

**BAHASA TRAUMA: PADA KEHIDUPAN MIRIS FAREL PRAYOGA DALAM
PODCAST DENNY SUMARGO UNGGAHAN YOUTUBE JULI 2025**

Fahrani Almira Rizkya Haryanto^{1*}, Eko Suroso²
Pascasarjana Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia,
Universitas Muhammadiyah Purwokerto^{1,2}
e-mail: fahraniiialmiraaa@gmail.com, ekosuroso36@gmail.com

ABSTRAK

Fenomena trauma psikologis yang diungkap melalui bahasa menjadi isu penting dalam kajian psikolinguistik modern. Bahasa tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai wadah ekspresi batin yang mencerminkan luka emosional dan proses penyembuhan diri. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena tuturan Farel Prayoga dalam podcast Curhat Bang Denny Sumargo, yang memperlihatkan gejala linguistik khas trauma seperti tuturan terputus, eufemisme, serta perubahan intonasi dan ekspresi wajah. Kasus ini menunjukkan bagaimana pengalaman traumatik dapat memengaruhi sistem bahasa dan menjadi bentuk komunikasi emosional nonkonvensional. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk-bentuk bahasa trauma yang muncul dalam tuturan Farel Prayoga, menganalisis kaitannya dengan kondisi psikologis penutur, serta menafsirkan peran bahasa sebagai sarana rekonstruksi diri dan pemulihan trauma. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan pendekatan psikolinguistik naratif, menggunakan teori trauma naratif Cathy Caruth sebagai kerangka analisis. Data dikumpulkan melalui observasi, transkripsi, dan analisis interaktif Miles dan Huberman, dengan mempertimbangkan aspek verbal (struktur kalimat, pilihan kata, prosodi) dan nonverbal (mimik wajah, gestur, intonasi). Hasil penelitian menunjukkan bahwa trauma terwujud melalui pola linguistik yang fragmentaris, pengulangan kata, serta ketidakteraturan prosodi yang menandakan beban emosional. Pilihan eufemisme dan jeda panjang menjadi mekanisme pertahanan diri, sementara gestur tubuh dan ekspresi wajah memperkuat indikasi trauma yang belum terintegrasi secara utuh dalam kesadaran. Bahasa dalam konteks ini tidak hanya merepresentasikan luka, tetapi juga menjadi ruang terapeutik (*healing discourse*) di mana individu berusaha menata kembali makna hidupnya. Secara teori, penelitian ini memperluas kajian psikolinguistik dengan mengintegrasikan konsep trauma naratif dalam konteks komunikasi digital. Secara praktis, temuan ini memberikan implikasi bagi pengembangan terapi naratif, pendidikan bahasa, dan literasi emosional di masyarakat. Kesimpulannya, berbahasa bukan sekadar tindakan kognitif, melainkan proses terapeutik yang memungkinkan manusia menghadapi, mengolah, dan menyembuhkan trauma melalui kekuatan tutur.

Kata Kunci: *Psikolinguistik, Bahasa Trauma, Narasi Diri, Cathy Caruth, Farel Prayoga*

ABSTRACT

The phenomenon of psychological trauma revealed through language is an important issue in modern psycholinguistic studies. Language not only serves as a means of communication, but also as a container of inner expression that reflects emotional wounds and the process of self-healing. This research is motivated by the phenomenon of Farel Prayoga's speech in the podcast Curhat Bang Denny Sumargo, which shows typical linguistic symptoms of trauma such as interrupted speech, euphemisms, and changes in intonation and facial expressions. This case shows how traumatic experiences can affect language systems and become a form of unconventional emotional communication. This study aims to describe the forms of trauma

