilled, thus impacting Kimara's mental condition.*

## **PENDAHULUAN**

Karya sastra pada hakikatnya merupakan hasil karangan manusia yang menggambarkan pengalaman hidup, pemikiran, dan gagasan sebagai bentuk realitas kehidupan dalam balutan estetika bahasa. Kehidupan manusia tentu mengalami banyak problematika yang biasanya tercermin dalam karya sastra. (Indarti, dkk 2018:2). Menurut Nurgiyantoro (2002: 336), karya sastra ialah karya yang ditulis yang berfungsi untuk menghibur, serta memberikan kenikmatan secara emosional dan intelektual. Melalui karya sastra, pengarang menuangkan ekspresi batin dan interpretasi terhadap dunia secara eksplisit maupun implisit. Salah satu bentuk karya sastra yang menonjol dalam mengangkat kompleksitas kehidupan manusia adalah novel. Novel memiliki struktur naratif yang panjang dan mendalam, sehingga memungkinkan pembaca untuk memahami dinamika batin tokoh secara lebih utuh.

Secara lebih luas, novel sebagai bentuk karya sastra tidak hanya menyajikan cerita imajinatif, melainkan juga mencerminkan persoalan kehidupan masyarakat. Novel berarti karya sastra yang pembahasannya lebih

kompleks dibandingkan dengan cerpen (Kosasih, 2008:54). Sebagai bagian dari karya sastra, novel memiliki kekuatan untuk menyampaikan nilai-nilai dan menjadi salah satu bahan refleksi kehidupan sosial dan psikologis bagi pembaca.

Hal tersebut menjadikan novel sebagai objek yang relevan dalam kajian psikologis, terutama ketika tokoh dalam cerita mengalami pergolakan emosi, konflik batin, maupun perjalanan pemenuhan keperluan diri. Oleh karena itu, novel bukan hanya menjadi media untuk menyampaikan nilai dan cerita, tetapi juga sebagai cerminan kondisi psikologis manusia yang dapat dianalisis melalui pendekatan psikologi sastra.

Teori psikologi humanistik merupakan salah satu bagian dari psikologi sastra. Psikologi sastra mengkaji kondisi psikologis manusia sebagaimana tercermin dalam karya sastra (Astuti, 2020:100). Sedangkan Nafisa, (2024:49) berpendapat bahwa psikologi sastra merupakan suatu teori gabungan antara psikologi dan sastra, untuk meneliti karya sastra sesuai aspek psikologi atau kejiwaan yang ada. Psikologi humanistik juga kerap disandingkan dengan nilai humanitas (Suyatno, dkk, 2022:91). Berdasarkan ketiga pendapat, maka dapat disimpulkan bahwa psikologi sastra adalah kajian terhadap karya sastra yang menitikberatkan pada analisis unsur kejiwaan tokoh-tokohnya, baik melalui perilaku, dialog, maupun konflik batin yang terjadi. Pendekatan ini dapat membantu peneliti dalam memahami dinamika psikologis tokoh dalam karya sastra dan menghubungkannya dengan teori-teori psikologi tertentu, seperti psikologi humanistik Abraham Maslow yang berfokus pada keperluan hierarki dasar manusia hingga aktualisasi diri.

Teori keperluan Abraham Maslow dalam psikologi humanistik dapat digunakan sebagai landasan untuk memahami dinamika kepribadian tokoh Kimara dalam novel Trauma. Teori ini mengungkapkan bahwa keperluan bertingkat dalam manusia harus dipenuhi mulai dari tingkatan awal hingga akhir (Ahmadi: 2015, 85). Keperluan bertingkat yang dimaksud yakni: keperluan dasar fisiologis, keperluan rasa aman, keperluan rasa cinta dan memiliki, keperluan rasa aman, keperluan rasa harga diri, dan keperluan mengaktualisasi diri. Namun Maslow (1954:53–54) juga berpendapat bahwa sebagian besar individu berada dalam kondisi di mana keperluan dasar dan keperluan yang lebih tinggi terpenuhi secara parsial. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa penyediaan keperluan dalam perspektif psikologi humanistik tidak selalu harus berurutan secara kaku, melainkan dapat berjalan secara fleksibel sesuai dengan kondisi individu.

Novel Trauma Boy Candra merupakan sebuah karya sastra popular yang mengisahkan kehidupan Kimara, seorang penulis muda yang sukses dengan karya-karyanya. Di balik kesuksesannya, Kimara menyimpan luka batin akibat peristiwa masa lampau, terutama dampak dari hubungan dengan ayahnya. Trauma tersebut menjadikan Kimara sebagai perempuan yang skeptis terhadap laki-laki, sehingga enggan untuk membuka hati. Hal tersebut yang menjadikan kehidupan Kimara dipenuhi dengan masalah yang kompleks sehingga memengaruhi kehidupannya sehari-hari.

Kehadiran tokoh utama sangat menentukan arah dan perkembangan alur dalam novel. Tokoh utama ialah tokoh yang bersangkutan mulai dari awal hingga akhir cerita (Nurgiyantoro: 2018, 176). Hal tersebut sejalan dengan tokoh Kimara dalam novel Trauma yang ditulis oleh Boy Candra. Kimara menjadi peran sentral dalam novel tersebut, sehingga pembahasan mulai dari awal hingga akhir cerita membahas mengenai kehidupan Kimara.

Tokoh ini memiliki representasi kondisi psikologis yang kompleks, sehingga menampilkan karakter yang didominasi dengan tanda-tanda krisis emosional. Krisis emosional merupakan peristiwa psikologis dalam manusia atau tokoh yang mengalami ketidakstabilan perasaan dalam diri ketika menghadapi situasi kehidupan (Gobang, P. W., dkk: 2024). Hal ini menjadikan tokoh Kimara sangat berpotensi untuk dikaji secara psikologis.

