Anafora: Jurnal Penelitian Mahasiswa Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia
Diterbitkan Oleh :
Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia
FKIP Universitas Kuningan

Volume 6 Nomor 3 Tahun 2026
Halaman 30-39

REGRESI KEBUTUHAN DAN TRAUMA TOKOH P DALAM NOVEL *DI TANAH LADA*

Shufaira[1], Suseno[2]
[1,2]*Sastra Indonesia, Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Semarang*
shufaira10@studentns.unnes.ac.id

ABSTRAK: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana trauma masa kecil dan lingkungan keluarga disfungsi dapat memengaruhi struktur hierarki kebutuhan tokoh dalam novel Di Tanah Lada karya Ziggy Zesyazeoviennazabrizkie. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif untuk menggambarkan bentuk trauma dan regresi kebutuhan tokoh P dalam novel Di Tanah Lada. Pendekatan kualitatif diterapkan dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra dengan dasar teori humanistik Abraham Maslow untuk memahami jenis hierarki kebutuhan yang terpenuhi oleh tokoh. Data penelitian berupa kata, frasa, kalimat, hingga wacana yang menggambarkan adanya trauma dan regresi kebutuhan tokoh P. Hasil penelitian menunjukkan bahwa trauma yang dialami tokoh P bersumber dari tiga aspek utama, yaitu kekerasan fisik dan verbal, penelantaran emosional, serta ketidakpastian lingkungan. Kegagalan pemenuhan kebutuhan rasa aman tersebut memicu terjadinya mekanisme regresi kebutuhan pada tokoh P. Temuan ini memperkuat pandangan psikologi humanistik bahwa pemenuhan kebutuhan dasar, khususnya rasa aman, memiliki peran krusial dalam menentukan arah perkembangan psikologis individu.
KATA KUNCI: *Psikologi Sastra; Hierarki kebutuhan; Regresi kebutuhan; Trauma.*

REGRESSION OF THE NEEDS AND TRAUMA OF THE CHARACTER P IN THE NOVEL *IN TANAH LADA*

ABSTRACT: This research aims to analyze how childhood trauma and a dysfunctional family environment can affect the hierarchical structure of the needs of characters in Ziggy Zesyazeoviennazabrizkie's novel Di Tanah Lada. The research method used is descriptive to describe the form of trauma and regression of the needs of character P in the novel Di Tanah Lada. A qualitative approach was applied using a literary psychology approach based on Abraham Maslow's humanistic theory to understand the types of needs fulfilled by the characters. The research data consisted of words, phrases, sentences, and discourse that described the trauma and regression of character P's needs. The results showed that the trauma experienced by character P stemmed from three main aspects, namely physical and verbal abuse, emotional neglect, and environmental uncertainty. The failure to fulfill the need for security triggered a mechanism of regression of needs in character P. This finding reinforces the humanistic psychological view that the fulfillment of basic needs, especially the need for security, plays a crucial role in determining the direction of an individual's psychological development.
KEYWORDS: *Psychology of literature; Hierarchy of needs; Regression of need; Trauma.*

PENDAHULUAN

Anak merupakan generasi penerus bangsa yang memiliki peran besar untuk keberlangsungan suatu bangsa di masa depan. Oleh karena itu, anak-anak perlu dilindungi dan diperhatikan tumbuh kembangnya agar dapat menjadi generasi muda penerus bangsa yang dapat memajukan bangsa dan negara. Akan tetapi, kekerasan pada anak masih sering kali terjadi di sekitar kita. Anak menjadi target utama perilaku kekerasan, karena pelaku memanfaatkan ketidakberdayaan seorang anak untuk melakukan perlawanan ketika perilaku kekerasan terjadi (Polick dkk., 2022). Mirisnya, kekerasan pada anak justru biasanya terjadi di lingkungan keluarga. Pelaku kekerasan pada anak justru merupakan bagian dari keluarga yang diharapkan