language that appear in Farel Prayoga's speech, analyze its relationship with the speaker's psychological condition, and interpret the role of language as a means of self-reconstruction and trauma recovery. The method used is qualitative descriptive with a narrative psycholinguistic approach, using Cathy Caruth's narrative trauma theory as an analytical framework. Data were collected through Miles and Huberman's observation, transcription, and interactive analysis, taking into account verbal (sentence structure, word choice, prosody) and nonverbal (facial expressions, gestures, intonation) aspects. The results of the study showed that trauma is manifested through fragmentary linguistic patterns, word repetition, and procedural irregularities that indicate emotional burden. The choice of euphemisms and long pauses becomes a self-defense mechanism, while body gestures and facial expressions reinforce indications of trauma that have not been fully integrated in consciousness. Language in this context not only represents wounds, but also becomes a therapeutic space (*healing discourse*) in which individuals try to rearrange the meaning of their lives. Theoretically, this research expands the study of psycholinguistics by integrating the concept of narrative trauma in the context of digital communication. Practically, these findings have implications for the development of narrative therapy, language education, and emotional literacy in society. In conclusion, language is not just a cognitive action, but a therapeutic process that allows humans to face, process, and heal trauma through the power of speech.

Keywords: *Psycholinguistics, Trauma Language, Self-Narrative, Cathy Caruth, Farel Prayoga*

PENDAHULUAN

Bahasa bukan hanya sebagai alat komunikasi, melainkan juga ruang representasi emosi dan pengalaman batin manusia (Jannah et al., 2025; Rahmatunnur & Rahmah, 2024). Dalam pandangan psikolinguistik, bahasa berfungsi sebagai jembatan antara proses mental dan ekspresi linguistik (Haryani et al., 2025). Proses kognitif yang terguncang akibat pengalaman emosional berat dapat memengaruhi struktur bahasa, baik dari segi pilihan kata, intonasi, maupun organisasi kalimat (Iswara et al., 2024; Yuliasari et al., 2024). Fenomena ini sering disebut sebagai bahasa trauma, yakni bentuk tuturan yang menandakan adanya luka psikis atau gangguan emosional akibat peristiwa yang mengguncang kehidupan individu (Harusu et al., 2024).

Trauma dalam berbahasa yakni dapat dikatakan sebagai “melampaui representasi bahasa” yang berarti penderitaan mendalam sering kali diungkap secara utuh melalui kata-kata, sehingga bahasa trauma cenderung lebih fragmentis, repetitive, dan sarat emosi. Fenomena bahasa trauma dapat diamati secara nyata dalam praktik komunikasi digital, terutama media *podcast* yang kini menjadi wadah bagi individu untuk menuturkan pengalaman pribadi dilakukan secara reflektif (Mulyana et al., 2024). Podcast membuka ruang bagi narasi diri dan pengakuan secara emosional, termasuk kisah-kisah yang sarat dengan beban psikologis (Islamiah, 2024). Salah satu contoh yang menarik untuk dikaji yaitu *podcast* yang menampilkan kisah hidup penyanyi cilik yaitu Farel Prayoga, figure publik muda yang mengalami perubahan drastis dalam perjalanan hidupnya, dari ketenaran menuju keterpurukan sosial. Dalam tuturan Farel, muncul ungkapan emosional yang memperlihatkan pergaulan batin. Seperti contohnya, rasa kehilangan, penyesalan, ketidakberdayaan, dan pencarian makna hidup. Jika ditelaah dari kacamata psikolinguistik, narasi tersebut mengandung ciri-ciri dari bahasa trauma yang dialami oleh Farel, yaitu dari segi penggunaan metafora emosional, pengulangan kata yang menandakan kegelisahan, serta struktur kalimat yang disampaikan tidak stabil sebagai refleksi dari kondisi mental yang terguncang.