Penulis memilih tokoh Kimara dalam novel Trauma sebagai objek penelitian untuk mengkaji psikologi humanistik dikarenakan struktur cerita yang kompleks dan peristiwa yang terjadi dalam tokoh Kimara sejak kecil. Struktur cerita dalam novel ini dirancang secara naratif, sehingga pembaca dapat mengikuti proses perkembangan psikologis tokoh utama secara bertahap.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti memilih novel Trauma sebagai bahan untuk mengkaji kehidupan tokoh Kimara melalui teori psikologi humanistik Abraham Maslow agar dapat mengkaji keperluan bertingkat yang dirasakan oleh Kimara dan bagaimana dampak dari tidak terpenuhi hierarki keperluan lainnya.

## METODE

Jenis penelitian kualitatif deskriptif digunakan pada penelitian ini. Sehingga berdasarkan pendapat Bogdan dan Biklen, data pada penelitian akan berupa kata, kalimat, atau gambar. Selanjutnya, data dikaji dalam bentuk deskriptif agar pembaca memperoleh pemahaman yang komprehensif terhadap hasil penelitian. Adapun sumber data penelitian adalah novel Trauma karya Boy Candra yang diterbitkan oleh MediaKita dengan tebal 148 halaman pada tahun 2020. Data yang dikumpulkan berupa kata, dialog secara narasi dalam novel yang berfokus pada lima hierarki Psikologi Humanistik Abraham Maslow. Penelitian ini menggunakan teknik baca dan catat sebagai metode pengumpulan data, yaitu dengan membaca sumber data secara cermat dan mencatat informasi yang relevan untuk dianalisis. Instrumen penelitian yang digunakan berupa lembar catatan data, yang berisi kolom-kolom bukti data novel, kategori hierarki keperluan manusia Abraham Maslow, serta penjelasan singkat mengenai konteks data tersebut. Selain itu, peneliti juga dapat menggunakan tabel klasifikasi data untuk mengelompokkan setiap penelitian berdasarkan lima hierarki keperluan Maslow. Sedangkan teknik analisis data dilakukan secara induktif dengan tahapan; 1) Pengumpulan data; 2) Reduksi data; 3) Penyajian dat; 4) Verifikasi data.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Peneliti menemukan bahwa Kimara mampu memenuhi keperluan fisiologis melalui aktivitas makan, minum, dan istirahat yang menandakan adanya stabilitas aspek dasar dalam kehidupannya. Begitu pula dengan keperluan harga diri yang tergambar melalui pencapaiannya sebagai penulis yang sukses dan profesional, sehingga memperoleh pengakuan sosial. Namun, keperluan

rasa aman, cinta dan memiliki, serta aktualisasi diri justru tidak terpenuhi karena adanya ketidakstabilan emosi, kehilangan figur pelindung, dan kegagalan kisah romasa dengan lawan jenis.

Penelitian ini didukung dengan 50 data yang telah dianalisis secara mendalam, meliputi: 10 data terpenuhinya keperluan fisiologis, 10 data tidak terpenuhinya keperluan cinta dan memiliki, 10 data tidak terpenuhinya keperluan rasa aman, 10 data terpenuhinya keperluan harga diri, dan 10 data tidak terpenuhinya keperluan aktualisasi diri. Berdasarkan keseluruhan hasil terdapat tiga keperluan yang tidak terpenuhi, hal tersebut memberikan dampak yang signifikan dalam kehidupan tokoh Kimara.

Dampak tersebut tergambar melalui beberapa data yang menunjukkan rasa cemas, ketidakpastian emosional, kehilangan kepercayaan dengan diri sendiri dan orang lain, serta kebingungan dalam menentukan langkah hidup. Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa pemenuhan hierarki keperluan diri Abraham Maslow memiliki peran sentral dalam membentuk keseimbangan mental dan karakter seseorang sebagaimana tergambar dalam diri tokoh Kimara.

### Pembahasan

Penelitian ini membahas mengenai hasil-hasil peneliti terkait lima hierarki keperluan diri tokoh utama dalam novel Trauma karya Boy Candra. Adapun keperluan diri tersebut adalah; keperluan fisiologis, keperluan cinta dan memiliki, keperluan rasa aman, keperluan harga diri, dan keperluan aktualisasi diri.

#### 1. Keperluan Fisiologis

Keperluan fisiologis merupakan keperluan paling dasar dalam hierarki keperluan manusia. Keperluan ini berkaitan langsung dengan aspek fisiologis yang harus dipenuhi agar manusia dapat bertahan hidup. Keperluan ini mencakup hal-hal dasar, seperti makan, minum, oksigen, tidur, dan keseimbangan tubuh. Dalam konteks psikologi humanistik, keperluan fisiologis juga memiliki implikasi terhadap kondisi kejiwaan. Individu yang tidak terpenuhi keperluan dasarnya cenderung mengalami gangguan konsentrasi, emosi, maupun perilaku. Berikut data-data keperluan fisiologis yang ditemukan dalam tokoh Kimara novel Trauma karya Boy Candra:

#### Data 1

“Suara pelayan kafe membuyarkan lamunanku. **Aku mengangguk, memberi isyarat untuk menambah satu gelas kopi lagi, seperti kopi yang kupesan sebelumnya.** Kopi hitam dan paling pahit. (Candra, 2020:5) KF.01

Pada data tersebut, tokoh Kimara digambarkan sedang memesan kopi untuk kedua kalinya di kafe. Tindakan ini menunjukkan bahwa keperluan fisiologisnya terpenuhi. Kopi, meskipun bukan keperluan pokok seperti air putih atau makanan utama, dalam konteks ini tetap

merepresentasikan keperluan biologi berupa minuman. Hal ini sejalan dengan hierarki keperluan Maslow bahwa keperluan fisiologis merupakan keperluan dasar yang harus dipenuhi manusia untuk menjaga keberlangsungan hidupnya.