dapat menjadi tempat berlindung bagi anak. Kekerasan pada anak merupakan suatu Tindakan menganiaya atau memperlakukan anak dengan buruk (Rizkiana, 2026). Bentuk kekerasan pada anak dapat dilihat melalui kekerasan fisik, kekerasan seksual, melantarkan dan mengeksploitasi anak, serta serangan emosional yang dapat mempengaruhi kondisi psikis anak (Simanjuntak, 2024).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menyadarkan masyarakat mengenai isu atau permasalahan kekerasan pada anak adalah dengan cara menyampaikannya melalui karya sastra (Alyani & Maulana, 2025). Karya sastra dapat dinikmati oleh berbagai kalangan. Tidak hanya anak-anak dan remaja saja, banyak orang tua yang kini masih menikmati karya sastra. Karya sastra merupakan bentuk ekspresi diri seorang pengarang berdasarkan perasaan, pengalaman, pemikiran, serta imajinasi pengarang yang dapat diungkapkan melalui lisan maupun tulisan. Meskipun karya sastra bersifat imajinatif, karya sastra tetap dapat menjadi sarana pembelajaran bagi masyarakat mengenai kehidupan di lingkungan sekitar. Melalui karya sastra, pengarang dapat mengembangkan pemikiran dan imajinasinya mengenai kehidupan di sekitar dengan menghasilkan karya-karya yang nantinya dapat dinikmati oleh banyak orang.

Kajian sastra modern dan kontemporer dalam beberapa dekade terakhir semakin menunjukkan pergeseran ke arah pendekatan yang bersifat interdisipliner, terutama melalui pemanfaatan perspektif psikologi dalam pembacaan teks sastra. Karya sastra tidak lagi dipahami hanya sebagai objek estetik, melainkan sebagai ruang representasi yang merekam dan mengolah pengalaman batin manusia, termasuk pengalaman traumatis yang kompleks dan berlapis. Salah satu persoalan penting yang banyak mendapat perhatian ialah bagaimana trauma masa kanak-kanak direpresentasikan, khususnya trauma yang bersumber dari kekerasan dalam rumah tangga dan relasi keluarga yang disfungsional (Aprilia dkk., 2025). Berbagai temuan psikologi perkembangan menunjukkan bahwa trauma pada fase awal kehidupan berpengaruh besar terhadap pembentukan kepribadian, kemampuan regulasi emosi, serta kapasitas individu untuk membangun rasa aman dan kepercayaan terhadap lingkungan sosialnya (Lurie dkk., 2023). Dengan demikian, penelitian mengenai trauma yang dialami tokoh anak dalam karya sastra menjadi signifikan untuk menelaah bagaimana pengalaman traumatis tersebut dimaknai, dihadirkan kembali, dan memengaruhi dinamika psikologis tokoh.

Salah satu teks yang relevan dalam konteks ini adalah novel Di Tanah Lada karya Ziggy Zezsyazeoviennazabrizkie, sebuah karya sastra Indonesia kontemporer yang secara terang-terangan menampilkan realitas kekerasan, instabilitas keluarga, serta kerentanan hidup anak-anak dalam situasi sosial yang tidak aman. Novel ini tidak hanya mengisahkan kekerasan fisik dan verbal sebagai konflik eksternal, tetapi juga menggarisbawahi pergulatan batin tokoh anak yang terus-menerus berada di bawah tekanan psikologis. Tokoh P sebagai tokoh anak pendukung digambarkan tumbuh dalam lingkungan yang gagal menyediakan rasa aman, baik secara fisik maupun emosional. Kondisi tersebut menjadikan tokoh P sebagai figur representatif yang penting untuk dikaji melalui perspektif psikologi sastra, khususnya dalam rangka memahami bagaimana pengalaman trauma memengaruhi pemenuhan kebutuhan psikologis dasar yang terkait dengan rasa

aman. Penelitian ini membatasi ruang lingkup analisis pada representasi trauma yang dialami tokoh P dan implikasinya terhadap pemenuhan kebutuhan rasa aman (*safety needs*). Fokus pembacaan diarahkan pada kutipan-kutipan teks yang memotret pengalaman kekerasan, ketakutan, ketidakpastian, dan hilangnya perlindungan psikologis pada tokoh. Penelitian ini tidak berpretensi mengulas keseluruhan struktur kepribadian tokoh, melainkan secara khusus menyoroti dinamika kebutuhan psikologis dasar yang mengalami gangguan sebagai konsekuensi trauma. Pembatasan tersebut dipandang perlu agar analisis tetap mendalam sekaligus menjaga konsistensi hubungan antara objek kajian, landasan teoretis, dan tujuan penelitian.