Meskipun kajian psikolinguistik telah banyak membahas tentang hubungan antara bahasa dan emosi, penelitian ini yang secara spesifik menyoroti bahasa trauma dalam konteks narasi digital Indonesia masih sangat terbatas (Marpaung et al., 2025). Sebagian besar penelitian terdahulu lebih berfokus pada wacana sastra, terapi psikologis, atau ekspresi trauma dalam tulisan autobiografis. Sementara ekspresi trauma dalam bentuk lisan di media digital seperti *podcast* masih belum banyak dikaji secara mendalam (Fadhilah et al., 2025). Disinilah letak gap riset penelitian yaitu belum adanya analisis yang menghubungkan aspek linguistik berdasarkan pilihan kata, struktur kalimat dan pola emosi. Dengan aspek psikologi sebagai narasi utama dari trauma yang diungkap secara publik melalui media populer. Kajian ini juga penting untuk diteliti karena mampu menjembatani antara studi linguistik, psikologi komunikasi, dan budaya digital, sehingga mampu memberikan sudut pandang interdisipliner yang lebih meluas terhadap fenomena dari bahasa trauma (Minza & Febriani, 2022).

Penelitian ini terjadi pada unggahan youtube dari *podcast* curhat bang Denny Sumaro pada bulan Juli tahun 2025 (Sumargo, 2025). Urgensi penelitian ini terletak pada nilai humanistik dan sosial dilihat dari segi bahasa sebagai sarana pemulihan diri (Romadhon, 2025). Dalam konteks budaya Indonesia, yang sering menganggap pengungkapan luka batin sebagai hal yang tabu, keberanian seseorang seperti Farel Prayoga dalam mengisahkan pengalaman hidup traumatisnya melalui bahasa publik menjadi bentuk resistensi terhadap diam dan represi emosional. Melalui analisis kajian psikolinguistik, penelitian ini berupaya untuk memahami bagaimana bahasa menjadi media penyembuhan (*healing discourse*), sekaligus juga menjadi sarana untuk membangun ulang identitas diri pasca trauma (Feka et al., 2023; Nurani, 2023). Implikasi dari penelitian ini diharapkan tidak hanya memperkaya teori psikolinguistik mengenai hubungan antara emosi dan bahasanya, tetapi juga memberikan kontribusi praktis dalam bidang terapi naratif, pendidikan bahasa dan literasi emosional di era digital (Sekarsari et al., 2025).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana bentuk dan ciri bahasa trauma yang muncul dalam *podcast* narasi kehidupan Farel Prayoga, bagaimana unsur linguistik seperti pilihan kata, struktur kalimat, dan gaya tutur mencerminkan kondisi psikologis narator, dan bagaimana bahasa berfungsi sebagai media rekonstruksi diri dan penyembuhan trauma dalam konteks narasi digital. Dalam penelitian ini berkaitan untuk mendeskripsikan bentuk-bentuk bahasa trauma yang muncul dalam *podcast* tersebut, menganalisis kaitannya dengan kondisi psikologis narator, serta mengungkap peran bahasa sebagai sarana ekspresi dan pemulihan batin. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperluas horizon kajian psikolinguistik dalam menganalisis relasi bahasa dan emosi. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi pendidik, psikolog dan peneliti komunikasi dalam memahami fungsi terapeutik bahasa serta perannya dalam membangun kesadaran emosionalnya dan literasi psikososial masyarakat (Gusriani & Yanti, 2022; Suharti et al., 2021).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan landasan psikolinguistik naratif (Hermawan, 2025). Pendekatan ini dipilih karena fokus penelitian tidak terletak pada angka atau data statistik, melainkan pada pemahaman makna dibalik penggunaan bahasa dalam konteks emosional dan psikologis. Melalui pendekatan ini, peneliti berupaya menelusuri bagaimana bahasa yang digunakan oleh Farel Prayoga dalam *podcast* merepresentasikan pengalaman batin yang penuh luka, tekanan, dan proses penyembuhan diri. Objek penelitian ini adalah fenomena bahasa trauma yang muncul di dalam tuturan Farel

