

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Perkembangan zaman yang semakin pesat dan teknologi yang semakin canggih telah mempengaruhi cara novel diproduksi, didistribusikan dan dikonsumsi, karya sastra berupa novel masih menjadi bacaan yang digemari oleh generasi remaja saat ini adanya *e-book* novel menjadi dapat diakses secara online dan meningkatkan popularitas novel. Teknologi lainnya seperti terciptanya novel interaktif pembaca dapat berinteraksi dengan cerita dan membuat pilihan yang mempengaruhi alur cerita.²

Novel memiliki manfaat secara individu maupun sosial, seperti meningkatkan kreativitas, mengembangkan empati, pemahaman dan meningkatkan ketrampilan berfikir kritis, hal ini mempunyai peranan penting dalam membentuk karakter kepribadian pembacanya, khususnya dalam masa pencarian identitas diri.³ Novel *Not Me* di bulan November 2022 tercatat telah mendapatkan 8,6 juta pembacaan di Wattpad. Angka luar biasa ini kemudian membawa cerita *Not Me* untuk akhirnya diterbitkan sebagai sebuah novel oleh penerbit Moka pada bulan Desember 2021. *Not Me* berhasil menjadi salah satu novel yang menduduki daftar buku terlaris.⁴

² Najwa Farah et al., “Perancangan Konten Interaktif Novel Berbasis Web Augmented Reality (Studi Kasus: Idolbox Publisher),” *Jurnal Rekayasa Informasi Swadharma* (Jakarta Barat) 6, no. 1 (2026), <https://doi.org/tps://doi.org/10.56486/jris.vol6no1.957>.

³ Aprina Jovanka Sirait and Chontina Siahaan, “Pengaruh Membaca Buku Fiksi Terhadap Persepsi Remaja Tentang Realitas,” *Global Scientific Journals* 10, no. 4 (2022): 442–51.

⁴ “Sinopsis Dan Resesnis Novel Not Me,” Resensi Novel, SCRIBD, 2024.

Narasi dalam novel *Not Me* ini tidak hanya menghibur, tetapi juga mengandung isu kesehatan mental dan permasalahan jiwa yang sangat relevan dengan kehidupan sehari-hari, khususnya bagi remaja. Tokoh utama dalam novel ini memiliki berbagai arketipe atau pengalaman universal dan penelitian terkait arketipe ini sangat penting dimana remaja merupakan fase kritis dalam perkembangan psikologis dan pembentukan karakter.

Di samping isi novelnya menggambarkan kesehatan mental dan *bullying* penulis novel ini juga memiliki riwayat gangguan kesehatan mental dan juga perlakuan *bullying*, penulis menulis novel ini dengan niatan agar orang-orang lebih menyadari sikap orang disekelilingnya dan menganggap pentingnya kesehatan mental pada seseorang dan tidak baiknya perlakuan *bullying* itu terjadi disekitar.⁵

Menurut Jung arketipe yang terdapat dalam novel karena adanya pola atau alur cerita, pola atau alur cerita universal bukan hasil dari difusi budaya melainkan cerminan dari struktur inheren psikis manusia yang disebut ketidaksadaran kolektif yang isinya berupa arketipe.⁶ Mitos merupakan cerita suci dari masyarakat tradisional dan maka novel disebut mitologi modern. Novel sebagai bentuk sastra yang cukup baru dan menjadi wadah untuk arketipe direvutalisasi dan dieksplorasi kedalam konteks kehidupan kontemporer. Psikologisasi arketipe dalam novel menjelajahi dimensi arketipe tidak hanya aksi eksternal namun juga perjalanan batin, seperti novel terkait kejahatan dan hukuman menjelajahi arketipe *shadow*

⁵ Cahaya Maharani, *Not Me* (Jakarta Selatan: Moka Media, 2021)

⁶ Nia Kofifah Anggoro Wati, Eva DwiKurniawan, and Iyad Jauzaa Kumala Intan, "Mekanisme Pertahanan Ego Pada Tokoh Cakrawala Dalam Novel *Not Me* Karya Caaay," *Jurnal Motivasi Pendidikan Dan Bahasa* 2, no. 1 (2024).

atau banyangan melalui perasaan bersalah dan gejolakan nurani.⁷ Novel *Not Me* berperan sebagai alat sebuah karya sastra untuk mengeksplor arketipe-arketipe lainnya.