Dalam konteks penelitian terdahulu, sejumlah kajian sastra Indonesia telah memanfaatkan pendekatan psikologi humanistik, terutama hierarki kebutuhan Abraham Maslow, untuk menganalisis tokoh dalam karya sastra. Seperti penelitian yang dilakukan oleh (Ahdiani & Maulana, 2024) yaitu meneliti pencapaian aktualisasi diri tokoh anak yang berasal dari keluarga *broken home* dan menunjukkan bahwa latar keluarga disfungsional berpengaruh terhadap pemenuhan kebutuhan psikologis. Di sisi lain, (Amalia, 2024) menempatkan pemenuhan kebutuhan psikologis sebagai indikator penting dalam perkembangan kepribadian tokoh utama. Kedua penelitian tersebut menegaskan relevansi teori humanistik dalam kajian sastra dan memberikan dasar konseptual yang berharga. Meski demikian, kecenderungan utama dalam penelitian-penelitian tersebut masih bersifat deskriptif dan normatif. Hierarki kebutuhan kerap diperlakukan sebagai tahapan yang linear dan progresif, dengan penekanan pada kategori kebutuhan apa saja yang sudah atau belum terpenuhi, tanpa menelusuri secara rinci dinamika psikologis yang muncul ketika tokoh menghadapi tekanan traumatis yang terus berulang (Adinda, 2025). Aspek regresi kebutuhan yakni situasi ketika individu mengalami kemunduran dalam pemenuhan kebutuhan psikologis akibat trauma atau ancaman yang berkelanjutan relatif belum banyak disentuh dalam kajian sastra yang berbasis psikologi humanistik. Kekosongan ini mengisyaratkan adanya celah penelitian yang penting untuk diisi, terutama ketika objek kajian adalah tokoh anak yang berada pada fase perkembangan psikologis yang rentan (Dewi, 2026).

Sementara itu, perkembangan mutakhir dalam psikologi menunjukkan bahwa trauma masa kanak-kanak memiliki konsekuensi jangka panjang terhadap cara individu memaknai diri dan dunia di sekitarnya. (Lurie dkk., 2023) menegaskan bahwa pengalaman traumatis pada masa anak-anak dapat memengaruhi pola pikir, mekanisme regulasi emosi, dan motivasi individu dalam jangka panjang. Trauma tidak hanya meninggalkan luka emosional, tetapi juga merusak pondasi rasa aman yang diperlukan bagi perkembangan psikologis yang sehat (McLaughlin dkk., 2020). Ketika kebutuhan akan rasa aman tidak terpenuhi, individu berpotensi mengalami hambatan dalam pemenuhan kebutuhan-kebutuhan psikologis berikutnya dan dapat mengalami kemunduran dalam perkembangan kepribadiannya. Kerangka konseptual sense of safety yang dirumuskan oleh (Lynch, 2024) pemahaman bahwa rasa aman merupakan elemen mendasar dalam kesejahteraan psikologis manusia. Konsep ini tidak terbatas pada keamanan fisik, tetapi juga meliputi keamanan emosional, relasional, dan psikologis. Pada individu yang hidup dalam lingkungan sarat ancaman, ketidakpastian, dan kekerasan, rasa aman menjadi sangat rentan dan sulit dibangun

Volume 6 Nomor 3 Tahun 2026
Halaman 30-39

secara konsisten. Meskipun kerangka ini telah banyak digunakan dalam penelitian psikologi dan kesehatan mental, pemanfaatannya dalam analisis sastra terutama sastra Indonesia masih relatif jarang. Kondisi ini membuka peluang untuk mengintegrasikan temuan-temuan psikologi kontemporer ke dalam pembacaan karya sastra secara lebih mendalam dan kontekstual.

Bertolak dari pemetaan literatur tersebut, posisi kebaruan (*state of the art*) penelitian ini terletak pada upaya mengintegrasikan kajian trauma psikologis dengan pendekatan psikologi humanistik dalam studi sastra, dengan titik tekan pada fenomena regresi kebutuhan (Downey & Crummy, 2022). Penelitian ini berangkat dari asumsi bahwa pemenuhan kebutuhan psikologis tidak selamanya berlangsung secara stabil dan linier, tetapi bersifat dinamis dan dipengaruhi konteks. Trauma akibat kekerasan dan kondisi keluarga yang disfungsional dipahami sebagai faktor utama yang tidak hanya menghambat pemenuhan kebutuhan rasa aman, tetapi juga memicu kemunduran dalam struktur kebutuhan psikologis tokoh anak. Pendekatan semacam ini memperluas cara pandang terhadap teori kebutuhan manusia dengan menekankan kerentanannya terhadap gangguan traumatis (Crockett, 2023).