#### Data 2

**"Dia memberikan sekotak cokelat dan sebotol air mineral."** (Candra, 2020:28) KF.02

Data ini menggambarkan bentuk konkret dari pemenuhan keperluan fisiologis dasar manusia setelah melakukan aktivitas fisik yang melelahkan, yakni mendaki bukit. Pemberian cokelat berfungsi sebagai sumber energi cepat karena kandungan gula dan kalorinya, sementara air mineral menjadi elemen penting untuk mengantikan cairan tubuh yang hilang. Dalam konteks hierarki Maslow, pemenuhan keperluan fisiologis ini menjadi prioritas utama sebelum individu mampu melanjutkan aktivitas atau mencapai tingkat keperluan lain yang lebih tinggi, seperti rasa aman, afiliasi, maupun penghargaan. Dengan demikian, adegan ini menegaskan bahwa perhatian kecil terhadap aspek biologis dapat memiliki dampak besar dalam menjaga keberlangsungan aktivitas dan kenyamanan seseorang.

#### Data 3

**"Setiap hari, Ibu selalu meminta sarapan bersama sebelum berangkat."** (Candra, 2020:37) KF.03

Data ini menekankan bahwa sarapan memiliki makna yang lebih dari sekadar rutinitas harian, melainkan juga sebagai bentuk pemenuhan keperluan fisiologis paling mendasar menurut hierarki Maslow. Makanan, dalam hal ini sarapan, menjadi sumber energi utama yang memungkinkan individu menjalankan aktivitas sehari-hari dengan optimal. Keperluan fisiologis seperti makan merupakan fondasi piramida keperluan manusia, sehingga jika tidak terpenuhi, akan berdampak langsung pada kemampuan fisik dan intelektual. Selain itu, rutinitas sarapan bersama yang ditekankan oleh ibu dalam data ini dapat dimaknai sebagai bentuk perhatian dan kedulian, yang secara implisit juga menyentuh aspek keperluan emosional berupa rasa kebersamaan dan kasih sayang dalam keluarga. Dengan demikian, aktivitas sederhana ini merepresentasikan keterkaitan antara pemenuhan keperluan biologis dan keperluan psikologis yang lebih kompleks.

#### Data 4

**"Udara di dalam studionya terasa adem sekali. Mataku mengantuk. Aku menguap dan sepertinya dia melihatku yang mulai mengantuk."** (Candra, 2020:62) KF.04

Data ini merepresentasikan keperluan fisiologis manusia berupa istirahat atau tidur yang muncul melalui rasa kantuk. Kantuk merupakan sinyal dari tubuh manusia bahwa energi sudah menurun dan sistem biologis yang membutuhkan istirahat. Dalam hierarki keperluan Maslow, tidur termasuk dalam keperluan paling dasar yang sama pentingnya dengan makan dan minum, karena tanpa pemenuhan istirahat yang cukup, fungsi tubuh dan pikiran akan terganggu. Gambaran sederhana ini menegaskan bahwa tubuh memiliki mekanisme alami untuk menjaga keseimbangan, dan ketika keperluan fisiologis tersebut diabaikan, akan berdampak pada produktivitas, konsentrasi, bahkan kesehatan mental. Oleh karena itu, rasa kantuk dalam data ini tidak sekadar gejala fisik, melainkan simbol penting bahwa keperluan dasar manusia harus dihargai dan dipenuhi agar kehidupan berjalan optimal.

#### Data 5

**"Kami mencari makanan di mal dekat Lokasi acara. Karena tidak memungkinkan mencari makanan khas Surabaya yang jauh dari Lokasi."** (Candra, 2020:82) KF.05

Pada data tersebut, dijelaskan bahwa Kimara dan Mbak Tami akan mencari makanan sebelum kegiatan tur buku dilanjutkan. Hal ini menunjukkan bahwa keperluan fisiologis tokoh Kimara terpenuhi, khususnya keperluan akan makanan. Menurut Maslow, keperluan fisiologis meliputi aspek pokok seperti makan, minum, dan istirahat yang menjadi dasar bagi kelangsungan hidup manusia. Pemenuhan keperluan ini bersifat mendasar karena jika keperluan fisiologis tidak terpenuhi, maka manusia tidak dapat fokus pada pemenuhan keperluan tingkat berikutnya. Dengan demikian, memenuhi keperluan makan oleh Kimara

mencerminkan bahwa aspek dasar dalam hierarki keperluan Maslow sudah tercukupi, sehingga ia dapat melanjutkan aktivitas profesionalnya sebagai penulis.

## 2. Keperluan Rasa Aman

Manusia akan terdorong untuk mencari rasa aman. Keperluan ini mencakup perlindungan dari ancaman fisik dan psikologis, kestabilan lingkungan, kesehatan, serta kepastian masa depan. Dalam dunia nyata, rasa aman diwujudkan melalui rumah yang layak, pekerjaan tetap, atau jaminan kesehatan. Sedangkan dalam karya sastra, keperluan rasa aman sering digambarkan melalui kondisi tokoh yang mendambakan kestabilan emosi, terbebas dari rasa takut, atau perlindungan diri. Dengan kata lain, rasa aman tidak hanya diartikan dalam aspek materi, tetapi juga mencakup stabilitas mental yang memungkinkan tokoh untuk melanjutkan perkembangan dirinya. Berikut data-data keperluan rasa aman yang ditemukan dalam tokoh Kimara novel Trauma karya Boy Candra:

Data 1

**"Aku merasa sedang sangat tidak bergairah untuk apa pun."** (Candra, 2020:5) KRA.01

Pernyataan Kimara ini menunjukkan kondisi psikologis yang labil, ditandai dengan hilangnya motivasi atau gairah dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Jika ditilik melalui teori Abraham Maslow, situasi ini merepresentasikan gangguan pada keperluan rasa aman, khususnya dalam dimensi psikologis. Ketika Kimara kehilangan gairah hidup, hal itu menandakan ia tidak memiliki rasa kontrol maupun kepastian atas dirinya sendiri. Kondisi ini dapat muncul sebagai dampak trauma masa lalu yang belum terselesaikan, sehingga menciptakan rasa tidak aman secara mendalam.