Prayoga pada sebuah *podcast* yang mengangkat kisah hidupnya. Sementara itu, subjek penelitian adalah Farel Prayoga sebagai narator utama yang menyampaikan bagaimana pengalaman hidupnya secara verbal. Tuturan Farel menjadi data utama karena mengandung ekspresi emosional yang kuat dan menggambarkan relasi antara pengalaman hidup dengan struktur bahasa yang digunakan. Dengan demikian, penelitian ini berfokus pada aspek linguistik dan psikologis dari ujaran-ujaran yang mengandung muatan trauma, seperti pengulangan kata, intonasi emosional, metafora, dan kalimat yang menunjukkan ketegangan batin. Sumber data penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari transkrip tuturan Farel Prayoga dalam *podcast* yang membahas perjalanan hidupnya perjalanan hidupnya secara mendalam, diakses melalui platform digital YouTube. Sedangkan data sekunder mencakup berbagai literatur ilmiah yang relevan dengan topik psikolinguistik, bahasa trauma, narasi diri, serta teori yang mendukung dari (Cathy Caruth). Data sekunder ini berfungsi memperkuat interpretasi peneliti dalam mengaitkan temuan bahasa dengan kondisi psikologis naratornya.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui empat tahapan utama. Pertama, peneliti melakukan observasi dan dokumentasi terhadap isi *podcast* untuk memahami konteks tuturan dan situasi komunikasi yang terjadi. Kedua, peneliti mentranskrip seluruh isi *podcast* secara verbatim, agar setiap kata, intonasi dan ekspresi verbal dapat dianalisis secara detail. Ketiga, peneliti melakukan identifikasi data relevan, yaitu menandai bagian tuturan yang menunjukkan indikasi trauma atau tekanan emosional. Keempat, peneliti mencatat konteks nonverbal dan sosial, seperti nada suara, jeda bicara, serta ekspresi wajah narator yang memperkuat interpretasi linguistik (Putri et al., 2025). Analisis data yang digunakan adalah menggunakan model analisis interaktif menurut Miles dan Huberman yang mencakup tiga tahap yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pada tahap reduksi data, peneliti menyeleksi tuturan yang relevan dengan tema trauma dan narasi diri. Data yang terpilih kemudian disajikan dalam bentuk tabel dan berisi bagaimana narator mengucapkan tuturan dan dihubungkan dengan psikologi bahasa traumanya dinilai dari segi mimik wajah, tuturan, gestur tubuh, intonasi serta dikaitkan dengan teori psikolinguistik dan trauma naratif. Selanjutnya, peneliti menarik kesimpulan dengan menafsirkan makna setiap tuturan berdasarkan konteks psikologis penutur. Analisis ini menyoroti bagaimana bahasa dapat merefleksikan trauma sekaligus menjadi sarana pemulihan dan pembentukan kembali identitas diri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan analisis data dari tuturan Farel Prayoga dalam podcast *Curhat Bang Denny Sumargo*, diperoleh lima tuturan dalam penelitian ini. Berikut merupakan hasil data dari tuturan Farel Prayoga di dalam Podcast Curhat Bang Denny Sumargo yang dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Tuturan Farel Prayoga Dalam Podcast *Curhat Bang Denny Sumargo*

No.	Tuturan	Gaya Tuturan (Mimik wajah, Gestur Tubuh, Intonasi)	Kode Data
1.	“Aku sebenarnya banyak orang yang gak tau aku dibelakang layar, salah satunya yang kemarin bapak ke tangkap kasus judol”	Mimik wajah: berdasarkan mimik wajah terlihat Farel mata nya tidak fokus melihat kanan kiri atas bawah pada saat menjelaskan cerita	CBDS. FP/D.01/Mnt 2.16