Selaras dengan state of the art tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis bagaimana trauma dan kekerasan direpresentasikan dalam novel Di Tanah Lada sehingga menghambat pemenuhan kebutuhan rasa aman tokoh P, sekaligus memerinci mekanisme regresi kebutuhan yang muncul sebagai konsekuensi dari kegagalan pemenuhan kebutuhan tersebut. Penelitian ini juga hendak menunjukkan bahwa tokoh anak dalam karya sastra tidak hanya dapat dikaji melalui capaian pemenuhan kebutuhan, tetapi juga melalui pengalaman kegagalan dan kemunduran kebutuhan yang dipicu oleh trauma.

Dengan demikian, kebaruan penelitian ini terletak pada pemusatan perhatian terhadap regresi kebutuhan sebagai dampak trauma psikologis pada tokoh anak dalam sastra Indonesia kontemporer. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pengembangan kajian psikologi sastra, terutama dalam mengembangkan penerapan teori humanistik yang lebih dinamis dan peka terhadap konteks trauma. Secara praktis, penelitian ini diharapkan memberi sumbangan dalam memahami representasi trauma anak dalam karya sastra sebagai refleksi dari problematika sosial yang nyata.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif untuk menggambarkan bentuk trauma dan regresi kebutuhan tokoh P dalam novel Di Tanah Lada. Pendekatan kualitatif diterapkan dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra dengan dasar teori humanistik Abraham Maslow untuk memahami jenis hierarki kebutuhan yang terpenuhi oleh tokoh P. Penelitian kualitatif menurut (Sugiyono, 2013) digunakan untuk memahami fenomena yang terjadi secara alamiah. Sumber data penelitian ini berupa novel Di Tanah Lada karya Ziggy Zesyazeovienna (2015) dengan data berupa kata, frasa, kalimat, hingga wacana yang menggambarkan adanya trauma dan regresi kebutuhan tokoh P. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik baca dan catat. Teknik ini melibatkan pembacaan mendalam terhadap novel "Di Tanah Lada" karya Ziggy Zesyazeoviennazabrizkie untuk mengidentifikasi trauma dan regresi kebutuhan tokoh P. Peneliti membaca teks dengan cermat untuk mengumpulkan

Volume 6 Nomor 3 Tahun 2026
Halaman 30-39

informasi tentang karakterisasi, dialog, alur, dan simbolisme yang relevan. Setiap detail yang mendukung analisis, seperti deskripsi psikologis dan interaksi antar karakter, dicatat secara sistematis. Catatan ini kemudian dianalisis untuk menemukan pola dan tema yang mendukung tujuan penelitian. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis data kualitatif model Miles dan Huberman yang dilakukan melalui tiga tahapan, yaitu tahapan reduksi data, penyajian data, dan pengambilan simpulan (Qomaruddin & Sa'diyah, 2024). Tahap reduksi data dilakukan untuk menyeleksi, memfokuskan, menyederhanakan, dan mentransformasi data mentah yang diperoleh dari sumber data. Pada tahap penyajian data hasil penelitian akan ditampilkan dalam bentuk narasi deskriptif. Tahap pengambilan simpulan didasarkan pada hasil data yang diperoleh dalam penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Permasalahan utama dalam pembahasan penelitian ini mencakup dua hal, yaitu

1) Hambatan pemenuhan kebutuhan,
2) Mekanisme regresi kebutuhan.

Hasil dari pembahasan permasalahan ini berupa deskripsi dan kutipan yang menunjukkan adanya kegagalan pemenuhan kebutuhan rasa aman yang dialami oleh tokoh P dalam novel Di Tanah Lada karya Ziggy Zesyazeoviennazabrizkie.

1. Hambatan Pemenuhan Kebutuhan Rasa Aman (Safety Needs)

Hambatan atau kegagalan pemenuhan akan rasa aman dapat dilihat berdasarkan kekerasan fisik dan verbal, penelantaran emosional, serta ketidakpastian lingkungan yang dialami oleh tokoh.

a. Kekerasan fisik dan verbal

Kebutuhan akan rasa aman (*safety needs*) menurut Maslow mencakup perlindungan dari bahaya fisik, ancaman verbal, serta kondisi lingkungan yang stabil dan dapat diprediksi (Maslow, 1943). Dalam kehidupan anak, kebutuhan ini sangat bergantung pada figure orang tua sebagai sumber perlindungan utama. Namun, dalam novel Di Tanah Lada, tokoh P justru mengalami kekerasan fisik dan verbal secara berulang dari ayahnya.

"Dipukul balik lebih sakit lagi daripada mukul. Jadi, mendingan jangan mukul sama sekali" (hal. 115).