Data 2

**"Media sosial memang tempat terbaik untuk menjadi palsu dan terlihat baik-baik saja, bahkan saat masalah besar sedang menghantam."** (Candra, 2020:5) KRA.02

Data ini menunjukkan bahwa Kimara menggunakan media sosial sebagai ruang pengungsi untuk menutupi kerapuhan dirinya. Ia sadar bahwa kondisi emosionalnya rapuh, namun memilih untuk membangun citra seolah-olah baik-baik saja. Tindakan ini dapat dipahami sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri (mekanisme pertahanan) yang muncul akibat rasa tidak aman. Dalam perspektif teori keperluan Maslow, pernyataan ini merefleksikan ketidakmampuan Kimara memenuhi keperluan rasa aman, khususnya pada ranah emosional dan sosial.

Data 3

**"Suara seorang lelaki terdengar dari balik pintu. **Batinku bergetar. Teringat suara seseorang.**"** (Candra, 2020:38) KRA.03

Data tersebut menampilkan bahwa Kimara mengalami perasaan takut ketika mendengar suara seorang lelaki dari balik pintu. Rasa takut tersebut muncul karena ia teringat pada sosok yang pernah memberikan pengalaman buruk dalam hidupnya. Hal ini menunjukkan bahwa keperluan rasa aman Kimara tidak terpenuhi, sebab ia masih berada dalam kondisi psikologis yang terancam dan belum merasa terlindungi dari ancaman yang bersumber dari masa lalunya.

Data 4

**"Aku berdiri dengan perasaan berkecamuk. Di depan pintu, dia mengusap kepalaiku"** (Candra, 2020:40) KRA.04

Data tersebut menerangkan bahwa Kimara mengalami gejolak emosi yang kacau ketika sang Ayah pamit meninggalkannya. estur sederhana berupa usapan kepala tidak mampu memberikan rasa tenang, justru menimbulkan gejolak emosi yang menandakan adanya ketidakstabilan psikologis. Hal ini menunjukkan bahwa keperluan rasa aman Kimara tidak terpenuhi, karena ia kehilangan figur pelindung dalam keluarganya dan merasa tidak memiliki jaminan keamanan emosional maupun perlindungan dari orang terdekat.

Data 5

**"Aku menangis sejadi-jadinya. Aku melempar kaca dandanku. Hal bodoh yang kulakukan saat tidak bisa lagi menahan diriku dari rasa marah yang tak jelas begini."**  
(Candra, 2020:41) KRA.05

Ledakan emosi yang digambarkan dalam data tersebut menunjukkan kondisi psikologis tokoh yang sedang berada pada titik rapuh, rasa aman yang seharusnya menjadi fondasi emosi telah runtuh. Tindakan melempar kaca rias bukan sekadar ekspresi marah sesaat, melainkan simbol dari keputusasaan dan ketidakmampuan tokoh untuk mengendalikan perasaan yang menyesakkan. Kehilangan rasa aman akibat perlakuan ayahnya membuat ia terjebak dalam perasaan terancam, tidak berdaya, dan tidak memiliki pegangan emosional. Perilaku destruktif itu juga menandakan adanya keperluan mendesak untuk diperhatikan, dipahami, dan dipulihkan secara emosional. Dengan demikian, ledakan tersebut tidak hanya menggambarkan marah yang meledak-ledak, tetapi juga jeritan batin yang terpendam akibat luka psikologis yang mendalam.

### 3. Keperluan Rasa Cinta dan Memiliki

Manusia pada dasarnya ialah makhluk sosial yang membutuhkan kasih sayang, ruang penerimaan, dan rasa memiliki dalam hubungan interpersonal. Bentuknya keperluan ini dapat berupa cinta dalam keluarga, persahabatan, atau hubungan romansa dengan lawan jenis. Dalam kajian sastra, keperluan ini sering kali digambarkan melalui konflik batin tokoh yang merasa kesepian, penolakan sosial, atau kerinduan terhadap kehangatan emosional. Secara kritis, keperluan cinta dan memiliki dapat dipandang sebagai jembatan penting yang menghubungkan aspek biologis dan sosial-psikologis manusia. Berikut data-data keperluan cinta dan memiliki yang ditemukan dalam tokoh Kimara novel Trauma karya Boy Candra:

#### Data 1

**"Orang-orang itu tidak tahu bahwa aku telah menemukan banyak hati yang ujungnya tidak bisa kutumpangi. Orang-orang tidak tahu sakit yang kutanggung sebab pernah mencintai begitu dalam."** (Candra, 2020:6) KCM.01

Data tersebut menunjukkan kekecewaan mendalam dalam hubungan emosional yang dialami oleh tokoh Kimara. Ia merasa cintanya tidak berbalas dan menginginkannya terhadap orang lain selalu berakhir dengan persetujuan. Kondisi ini menunjukkan bahwa keperluan cinta dan memiliki pada diri Kimara tidak terpenuhi, sebab ia tidak mampu menjalin hubungan yang memberikan rasa aman dan kasih sayang. Ketidakmampuan dalam memenuhi tujuan ini berdampak pada munculnya luka batin dan rasa sakit yang berkepanjangan. Dengan demikian, data ini menegaskan bahwa kegagalan dalam memenuhi tujuan cinta dan memiliki dapat mempengaruhi kondisi psikologis individu secara signifikan.