Selain arketipee, bagian menarik dalam novel ini yang berkaitan dengan kesehatan mental adalah konflik yang dialami oleh tokoh utama, hal ini menjadi permasalahan yang krusial yang dialami oleh tokoh utama. Tekanan sosial dan perlakuan *bullying* yang dialami oleh tokoh utama menjadi alasan utama kesehatan mental tokoh utama, seperti dialog dalam naskah novel “Kamu ngapain sih temenan sama Cakra? Dia itu sakit mental!”.⁸ Diceritakan dalam novel ini hal tersebut merusak fungsi otak tokoh utama menjadikannya sulit untuk membedakan imajinasi dan kenyataan, dan menimbulkan perilaku yang menyimpang seperti tidur lebih nyaman di dalam almari daripada di atas kasur.

Ketidak seimbangannya arketipe tokoh utama dan keterlambatannya dalam penanganan kesehatan tokoh utama menjadikannya lebih parah. Seperti halnya arketipe *persona* yang dimiliki tokoh utama yaitu dengan selalu menunjukkan topeng bahagia sehingga orang disekitarnya tidak mengetahui keadaan mental asli tokoh utama. Permasalahan ini menyebabkan banyaknya komplikasi penyakit kesehatan mental seperti *OCD*, *anxiety* dan *skizofrenia* akut.

Salah satu contoh wujud arketipee dalam novel adalah tokoh utama membantu seorang anak kecil yang dipukuli oleh ayahnya pada saat tertentu tokoh

⁷ Rischa Pramudia Trisnani, “Penerapan Pendidikan Karakter Religius Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Pada Remaja,” *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan “Pencegahan dan Penanganan Kekerasan Anak: Optimalisasi Peran Pendidik dalam Perspektif Hukum” STKIP Andi Matappa Pangkep*, 2018, 29.

⁸ Maharani, *Not Me*, 94.

utama mencoba melawan ayah dari anak kecil tersebut, mencoba melindungi anak kecil tersebut dari pukulan ayahnya, hal tersebut dilakukan oleh tokoh utama semata-mata hanya untuk memuaskan perasaan yang terpendam yang tanpa disadari oleh tokoh utama. Masa kecil tokoh utama yang dipukuli oleh ayahnya dan berharap ada yang menolongnya menjadikannya sebuah arketipe *shadow* atau bayangan dimana hal itu merupakan muatan emosi mengakibatkan muncul pikiran atau tindakan yang tidak menyenangkan, jika hal ini tidak ditekan oleh taksadar pribadi dapat menjadi agresi dan bisa merusak diri sendiri dan orang lain.

Selain menggambarkan adanya arketipe tokoh, novel ini juga menggambarkan konflik *nafs* yang hebat. Hal ini antara lain terlihat dari narasi penulis tentang tokoh utama yang sering berpura-pura bahagia. Gejala-gejala yang dialami tokoh seperti tokoh utama yang berpura-pura tersenyum bahagia didepan temannya, dan selalu berbohong menutupi keadaan keluarganya saat ditanyai oleh guru BK tokoh utama.⁹ Dalam Psikologi Islam, sikap pura-pura tersebut dapat dikategorikan sebagai konflik *nafs*, yakni *nafs al-lawwamah* merupakan jiwa yang mencela diri, tokoh utama menyadari tindakan dari pura-pura tersenyum bahagia adalah tindakan untuk pengakuan sosial terdapat dorongan antara kesadaran akan ketidaksadaran zhahir dan batin.¹⁰ Dan kejadian seperti penyiksaan yang dilakukan oleh teman dan ayah tiri tokoh utama semua ini dapat menjadi salah satu sumber

⁹ Maharani, *Not Me*.

¹⁰ Andi Muhammad Ikbāl Salam and Muhammad Huzain, "Al-Nafs dalam Filsafat Islam: Kajian Kritis terhadap Pemikiran tentang Jiwa," *Dirasat Islamiah: Jurnal Kajian Keislaman* 5, no. 1 (April 2025): 31–42, <https://doi.org/10.56324/drs.v5i1.120>.

data, dalam konflik *nafs* termasuk dalam kategori *nafs* al-ammarah yaitu jiwa yang memerintahkan kepada keburukan.¹¹