Kutipan tersebut menunjukkan bahwa kekerasan telah menjadi pengalaman yang dinormalisasi dalam kehidupan tokoh P. Kekerasan ini tidak hanya melukai secara fisik, tetapi juga membentuk pola ketakutan yang menetap. Ketika seorang anak menginternalisasi kekerasan sebagai sesuatu yang wajar, maka hal ini menandakan rusaknya batas psikologis antara aman dan tidak aman.

Ancaman verbal yang intens juga tampak dalam kutipan,

"Keluar, brengsek! Keluar, keluar, keluar!" (hal. 138), serta ancaman kematian *"Kalau anak sampah itu kembali lagi ke rumah, dia bakal mati!"* (hal. 143).

Menurut (Maslow, 1954) rasa aman menuntut adanya keteraturan dan kepastian, sedangkan ancaman semacam ini menciptkan kondisi psikologis yang kacau dan penuh ketakutan. Tokoh P hidup dalam kondisi di mana rumah bukan lagi tempat perlindungan, melainkan sumber bahaya yang harus dihindari.

"Nggak. Dia nggak suka aja aku ada di rumah. Kebetulan aja ada setrikaan di situ, dia pake, deh." (hal. 144)

Kekerasan fisik yang ditunjukkan melalui kutipan di atas, memperkuat gagasan bahwa kebutuhan rasa aman tokoh P ini gagal terpenuhi secara fundamental. Kekerasan yang dilakukan oleh figur otoritas menyebabkan anak berada dalam mode bertahan hidup (*survival mode*), di mana fokus utama bukan lagi perkembangan diri, melainkan menghindari ancaman berikutnya.

b. Penelantaran emosional

Selain kekerasan fisik dan verbal, penelantaran emosional juga menjadi faktor utama yang menghambat pemenuhan kebutuhan rasa aman tokoh P. Maslow menegaskan bahwa rasa aman tidak hanya berkaitan dengan keamanan fisik, tetapi juga dengan stabilitas emosional dan perasaan dilindungi (Maslow, 1968).

"Karena Papa aku benci aku dan dia malas ngasih aku nama." (hal. 69).

Kutipan tersbut menunjukkan bentuk penolakan yang mendalam. Identitas diri anak mulai dibangun sejak dini melalui pengakuan dan penerimaan dari orang tua.

"Aku pernah tanya Papa waktu aku masih kecil. Aku ketemu buku ini. Terus, aku tanya, 'P itu apa?', terus dia bilang 'Buku itu untukmu, dari si jalang', dan aku bilang lagi, Kalau begitu, aku P?', dan dia mulai menjelaskan kalau orang yang nggak punya nama bukan orang, jadi aku bukan orang." (hal. 137-138).

Kutipan di atas tidak hanya melukai harga diri, tetapi juga menghilangkan rasa aman ekstensial atau rasa bahwa dirinya diakui dan layak untuk dilindungi. Absennya panggilan nama menandakan absennya relasi afektif yang sehat. Menurut perspektif humanistic, hubungan yang penuh empati dan penerimaan tanpa syarat merupakan fondasi utama bagi perkembangan psikologis anak (Maslow, 1954). Ketiadaan hal ini membuat tokoh P tumbuh dalam kondisi ketidakpastian emosional yang kronis.

"Aku nggak punya apa-apa lagi," ulang Pepper sambil terisak. "Aku nggak punya rumah, nggak punya Papa, nggak punya nama... Seenggaknya, dulu, meskipun banyak tikusnya, kamar 315 di Rusun Nero itu rumahku. Meskipun dia membakar tanganku pakai setrika, dia Papaku. Meskipun Cuma satu huruf, itu dulu namaku. Sekarang... sekarang..." (hal. 161).

Kutipan tersebut menjadi ekspresi akumulasi dari penelantaran emosional yang dialami. Tokoh P tidak hanya kehilangan rumah dan figure ayah, tetapi juga kehilangan rasa aman psikologis sebagai seorang anak. Kondisi ini memperlihatkan bahwa kebutuhan rasa aman tidak terpenuhi secara menyeluruh, baik secara fisik maupun emosional.

c. Ketidakpastian lingkungan

Maslow menekankan bahwa rasa aman sangat bergantung pada lingkungan yang stabil dan dapat diprediksi (Maslow, 1943). Dalam kehidupan tokoh P, lingkungan justru ditandai oleh ketidakpastian yang ekstrem. Seperti pada kutipan,

"Kalau Papa mengejarku ke atas, dia pasti mau mendorongku dari atap." (hal. 124).