#### Data 2

**"Lelaki-lelaki lain itu sama saja bangsatnya dengan ayahku."** (Candra, 2020:7) KCM.02

Data ini menggambarkan bahwa pengalaman traumatis Kimara sejak kecil terhadap sosok ayahnya membentuk pola pikir yang negatif terhadap laki-laki. Trauma masa lalu yang belum selesai mengakibatkan Kimara cenderung melakukan generalisasi, yakni menganggap semua lelaki memiliki sifat buruk dan tidak bisa dipercaya. Generalisasi ini bukan hanya bentuk perlindungan diri, tetapi juga menjadi hambatan dalam membangun hubungan emosional yang sehat di masa dewasa. Dalam kerangka psikologi humanistik Abraham Maslow, data ini menunjukkan bahwa keperluan cinta dan memiliki Kimara tidak terpenuhi.

#### Data 3

**"Aku merasa tidak ada laki-laki yang bisa kujadikan teman berbagi hidup di dunia ini."**  
(Candra, 2020:7) KCM.03

Data ini menunjukkan titik puncak dari keputusasaan Kimara dalam membangun hubungan emosional. Pernyataan tersebut mencerminkan keyakinan mendalam bahwa ia tidak akan pernah menemukan sosok laki-laki yang dapat menjadi pasangan hidup sekaligus tempat berbagi perasaan, pengalaman, dan kehidupan. Kondisi ini bukan sekedar bentuk kekecewaan sesaat, namun sudah menjadi keyakinan yang bersifat umum dan menyeluruh, sehingga

berdampak pada cara Kimara memandang hubungan interpersonal secara keseluruhan. Dalam perspektif teori hierarki keperluan Abraham Maslow, data ini mengindikasikan bahwa keperluan cinta dan memiliki Kimara tidak terpenuhi.

#### Data 4

"Lalu, bagaimana aku akan merasa tenang jika menikah? **Aku bahkan tidak percaya pada satu lelaki pun.**" (Candra, 2020:11) KCM.04

Data ini mencerminkan bentuk keraguan mendasar Kimara terhadap konsep pernikahan sebagai institusi sosial sekaligus jalan umum bagi individu untuk memenuhi keperluan cinta dan memiliki. Pernyataan tersebut menegaskan bahwa kepercayaan, sebagai elemen utama dalam membangun ikatan emosional yang sehat, telah runtuh dalam dirinya. Kimara tidak hanya sekedar kehilangan kepercayaan terhadap individu tertentu, tetapi memperluas kekecewaan tersebut menjadi sikap penolakan terhadap seluruh laki-laki. Dalam kerangka hierarki keperluan Abraham Maslow, hal ini menandakan bahwa keperluan cinta dan tidak terpenuhi karena adanya trauma yang membentuk persepsi negatif Kimara terhadap hubungan romantis.

#### Data 5

**"Kadang, yang membuatku marah pada Ayah-selain karena memilih perempuan lain-dia juga tidak menafkahkan kami. Dia benar-benar melepaskan kami seperti melempar batu ke dalam sungai yang dibiarkan tenggelam dan hilang."** (Candra, 2020:25) KCM.05

Data di atas menggambarkan keadaan seorang ayah yang mengabaikan anaknya. Tokoh utama tidak hanya kehilangan haknya atas nafkah secara materiil, namun juga mengalami pengabaian emosional yang ditunjukkan melalui metafora "melempar batu ke dalam sungai." Metafora ini bukan sekedar menandakan perasaan dibuang dan tidak dianggap penting, melainkan juga mengandung makna irreversibilitas sebuah kehilangan yang bersifat permanen. Dalam kerangka psikologi humanistik, khususnya teori keperluan Abraham Maslow, tokoh utama mengalami kegagalan menyediakan keperluan dasar berupa rasa aman dan rasa memiliki. Hilangnya memenuhi keperluan tersebut menimbulkan kekecewaan, kemarahan, dan keterasingan batin. Dalam kerangka psikologi humanistik, khususnya teori keperluan Abraham Maslow, tokoh utama mengalami kegagalan menyediakan keperluan dasar berupa rasa aman dan rasa memiliki. Hilangnya memenuhi keperluan tersebut menimbulkan kekecewaan, kemarahan, dan keterasingan batin.

#### Data 6

"Ayah tidak bisa lama-lama. Ayah harus pergi lagi, ucapnya sambil berdiri. ... **Dia bilang, dia harus pergi? Apa dia tidak mengerti perasaanku?**" (Candra, 2020:40) KCM.06

Kehadiran ayah yang singkat justru memperparah luka batin tokoh utama karena menegaskan pola pengabaian yang berulang. Kehadiran yang seharusnya menjadi momen pemulihan ikatan emosional berubah menjadi bentuk penolakan aktif, sebab ayah memilih pergi kembali tanpa memberi ruang keterhubungan yang memadai. Dalam data di atas menampilkan kekecewaan mendalam tokoh utama terhadap ketidakhadirannya pengakuan emosional. Hal ini mencerminkan isyarat untuk memenuhi keperluan psikologis anak akan perhatian, validasi, dan rasa aman. Menurut teori psikologi perkembangan, pengakuan emosional dari orang tua merupakan landasan terbentuknya harga diri anak. Ketika keperluan ini tidak terpenuhi, anak rentan mengalami perasaan tersing, kehilangan kepercayaan, dan luka afektif yang terus berulang.