2.	“Emang aku dari kecil dapat banyak perilaku yang kurang enak sih untuk didengar”	Mimik wajah: terlihat wajah dari Farel mempunyai dendam dan rasa trauma yang mendalam. Gestur tubuh: Farel saat memulai cerita dia menarik nafas dalam dan tubuh terlihat tidak tenang menggambarkan sikap dia yang mempunyai trauma mendalam	CBDS. FP/D.02/Mnt 2.30
3.	“Aku selama umur 14 tahun hidup ini belum pernah bertemu dengan ibu kandung”	Intonasi: nada bicara yang digunakan itu pelan dan sering kali menghembuskan nafas berat Gestur tubuh: gestur tubuh dari Farel terlihat menggelengkan kepala karena menjelaskan tuturan tersebut terlihat kecewa dan bingung dengan keadaan yang menimpa	CBDS. FP/D.03/Mnt 3.39
4.	“Ibu tiri aku waktu itu egonya tinggi dan bilang ke aku kalo sebenarnya aku itu bukan anak kandungnya”	Intonasi: nada bicara yang dikeluarkan Farel terlihat seperti orang yang tertekan dia terbata-bata dan mengulang kata yang sama Mimik wajah: terlihat wajah dan mata yang berbicara itu melihat ke bawah seperti tidak fokus	CBDS. FP/D.04/Mnt 4.12
5.	“Dari kecil aku udah sering disikk..sa, salah satunya aku diusir dari rumah”	Intonasi: nada bicara nya terpenggal dan terbata-bata menandakan bahwa mempunyai rasa trauma dan tekanan batinnya yang mendalam Gestur tubuh: gerakan yang ada pada saat berlangsung <i>podcast</i> dia seperti gelisah, sering gerak yang menandakan orang risau Mimik wajah: wajahnya yang sangat bingung dan sedih terlihat dari matanya ketika dia berbicara itu berkaca-kaca seperti menahan kesedihan yang mendalam.	CBDS. FP/D.05/Mnt 4.30

Pada data pertama, di dalam tuturan Farel di acara *podcast* ‘Curhat Bang Denny Sumargo’ pada data CBDS. FP/D.01/Mnt 2.16 itu mengatakan “Aku sebenarnya banyak orang yang gak tau soal aku di belakang layar” terlihat kecenderungan kalimat dengan struktur yang tidak stabil, disertai dengan jeda yang panjang dan pengulangan kata. Tuturan ini memperlihatkan adanya konflik internal antara keinginan untuk mengungkapkan identitas diri

dan dorongan untuk tetap menyembunyikan bagian tertentu dari pengalaman hidup. Secara psikolinguistik, ujaran Farel menunjukkan struktur eliptik dengan kecenderungan tidak menyelesaikan ide secara utuh. Penggunaan frasa “sebenarnya banyak orang yang gak tau” mengindikasikan proses kognitif yang berhati-hati, di mana subjek berusaha membuka pengalaman personal namun disertai mekanisme penahanan makna. Jeda yang muncul setelah kata “belakang layar” dan penurunan intonasi pada akhir kalimat menunjukkan adanya beban emosional yang memengaruhi produksi ujaran. Dalam studi psikolinguistik, kondisi ini sering kali disebut sebagai hesitasi afektif, yaitu gangguan prosodi yang dipicu oleh aktivasi emosi kuat saat menyampaikan pengalaman sensitif.

Pada data kedua, di dalam tuturan Farel di acara podcast ‘Curhat Bang Denny Sumargo’ pada data CBDS. FP/D.02/Mnt 2.30 itu mengatakan “Emang aku dari kecil dapat banyak perilaku yang kurang enak sih untuk didengar”. Dari tuturan tersebut mengandung maksud gejala linguistik berupa eufemisme dalam pemilihan kata “kurang enak” untuk menggantikan istilah yang mungkin lebih keras seperti “kekerasan” atau “penganiayaan”. Dalam perspektif psikolinguistik, eufemisme adalah bentuk mekanisme pertahanan linguistik, di mana individu berusaha melindungi diri dari beban emosional melalui pelemahan semantik. Hal ini juga menunjukkan bagaimana memori tarikan napas panjang sebelum berbicara menandakan aktivasi fisiologis yang menunjukkan bahwa memori traumatik sedang diakses, namun dikendalikan agar tidak menimbulkan reaksi emosional ekstrem. Pola ini sesuai dengan fenomena penghambatan yang sangat efektif, di mana emosi ditekan agar narasi tetap dapat disampaikan secara sosial dapat diterima.