Penelitian ini menghubungkan novel sebagai sarana dialog lintas keilmuan dan tradisi, antara tradisi barat yang merupakan psikologi Jung dan juga sastra modern, tradisi islam yaitu sufistik, *nafs* dan psikologi islam, dan juga realita kontemporer terkait kesehatan mental dan *bullying*. Arketipe Jung dan konflik *nafs* dalam psikologi Islam dapat menambahkan keproduktifasian dialog yang akan memperkaya analisis novel Islami kontemporer, mendapatkan pandangan untuk memahami kesehatan mental dalam Islam. Dan dalam hal ini studi Islam menjadi pondasi epistemologi dan metodologis, relevansi dalam analisis novel karena novel termasuk dalam produk sastra Islam klasik seperti syair dan teks maqamat dan siyar.¹²

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk mengkaji lebih tentang kesehatan mental yang mana dalam hal ini sering kali mengabaikan dimensi spiritualitas yang penting bagi masyarakat yang religius. Peneliti memberi judul penelitian ini dengan “Arketipe Dan Konflik *Nafs* Tokoh Utama Novel *Not Me* Karya Cahya Maharani Ditinjau Dari Perspektif Psikologi Islam”

B. Fokus dan Pertanyaan Penelitian

1. Fokus Penelitian

¹¹ Juan Andrian danamik et al., “Konsep Jiwa (Nafs) Dalam Al-Qur’an: Tinjauan Psikologi Islam,” *Jurnal Pendidikan Kurikulum dan Pembelajaran* 1, no. 2 (2025): 8.

¹² Wail S. Hassan, “The Arab American Novel,” *The Oxford History of the Novel in English* (Amerika) 8 (n.d.).

Fokus penelitian ini adalah gambaran pengalaman universal yang dimiliki tokoh utama dalam ketidaksadaran pikiran (*archetype*) dan meneliti konflik-konflik *nafs* dalam novel dengan konsep kesehatan mental dalam psikologi Islam. Dengan ini peneliti akan meneliti lebih lanjut terkait macam-macam arketipe pada tokoh utama yang paling menominasi dan menjadi alat ukur menilai kesehatan mentalnya melalui teori Jung, dan juga memetakan macam-macam konflik *nafs* dengan menggunakan perspektis psikologi Islam yaitu konsep tazkiyyah an-*nafs* atau disebut juga dengan penyucian diri pada tokoh utama dalam novel *not me* karya Cahya Maharani yang telah dibaca lebih dari 5,6 juta kali di aplikasi wattpad dan juga cerita ini telah ditonton 11,4 juta kali tayangan pada aplikasi tiktok.

2. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan paparan pemikiran yang tertuang dalam konteks penelitian tersebut, maka pertanyaan penelitiannya adalah sebagai berikut:

- a. Bagaimana arketipe tokoh utama novel *not me* karya Cahya Maharani?
- b. Bagaimana konflik *nafs* tokoh utama novel *not me* karya Cahya Maharani?
- c. Bagaimana arketipe dan konflik *nafs* tokoh utama novel *Not Me* ditinjau dari perspektif psikologi Islam?

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan fokus penelitian diatas, maka tujuan penelitian yang hendak dicapai adalah sebagai berikut:

1. Untuk mendeskripsikan arketipe tokoh utama dalam novel *Not Me* karya Cahya Maharani.

2. Untuk mendeskripsikan konflik *nafs* tokoh utama dalam novel *Not Me* karya Cahya Maharani.
3. Untuk menjelaskan dan menganalisis arketipe dan konflik *nafs* tokoh utama novel *Not Me* ditinjau dari perspektif psikologi Islam.

D. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis yang bermanfaat bagi beberapa kepentingan, di antaranya:

1. Teoritis

Secara teoritis, dapat memberikan kontribusi dan sumbangsih pemikiran sebagai bahan rumusan konsep baru atau kontribusi dalam dunia psikologi agama. Psikologi islam khususnya dalam pemahaman tentang kesehatan mental, serta diharapkan dapat memberi inspirasi dan motivasi bagi para peneliti untuk melakukan penelitian lebih lanjut di bidang psikologi Islam

2. Praktis

a. Bagi Psikolog

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertumbuhan profesionalitas psikolog, disetiap kasus yang ditangani, menjadikan suatu pembelajaran baru tentang kompleksitas manusia. Diharapkan dapat mengasah kemampuan diagnostik, meningkatkan sebuah keterampilan kemampuan intervensi, dan memperdalam pemahaman teoritis melalui pengamplikasian dan praktik terhadap pasien.