### 4. Keperluan Harga Diri

Keperluan harga diri diperlukan oleh setiap individu, keperluan harga diri dibagi menjadi dua bentuk, yaitu internal dan eksternal. Keperluan ini mencakup keinginan untuk dihargai, diakui, merasa berkompeten, dan memiliki prestasi. Dalam konteks sastra, keperluan harga diri kerap digambarkan melalui usaha tokoh untuk mendapatkan penghargaan sosial atau mengukuhkan eksistensinya. Namun, secara kritis, keperluan harga diri dapat menjadi problematis ketika pengakuan eksternal lebih dominan, sehingga tokoh menjadi rapuh jika tidak

mendapat validasi dari lingkungannya. Berikut data-data keperluan harga diri yang ditemukan dalam tokoh Kimara novel Trauma karya Boy Candra:

Data 1

**"Aku sudah menerbitkan sembilan judul novel-dan semuanya pernah bertengger di rak best seller toko-toko buku di Indonesia."** (Candra, 2020:6) KHD.01

Data ini merupakan bukti nyata kompetensi dan pencapaian profesional Kimara sebagai seorang penulis. Status karya yang berhasil menembus best seller menunjukkan adanya pengakuan sosial dan apresiasi masyarakat terhadap kualitas karya dan eksistensinya di dunia kepenulisan. Ia tidak hanya merasa mampu berkarya, tetapi juga memperoleh validasi dari pihak eksternal, yaitu pembaca dan masyarakat luas.

Data 2

**"Satu novelku telah diadaptasi menjadi film layar lebar, yang dibintangi oleh aktor muda paling dikagumi remaja saat ini."** (Candra, 2020:6) KHD.02

Adaptasi novel ke film layar lebar adalah bentuk apresiasi tingkat lanjut terhadap karya Kimara. Tidak hanya diapresiasi sebagai teks tertulis, karyanya diangkat ke medium audiovisual yang menjangkau khalayak lebih luas. Proses ini menjadikan Kimara mendapatkan pengakuan yang lebih tinggi, karena karya yang diadaptasi film biasanya dianggap sebagai pencapaian prestisius yang memperluas legitimasi penulis di mata masyarakat.

Data 3

**"Hampir setiap minggu, aku harus berpindah dari satu kota ke kota lainnya untuk mengisi acara seminar atau talkshow kepenulisan. Aku punya jutaan followers di media sosial."** (Candra, 2020:6) KHD.03

Data tersebut menunjukkan bahwa Kimara memiliki popularitas dan pengakuan publik melalui aktivitasnya sebagai pembicara di berbagai kota, serta jumlah pengikut yang besar di media sosial. Dalam kerangka psikologi humanistik Abraham Maslow, penghargaan dari orang lain berupa pengakuan, penghargaan, dan reputasi termasuk dalam aspek keperluan harga diri. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tujuan harga diri Kimara terpenuhi, karena ia memperoleh validasi sosial atas kemampuan dan prestasinya. Pemenuhan keperluan ini juga mencerminkan bahwa Kimara telah mencapai tahap yang lebih tinggi dari sekadar menyediakan keperluan dasar, yaitu menuju ke arah pencarian aktualisasi diri.

Data 4

**"Alhamdulillah, Kamu semangat terus, ya! Ibu senang kalau kamu mampu mengalihkan emosimu untuk hal-hal positif, seperti menulis."** (Candra, 2020:8) KHD.04

Data di atas menegaskan pentingnya dukungan emosional dan verbal dari figur terdekat, dalam konteks data di atas ialah seorang ibu. Pujian dan dorongan untuk terus bersemangat bukan hanya sebagai validasi tetapi juga apresiasi terhadap proses kreatif yang dijalani. Hal ini sejalan dengan keperluan akan penghargaan dalam hierarki Maslow, di mana pengakuan dari orang lain terutama dari orang yang dianggap penting menjadi kunci dalam menumbuhkan rasa percaya diri.

Data 5

**"Alhamdulillah, Bu. Sudah cetak ulang ketiga. Seminggu lalu dikabari editorku."** (Candra, 2020:56) KHD.05

Data di atas merepresentasikan capaian tokoh Kimara yang berhasil menembus keperluan penghargaan dalam hierarki Abraham Maslow. Informasi bahwa novelnya telah dicetak ulang hingga tiga kali bukan sekadar data penjualan, melainkan simbol pengakuan dari pihak luarbaik pembaca maupun industri penerbitan—terhadap kualitas karya yang dihasilkan. Pencapaian ini memperkuat rasa percaya diri, menumbuhkan kebanggaan, serta memvalidasi kompetensi tokoh sebagai seorang penulis. Lebih jauh, keberhasilan ini juga mengandung

aspek sosial, yakni penghargaan dan apresiasi dari lingkungan yang memberi legitimasi atas jerih payahnya. Dengan demikian, keperluan harga diri dalam tokoh Kimara terpenuhi.

## 5. Keperluan Aktualisasi Diri

Keperluan aktualisasi diri merupakan puncak dari hierarki keperluan Abraham Maslow, aktualisasi diri sebagai realisasi potensi dari seseorang, baik dalam bentuk kreativitas, moralitas, atau kontribusi sosial. Dalam karya sastra, tokoh yang mencapai tahap ini biasanya digambarkan sebagai sosok yang matang, mampu menerima diri, serta memberi dampak positif bagi orang lain. Secara kritis, aktualisasi diri tidak dapat dipahami sebagai kondisi final yang statis, melainkan sebuah proses berkelanjutan. Hal ini menunjukkan bahwa individu terus berusaha menyeimbangkan keperluan dasar dengan pengembangan diri yang lebih tinggi. Berikut data-data keperluan aktualisasi diri yang ditemukan dalam tokoh Kimara novel Trauma karya Boy Candra:

Data 1

**"Ini bukan kali pertama Ibu bersikap begini padaku. Tapi, seharusnya Ibu juga paham bahwa aku sudah mulai dewasa.** Aku berhak menentukan dan memilih hidup seperti apa yang ingin kujalani." (Candra, 2020:32) KAD.01

Data tersebut mencerminkan dorongan Kimara untuk mencapai kemandirian dan mewujudkan kehidupan sesuai dengan nilai-nilai serta pilihannya sendiri. Hal ini merupakan salah satu ciri dari upaya aktualisasi diri, yakni ketika individu berusaha mengekspresikan potensi dan menentukan arah hidup secara autentik. Namun pada konteks ini, keinginan Kimara masih terhalang oleh sikap ibunya yang kurang memberi ruang dan penerimaan, sehingga menghambat proses aktualisasi yang seharusnya terjadi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa keperluan aktualisasi diri Kimara belum terpenuhi sepenuhnya karena adanya kontrol eksternal yang membatasi kebebasan pribadinya.