Pada data ketiga di dalam tuturan Farel di acara podcast ‘Curhat Bang Denny Sumargo’ pada data CBDS. FP/D.03/Mnt 03.39 itu mengatakan “Aku selama umur 14 tahun hidup ini belum pernah bertemu dengan ibu kandung”. Dari tuturan ini secara linguistik bersifat deklaratif afirmatif, namun prosodi dan gestur tubuh memperlihatkan bahwa pernyataan tersebut membawa beban emosional mendalam. Penurunan intonasi dan jeda panjang adalah ciri dari prosodi depresif, yang biasanya muncul pada ujaran yang memuat rasa kehilangan atau kesedihan. Secara psikolinguistik, pola semacam ini memperlihatkan disonansi antara niat komunikatif dan kondisi afektif pembicara, ia ingin menyampaikan fakta, tetapi emosi menghambat kelancaran bicara. Penundukan kepala dan penahanan napas memperlihatkan adanya penahanan afek, di mana tubuh mencoba menahan reaksi emosional agar tidak tumpah ke dalam ujaran.

Pada data keempat di dalam tuturan Farel di acara *podcast* ‘Curhat Bang Denny Sumargo’ pada data CBDS. FP/D.04/Mnt 04.12 itu mengatakan “Ibu tiri aku waktu itu egonya tinggi dan bilang ke aku kalo sebenarnya aku itu bukan anak kandungnya”. Pada tuturan tersebut mengandung maksud secara psikolinguistik, tuturan ini memperlihatkan fenomena pengulangan dan disfemia fonologis, di mana pembicara mengalami kesulitan dalam menyusun kalimat secara lancar akibat tekanan emosional. Pola ini menandakan *lexical retrieval interference* atau biasa disebut dengan arti interferensi pengambilan sebuah leksikal yaitu gangguan kognitif ringan yang muncul saat emosi tinggi menghambat pengambilan kata di memori leksikal. Kalimat Farel juga memperlihatkan penumpukan subordinasi “Dan bilang ke aku kalo sebenarnya”, yang dalam konteks trauma dapat diartikan sebagai upaya mempertahankan kontrol terhadap narasi. Namun, tatapan yang menunduk dan nada menurun menunjukkan bahwa kontrol tersebut semu, sebab afek mendalam tetap menembus struktur bahasa.

Pada data kelima di dalam tuturan Farel di acara *podcast* ‘Curhat Bang Denny Sumargo’ pada data CBDS. FP/D.05/Mnt 04.30 itu mengatakan “Dari kecil aku udah sering disikkk..sa,

salah satunya aku diusir dari rumah”. Pada tuturan tersebut mengandung maksud dan memperlihatkan sebuah fenomena linguistik yang paling jelas terkait trauma, yaitu fragmentasi fonologis atau pada kata “Disikk...sa”. Gangguan artikulasi tersebut bukan sekadar kesalahan ucapan, melainkan bentuk *blocking verbal* atau penahanan dalam bertutur kata yaitu ketika sistem saraf otonom menghambat produksi ujaran karena tekanan emosional terlalu tinggi. Secara psikolinguistik, kondisi ini dapat dijelaskan melalui gangguan pada *phonological loop* atau dapat disebut dengan menahan dan memanipulasi informasi berbasis bunyi, yang didalam memori kerja, di mana aktivasi afektif tinggi mengganggu proses artikulasi motorik. Kehadiran jeda, penurunan nada, dan gerakan tangan meremas menunjukkan bahwa beban emosional mencapai puncaknya dalam segmen ini.