Kutipan tersebut menunjukkan bahwa ancaman bahaya bersifat konstan dan tidak terprediksi.

"Kadang-kadang, aku juga mandi di sini. Aku pinjam bak ibu-ibu, terus mandi di sana. Kalau Papa ada di kamar, aku nggak bisa mandi, soalnya." (hal. 125).

Pepper mengangkat bahu. "Soalnya, Papa aku nggak tahu kalau aku tidur di dalam sini. Kalau tahu, dia pasti akan mengusirku keluar." (hal. 135).

"Pernah, dong. Makanya, aku tahu. Aku sudah beberapa kali ganti kardus. Kalau kardusnya berubah, dia nggak akan tahu kalau aku tinggal di dalamnya. Dia lupa. Kadang-kadang, kalau dia ingat, dia suka menendang-nendang kardusnya, padahal ada aku di dalamnya. Terus dia menyuruhku keluar." (hal. 135).

Kondisi ketika tokoh P harus menyembunyikan tempat tidurnya di dalam kardus dan terus menggantinya agar tidak ketahuan, menunjukkan bahwa hidupnya sepenuhnya dikendalikan oleh rasa takut. Bahkan aktivitas dasar seperti mandi pun harus disesuaikan dengan keberadaan ayahnya. Situasi ini mencerminkan gagalnya fungsi rumah sebagai ruang aman.

Menurut (Maslow, 1968) individu tidak memiliki kapasitas psikologis untuk memenuhi kebutuhan yang lebih tinggi karena seluruh energinya terserap untuk bertahan hidup. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa trauma, kekerasan, dan ketidakpastian lingkungan yang dialami tokoh P secara sistematis menghambat pemenuhan kebutuhan rasa aman.

1. Mekanisme Regresi Kebutuhan

Kegagalan pemenuhan kebutuhan rasa aman yang dialami tokoh P tidak hanya berdampak pada kondisi psikologis jangka pendek, tetapi juga memengaruhi arah perkembangan kebutuhannya secara keseluruhan. Dalam perspektif psikologi humanistik, kondisi ini memicu regresi kebutuhan, yaitu kemunduran individu dari pemenuhan kebutuhan Tingkat lebih tinggi menuju pola bertahan hidup yang lebih dasar (Maslow, 1954).

Penelitian mutakhir menunjukkan bahwa anak yang tumbuh dalam lingkungan penuh kekerasan dan penelantaran cenderung mengalami gangguan pada pemenuhan kebutuhan psikologis dasar, terutama rasa aman dan keterikatan emosional (Amahoru & Sampe, 2023). Ketika rasa aman tidak terpenuhi, anak akan mengembangkan strategi bertahan yang sering kali bersifat regresif.

a. Isolasi diri

Isolasi diri sebagai regresi kebutuhan cinta dan rasa memiliki. Isolasi diri ini merupakan salah satu bentuk regresi kebutuhan yang menonjol pada tokoh P. Ketidakmampuan tokoh ini untuk memilih figure afektif seperti ayah, menunjukkan kegagalan pemenuhan kebutuhan cinta dan rasa memiliki.

Dalam hal ini, tokoh P hampir menjangkau hierarki kebutuhan tahap selanjutnya, yaitu kebutuhan akan hubungan emosional, kasih sayang, dan cinta. Kebutuhan ini dihadirkan oleh seseorang yang sebenarnya ada di sekitar tokoh P, yaitu tokoh yang dipanggil Mas Alri. Akan tetapi, tokoh P belum memiliki fondasi rasa aman yang cukup untuk membangun relasi emosional yang sehat. Isolasi ini bukan semata-mata bentuk penolakan sosial, melainkan strategi psikologis untuk menghindari potensi luka emosional lanjutan.

"Kamu nggak senang, ya, Papa kamu Mas Alri?" tanyaku lagi. P menggeleng.

"Tapi," kataku lagi, hati-hati, "kamu lebih sayang mana? Papa, atau Mas Alri?" P menggeleng lagi. "Nggak dua-duanya." (hal. 232-233).

Kutipan di atas menunjukkan adanya penolakan batin dari tokoh P saat mengetahui bahwa Mas Alri adalah ayah kandungnya.

"Aku nggak mau tinggal sama Mas Alri. Aku mau tinggal sama Nenek Isma." (hal. 233).