Data 2

**"Hatiku hancur mendengarnya. Mereka memang tidak bersalah. Ayahku yang salah. Ayahku! Aku berusaha menekan diriku untuk segera berdamai."** (Candra, 2020:117) KAD.02

Data ini menggambarkan konflik batin Kimara yang belum terselesaikan akibat trauma masa lalu bersama ayahnya. Upaya untuk berdamai dengan kenyataan merupakan langkah aktualisasi diri, karena pada tahap ini individu dituntut untuk menerima pengalaman hidupnya secara utuh, baik yang menyenangkan maupun menyakitkan. Namun, dalam kasus Kimara, usaha tersebut masih sebatas dorongan internal belum tercapai sepenuhnya, sehingga menunjukkan bahwa keperluan aktualisasi diri belum terpenuhi secara optimal. Trauma yang belum terselesaikan justru menjadi penghalang utama bagi Kimara untuk mencapai perkembangan diri yang penuh dan bebas.

Data 3

**"Aku tidak pernah membayangkan menjadi perempuan yang mencintai suami orang. Aku tidak pernah membayangkan merebut kaish sayang seorang ayah dari anaknya."** (Candra, 2020:135) KAD.03

Data di atas menunjukkan bahwa keperluan aktualisasi diri Kimara tidak terpenuhi. Aktualisasi diri, menurut Maslow, berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk mewujudkan potensi diri secara utuh dan hidup sesuai dengan nilai-nilai moral maupun prinsip pribadinya. Namun, dalam pernyataan ini Kimara justru mengalami konflik batin karena tindakannya berseberangan dengan nilai dan identitas diri yang ia junjung. Rasa puas dan penolakan diri yang muncul menandakan bahwa ia tidak berhasil mencapai keselarasan antara keperluan emosional dengan idealisme dirinya. Dengan kata lain, jalan yang ia tempuh dalam memenuhi keperluan akan cinta justru menghambat pencapaian aktualisasi diri, karena ia tidak bisa hidup secara autentik sesuai dengan integritas dan nilai moral yang diyakininya.

Data 4

**"Aku terdiam. Bola besar seperti sedang memukul dadaku. Putra Marnanda. Lelaki yang kupikir sempurna, ternyata tak sesempurna yang kubayangkan. Dia menghancurkan perasaanku lebih dari biasanya."** (Candra, 2020:135) KAD.04

Data ini mengungkapkan kekecewaan mendalam Kimara terhadap sosok Putra Marnanda yang semula ia pandang sempurna. Kenyataan bahwa ekspektasinya tidak sesuai

dengan realita menimbulkan guncangan emosional yang kuat. Kondisi ini menunjukkan bahwa Kimara masih kesulitan menerima kenyataan hidup secara utuh, sehingga pertumbuhan psikologisnya terhambat. Dalam kerangka psikologi humanistik Maslow, aktualisasi diri menuntut kemampuan individu untuk menerima diri sendiri, orang lain, dan realitas tanpa distorsi yang berlebihan. Namun, pada tahap ini, Kimara belum mampu mencapai penerimaan tersebut. Dengan demikian, data ini menjadi bukti bahwa tujuan aktualisasi diri Kimara belum terpenuhi karena ia masih terjebak dalam luka emosional dan mengecewakan orang lain.

#### Data 5

**"Aku ingin mengutuk Putra Marnanda, tapi aku juga ingin mengutuk diriku sendiri. Aku tertunduk."** (Candra, 2020:135) KAD.05

Data tersebut menampilkan kegagalan Kimara dalam memenuhi keperluan aktualisasi dirinya. Aktualisasi diri menuntut seseorang untuk hidup secara autentik, menerima dirinya, dan mengembangkan potensi terbaiknya tanpa terjebak pada rasa bersalah yang merusak. Namun, dalam pernyataan ini Kimara justru menampilkan keterpecahan identitas, ia tidak hanya menyebarkan kemarahan kepada orang lain (Putra Marnanda) tetapi juga pada dirinya sendiri. Tindakan "tertunduk" menandakan rasa tidak berdaya dan jaminan menghadapi konflik internal tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa Kimara tidak mampu mencapai penerimaan diri yang utuh, sebuah syarat utama untuk aktualisasi. Dengan demikian, rasa batin yang mendalam dan ketidakmampuan mengelola emosinya menjadi penghalang baginya untuk mewujudkan potensi diri dan menjalani hidup sesuai nilai-nilai yang diyakininya.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan sebagai berikut; pertama, tokoh Kimara tidak sepenuhnya mampu memenuhi lima hierarki keperluan diri secara utuh. Hanya terdapat dua keperluan yang terpenuhi, yaitu keperluan fisiologis dan keperluan harga diri. Kedua keperluan tersebut tergambar melalui aktivitas Kimara dalam memenuhi keperluan dasar, seperti makan, minum, istirahat, serta keberhasilannya sebagai penulis yang dikenal luas oleh masyarakat.