b. Bagi penderita konflik *nafs*

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi kesejahteraan emosional dan mental, penderita konflik *nafs* dapat melakukan konseling kepada psikolog agar dapat merasakan peningkatan mood, produktifitas, dan berkurangnya gejala seperti kecemasan dan depresi sehingga hidup mulai terasa lebih ringan dan bermakna.

c. Bagi pembaca novel *Not Me*

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pemahaman moral yang mendalam dan empati yang tinggi, novel ini mengajak pembaca berfikir dan merenungkan pertanyaan-pertanyaan yang kompleks tentang kejahatan itu permanen atau dapat dimaafkan. Novel ini membantu pembaca mengembangkan empati dan pemahaman terhadap orang-orang yang sulit dipahami secara rasional.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan literasi atau refrensi karya tulis mahasiswa di pascasarjana UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, terutama literatur yang berkaitan dengan supervisi psikologi Islam, penderita konflik *nafs*, pengenalan diri, gangguan kejiwaan, dan pembentukan karakter.

E. Penegasan Istilah

Sebagaimana yang telah disebutka di atas bahwa judul tesis ini adalah “Arketipee Dan Konflik *Nafs* Tokoh Utama Dalam Novel *Not Me* Karya Cahya Maharani Dalam Perspektif Psikologi Islam” untuk menghindari kesalah fahaman dari judul tersebut, maka perlu adanya penegasan istilah antara lain sebagai berikut:

1. Definisi Konseptual

- a. Arketipee adalah gambaran pengalaman universal yang dimiliki setiap individu dalam ketidaksadaran pikiran.¹³ Alam pikiran taksadar akan cenderung lebih dominan mempengaruhi kepribadian, Arketipee biasanya berisi materi tentang masa lalu leluhur seluruh spesies dan diturunkan dari generasi kegenerasi berikutnya.
- b. Konflik *nafs*, adalah pergulatan internal dalam diri manusia antara dorongan-dorongan yang bersifat positif dan negatif, antara keinginan untuk berbuat kebaikan dan godaan untuk melakukan keburukan. buruk.¹⁴
- c. Psikologi Islam merupakan ilmu yang mendalami terkait *nafs* atau aspek spiritual manusia dari perspektif ajaran Islam. Nilai-nilai Islam menjadi dasar untuk memahami kejiwaan manusia, yang dilihat melalui tingkah lakunya.¹⁵
- d. Novel *not me* adalah karangan prosa panjang yang mengandung rangkaian cerita kehidupan seseorang dengan orang di sekelilingnya dengan menonjolkan watak dan sifat.¹⁶ Penulis novel *not me* adalah Cahya Maharani diterbitkan di Jakarta Selatan dengan penerbit moka media. Novel ini merupakan cetakan pertama pada tahun 2021.

2. Penegasan Operasional

¹³ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, 14th ed. (Malang: UMM Press, 2017), 46–47.

¹⁴ Rosihan Anwar, *Akhlaq Tasawuf Implementasi dalam Kehidupan Sehari-hari* (Bandung: Pustaka Setia, 2021).

¹⁵ Fuad Nashori and Rachmy Diana Mucharam, *Psikologi Islami: Paradigma Baru Psikologi*, vol. 62 (Yogyakarta: Kalimedia, 2020).

¹⁶ Irfai Fathurohman et al., “Analysis of Moral Values in the Novel Not Me by Cahya Maharani,” *ICCCM Journal of Social Sciences and Humanities* 2, no. 3 (June 2023): 46–58, <https://doi.org/10.53797/icccmjssh.v2i3.7.2023>.

Berdasarkan penegasan konseptual di atas maka secara operasional yang dimaksud dengan “Arketipe Dan Konflik *Nafs* Tokoh Utama Dalam Novel *Not Me* Karya Cahya Maharani Dalam Perspektif Psikologi Islam” adalah tujuan peneliti untuk menganalisis pengalaman universal dalam ketidaksadaran dan permasalahan perilaku tercela tokoh utama dalam karangan prosa yang panjang berjudul *not me* karya Cahya Maharani hal ini akan ditinjau dari ilmu yang mempelajari kejiwaan berdasarkan nilai-nilai agama Islam, dan akan dianalisis penyebab kesehatan mental dari segi psikologi Carl Gustav Jung dan diharapkan dapat menumbuhkan sikap toleransi, menghargai sesama, memiliki empati yang tinggi dan juga mencegah perundungan sesama makhluk hidup.