Kutipan tersebut dapat dipahami sebagai upaya tokoh P mencari figure yang dianggap paling aman secara emosional. Namun, pilihan ini juga mencerminkan regresi kebutuhan, karena P tidak berupaya membangun keterikatan baru, melainkan kembali mencari perlindungan pada relasi yang minim risiko. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa anak yang mengalami trauma kronis cenderung membatasi keterikatan emosionalnya (Mu'min dkk., 2024).

b. Subtitusi atau pengalihan

Bentuk regresi kebutuhan lainnya terlihat melalui subtituasi atau pengalihan kebutuhan afektif ke dunia imajinatif. Tokoh P menciptakan Gambaran tentang tempat ideal yang "jauh dari sini" dan "penuh harapan", yang berfungsi sebagai ruang aman psikologis ketika realitas tidak menyediakan perlindungan. Seperti pada kutipan,

"Kamu ikut aku aja." "ke mana?" "nggak tahu. Tapi jauh dari sini. Di tempat yang ada bintangnya. Di tempat di mana harapan terkabul."

"Pulang, yuk." "Ke mana?" tanyaku. Aku menunjuk pondok penginapan kami. "Ke sana?" "Bukan." P menggeleng. "Ke sana." Dia menunjuk ke langit. Menunjuk ke bintang. (hal. 244).

Penelitian kontemporer menunjukkan bahwa anak yang mengalami kekerasan dan ketidakamanan lingkungan sering menggunakan imajinasi sebagai strategi koping untuk mengelola stres dan kecemasan (Sum & Bora, 2023). Imajinasi menjadi sarana regulasi emosi ketika relasi nyata justru menjadi sumber ancaman.

Namun, mekanisme ini juga menandakan terhambatnya pemenuhan kebutuhan cinta dan rasa memiliki secara nyata. Tokoh P tidak bergerak menuju relasi sosial yang sehat, melainkan mengalihkan kebutuhannya ke ruang internal yang lebih aman dan terbatas. Dengan demikian, subtitusi ini memperlihatkan regresi kebutuhan sebagai konsekuensi langsung dari trauma yang dialami.

c. Harga diri rendah

Regresi kebutuhan pada tokoh P juga berdampak pada perkembangan harga diri. Pernyataan tokoh P yang merasa "tidak punya apa-apa" mencerminkan internalisasi penolakan, kekerasan, dan penelantaran yang dialaminya. Anak yang tumbuh tanpa rasa aman cenderung mengembangkan konsep diri negatif dan merasa tidak berharga (Sanyoto & Satiningsih, 2022).

Penelitian terkini menunjukkan bahwa kekerasan emosional dan fisik pada anak berhubungan signifikan dengan rendahnya harga diri serta gangguan kesejahteraan psikologis di kemudian hari (Ariani & Asih, 2022). Kondisi ini juga menjelaskan kecenderungan tokoh P untuk memandang figure dewasa lain sebagai ancaman, terlihat dalam generalisasi traumanya kepada sosok ayah dan juga kepada Mas Alri. Dengan demikian, rendahnya harga diri tokoh P

Volume 6 Nomor 3 Tahun 2026
Halaman 30-39

bukan merupakan karakter bawaan, melainkan hasil dari dinamika regresi kebutuhan yang berakar pada kegagalan pemenuhan rasa aman. Energi psikologis tokoh P terperangkap pada Tingkat kebutuhan dasar, sehingga menghambat perkembangan menuju kebutuhan harga diri dan aktualisasi diri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa novel di Tanah Lada mempresentasikan dinamika psikologis tokoh P secara mendalam melalui perspektif psikologi humanistik Abraham Maslow. Tokoh P digambarkan sebagai anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga disfungsional, ditandai oleh kekerasan fisik, verbal, serta penelantaran emosional yang berlangsung secara terus-menerus. Kondisi ini secara signifikan menghambat pemenuhan kebutuhan rasa aman (*safety needs*), yang menurut Maslow merupakan fondasi utama bagi perkembangan psikologis individu.

Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa regresi kebutuhan pada tokoh P bukanlah bentuk penyimpangan kepribadian, melainkan respons psikologis yang adaptif terhadap kondisi lingkungan yang tidak aman. Kegagalan pada tingkat kebutuhan dasar akan menghambat, bahkan memundurkan, pemenuhan kebutuhan pada tingkat yang lebih tinggi. Penelitian ini tidak hanya mendeskripsikan hierarki kebutuhan Maslow, tetapi secara khusus menyoroti dinamika regresi kebutuhan sebagai akibat dari trauma masa kanak-kanak dalam karya sastra. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam kajian sastra berbasis psikologi, khususnya dalam memahami representasi trauma anak dan dampaknya terhadap perkembangan kebutuhan psikologis tokoh dalam karya sastra.