Kedua, ketiga keperluan lainnya, yaitu rasa aman, cinta dan memiliki, serta aktualisasi diri tidak terpenuhi akibat trauma masa lampau, kehilangan figur pelindung, dan kegagalan dalam kisah romansa dengan lawan jenis. Ketidakterpenuhinya keperluan tersebut berdampak pada kondisi psikologis tokoh Kimara yang ditandai dengan kecemasan, ketidakstabilan emosi, hilangnya kepercayaan diri dan orang lain, serta kebingungan dalam menentukan arah hidup. Penelitian ini menegaskan bahwa pemenuhan hierarki keperluan diri Abraham Maslow memiliki peran penting dalam menjaga kondisi fisik dan psikologis individu. Novel Trauma berhasil menggambarkan kondisi luka batin dan pengalaman traumatis melalui tokoh Kimara dapat menghambat proses aktualisasi diri seseorang meskipun telah mencapai kesuksesan secara profesional dan berakibat pada kondisi mental individu tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A. (2015). Psikologi Sastra. Surabaya: Unesa University Press.
- Alfin, J. (2014). Apresiasi Sastra Indonesia. Surabaya: Uinsa Press.
- Astuti, Y. (2020). Kepribadian tokoh utama dalam novel ayat-ayat cinta karya Habiburrahman El Shirazy (tinjauan psikologi sastra). *Jurnal Bahasa dan Sastra*, 5(4), 98-105.
- Efendi, M. F., & Surana, S. (2023). Aktualisasi Tokoh Utama dalam Novel Prau Gethek Nyabrang Jaladri Karya Ir. H. Soekirman (Tinjauan Psikologi Humanistik Abraham Maslow). *JOB (Jurnal Online Baradha)*, 19(3), 326-339.
- Gobang, PW, Seran, KDFJ, Berun, D., & Satyawardana, D. (2024). Krisis Kepercayaan; Refleksi Filsafat Manusia terhadap Kerentanan Emosional dan Penyebaran Hoaks di Era Digital. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 1 (11).
- Hutauruk, N. (2020). Hirarki Keperluan pada Tokoh Kajian Psikologi Humanistik Abraham Maslow Dalam Novel Dwilogi Padang Bulan Karya Andrea Hirata (Doctoral dissertation, Universitas Jambi).
- Kosasih, E. (2008). Apresiasi Sastra Indonesia. Jakarta: Nobel Edumedia
- Mardhiah, A., Hariadi, J., & Nucifera, P. (2020). Analisis tokoh dan penokohan dalam novel Keajaiban Adam karya Gusti M Fabiano tahun 2019. *Jurnal Samudra Bahasa*, 3(1), 35-44.
- Maslow, A. (1954). Motivation and Personality. New York: Harper & Row, Publishers, Inc.
- Minderop, A. (2011). Psikologi Sastra: Karya Sastra, Metode, Teori dan Contoh Kasus. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia

- Minderop, A. (2016). Psikologi Sastra. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia
- Nafisa, Z., & Subandiyyah, H. (2024). Klasifikasi emosi tokoh dalam novel the coldest boyfriend karya Itsfiyawn: kajian psikologi sastra David Krech serta manfaatnya dalam pembelajaran sastra di sma. *Jurnal Bapala*, 11(1), 1-13.
- Noor, W. K. (2019). Hierarki Keperluan Sebagai Dasar Refleksi Diri Tokoh dalam Novel Pesantren Impian Karya Asma Nadia (Kajian Psikologi Humanistik Abraham Maslow).
- Nurgiyantoro, B. (2002). Teori Pengkajian Fiksi. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Nurmayanti, B. E., & Aswandikari, M. (2023). Analisis Hierarki Keperluan Tokoh Utama dalam Novel Daun Yang Jatuh Tak Pernah Membenci Angin Karya Tere Liye: Kajian Psikologi Humanistik Abraham Maslow.
- Pradanti, D. W. (2022). Analisis Unsur Intrinsik Novel "Sesuap Rasa" Karya Catz Link Tristan Hubungannya Dengan Pembelajaran Bahasa Indonesia di Sma. Edutama.
- Ramadhanti, D. (2016). Apresiasi Prosa Indonesia. Yogyakarta: Deepublish.
- Rashid Jabbarov, Hatamova Nurana, Adigozelli Sayjan, Alasgarli Gulay, Narimanli Narmin. (2024). Investigating the relationship between mental health indicators and self-actualization levels in students. *South Eastern European Journal of Public Health*, 653–659. <https://doi.org/10.70133/seejph.vi.2760>
- Roekhan, W. S. (2015). Psikologi Sastra. Malang: Media Nusa Creative.
- Saputra, Y. R., & Suyatno, S. (2022). Nilai Humanitas Tokoh Utama Dalam Novel Anak Rantau Karya Ahmad Fuadi. *Bapala*, 9(3), 91-100.
- Sari, I. P., Ekawati, M., & Herpindo, H. (2023). Psikologi Tokoh Utama dalam Novel William Karya Risa Saraswati: Kajian Psikologi Humanistik Abraham Maslow. Repetisi: Riset Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, 6(2), 1-13.
- Sugiyono. (2022). Metode Penelitian. Yogyakarta: Penerbit Alfabeta.
- Sugiyono. (2023). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Penerbit Alfabeta
- Susilowati, E. Z. & Indarti (2018). Resistensi perempuan dalam kumpulan cerita tandak karya royyan julian (Teori resistensi-James C. Scott). *Bapala*, 5(2).
- Zheng Z, Gu S, Lei Y, Lu S, Wang W, Li Y, Wang F. Safety Needs Mediate Stressful Events Induced Mental Disorders. *Neural Plast*. 2016;2016:8058093. doi: 10.1155/2016/8058093. Epub 2016 Sep 21. PMID: 27738527; PMCID: PMC5050353.
- Zheng Z, Gu S, Lei Y, Lu S, Wang W, Li Y, Wang F. Safety Needs Mediate Stressful Events Induced Mental Disorders. *Neural Plast*. 2016;2016:8058093. doi: 10.1155/2016/8058093. Epub 2016 Sep 21. PMID: 27738527; PMCID: PMC5050353.