DAFTAR PUSTAKA

Adinda, N. T. (2025). Peran Pola Asuh dan Trauma Masa Kecil terhadap Perkembangan Kepribadian pada Remaja. *ATTENDING: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *2*(2), 105–114.

Ahdiani, U., & Maulana, A. (2024). Abraham Maslow's hierarchy of human needs building self-actualization reflected in a broken home child character. *NOTION: Journal of Linguistics, Literature, and Culture.*

Alyani, U., & Maulana, A. (2025). Represi Trauma Akibat Stigma Kearifan Lokal dalam Cerpen Singa Putih: Kajian Psikoanalisis Freudian. *Alinea: Jurnal Bahasa, Sastra Dan Pengajaran*, *5*(3), 2014–2016.

Amahoru, A., & Sampe, P. D. (2023). Psychological well-being pada anak usia 5 tahun yang mengalami kekerasan seksual di Ambon. *AlBanna: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, *3*(1), 1–12.

Amalia, N. (2024). Kajian psikologis humanistik Abraham Maslow pada tokoh utama dalam novel Surat Dahlan. *Imajari: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*.

Aprilia, V., Halimah, S., Rhmadhani, A. R., & Komalasari, M. D. (2025). Dampak Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Perkembangan Psikologis Anak. *AT-TAKLIM: Jurnal Pendidikan Multidisiplin, 2*(1), 511–518.

Ariani, N. W. T., & Asih, K. S. (2022). Dampak kekerasan pada anak. *Jurnal Psikologi Mandala*, *6*(1), 1–10.

Crockett, T. (2023). Ethical Representations of Trauma in Young Adult Literature. *(Doctoral Dissertation, Open Access Te Herenga Waka-Victoria University of*

Volume 6 Nomor 3 Tahun 2026
Halaman 30-39

Wellington).

Dewi, N. P. A. A. (2026). Pengaruh Pengalaman Emosional Masa Kanak-Kanak terhadap Perilaku Konsumtif Pada Dewasa Awal. *Jurnal Media Akademik (JMA)*, *4*(1).

Downey, C., & Crummy, A. (2022). The impact of childhood trauma on children's wellbeing and adult behavior. *European Journal of Trauma & Dissociatio*, *6*(1), 100237.

Lurie, L. A., Hangen, E. J., Rosen, M. L., & Crosnoe, R. (2023). Reduced growth mindset as a mechanism linking childhood trauma with life outcomes. *Child Abuse & Neglect*, 139.

Lynch, A. H. (2024). The sense of safety theoretical framework: A trauma-informed and whole-person approach. *Frontiers in Psychology*, 15.

Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, *50*(4), 370–396.

Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*.

Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being (2nd ed).*

McLaughlin, K. A., Colich, N. L., Rodman, A. M., &, & Weissman, D. G. (2020). Mechanisms linking childhood trauma exposure and psychopathology: A transdiagnostic model of risk and resilience. *BMC Medicine*, *18*(1), 96.

Mu'min, S. A., Santri, D., & Susilowati, T. (2024). Intervensi pasca trauma pada anak korban kekerasan seksual di Indonesia. *Al-TA'DIB: Jurnal Kajian Ilmu Kependidikan*, *16*(2), 166–182.

Polick, C. S., Polick, S. R., & Stoddard, S. A. (2022). Relationships between childhood trauma and multiple sclerosis: A systematic review. *Journal of Psychosomatic Research*, *160*, 110981.

Qomaruddin, Q., & Sa'diyah, H. (2024). Kajian teoritis tentang teknik analisis data dalam penelitian kualitatif: Perspektif Spradley, Miles dan Huberman. *Journal of Management, Accounting, and Administration*, *1*(2), 77–84.

Rizkiana, A. (2026). Dampak Kekerasan Terhadap Perkembangan Dan Kesejahteraan Psikologis Anak. *Arus Jurnal Psikologi Dan Pendidikan*, *5*(1), 1–7.

Sanyoto, S. A., & Satiningsih. (2022). Pengalaman kekerasan dan konsep diri pada anak. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi, 9*(7).

Simanjuntak, J. A. A. (2024). Pengaruh trauma anak terhadap kesehatan mental di masa dewasa. *Circle Archive*, *1*(4).

Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*.

Sum, T. A., & Bora, I. F. R. (2023). Penanganan kekerasan mental anak (konteks kekerasan mental anak usia dini selama COVID-19). *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *7*(2), 1696–1709.