Oleh karena itu, menurut Caruth trauma tidak hanya diingat, tetapi juga “dihidupi kembali” melalui gejala tubuh dan bahasa. Ketika Farel gagal mengucapkan kata “disiksa” secara lengkap, itu bukan tanda ketidakmampuan verbal, melainkan representasi paling nyata dari “yang tak dapat dikatakan” *the unspeakable* atau yang tak terkatakan sehingga tubuh menolak untuk mengulang kata yang identik dengan penderitaan, dan sebagai gantinya muncul reaksi fisik seperti mata berkaca dan tangan meremas. Dalam konteks trauma naratif, momen ini menjadi titik puncak, di mana batas antara narasi dan pengalaman lenyap. Bahasa berhenti berfungsi sebagai alat representasi dan berubah menjadi peristiwa traumatik itu sendiri disebut dengan *language becomes the site of trauma* atau bisa disebut dengan ketika bahasa tidak lagi cukup untuk mengekspresikan pengalaman yang membebani, terpecah karena perpindahan, atau digunakan dengan cara yang memicu trauma hilang sebagaimana diungkap oleh Caruth.

Pembahasan

Analisis difokuskan pada aspek verbal dan nonverbal yang merepresentasikan pengalaman traumatik penutur (Fahrurroji, 2021). Melalui pendekatan psikolinguistik naratif, penelitian ini berupaya menelusuri bagaimana bahasa berfungsi sebagai sarana ekspresi, pertahanan diri, dan pemulihan psikologis (Toyibah, 2025). Setiap data ditafsirkan dengan menggunakan teori trauma naratif, yang menekankan bahwa trauma merupakan pengalaman yang kembali dalam bentuk tuturan terfragmentasi dan ekspresi emosional tak langsung (Satigi, 2024). Dalam penelitian ini tidak hanya membahas bentuk-bentuk kebahasaan yang muncul, tetapi juga mengaitkannya dengan proses mental dan afektif penutur. Setiap potongan tuturan dianalisis berdasarkan struktur kalimat, intonasi, jeda, serta gestur tubuh yang menyertainya (Yusni, 2024). Tujuannya adalah untuk mengungkap makna psikologis di balik cara Farel menuturkan kisahnya serta bagaimana bahasa menjadi cermin dari kondisi batin yang dialami. Dengan demikian, hasil dan pembahasan ini memberikan gambaran menyeluruh tentang keterkaitan antara bahasa, pikiran, dan trauma, serta memperlihatkan tuturan yang tampak sederhana dapat menyimpan lapisan makna emosional yang mendalam (Mawaddah, 2024).

Dalam perspektif Cathy Caruth pada data pertama, trauma selalu kembali sebagai sesuatu yang belum selesai. Ketika Farel mengaitkan identitas pribadinya dengan peristiwa publik (kasus ayahnya), ia tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga sedang “menyaksikan” kembali luka identitasnya. Bahasa yang tidak stabil dan tatapan mata yang menghindar menjadi tanda bahwa pengalaman tersebut masih bersifat “menghantui” (*haunting*). Caruth (1996) menegaskan bahwa trauma menimbulkan ketidakmampuan untuk menghadirkan pengalaman secara langsung; ia hanya muncul melalui jeda, keheningan, dan kesalahan bahasa. Dengan demikian, perilaku nonverbal Farel merupakan wujud dari ketegangan antara keinginan untuk berbicara dan takut untuk menghidupkan kembali, di mana tubuh berfungsi sebagai mekanisme pertahanan ketika bahasa mulai membuka luka lama.

Dalam kerangka trauma naratif Cathy Caruth pada data kedua, pengalaman ini menandakan bentuk *displacement of pain* atau biasa disebut dengan perpindahan dari rasa sakit, yaitu pengalihan intensitas penderitaan dari ranah afektif ke ranah linguistik yang lebih aman. Penggunaan bahasa yang halus bukan berarti tidak jujur, melainkan refleksi dari trauma yang belum dapat sepenuhnya diintegrasikan ke dalam kesadaran. Dengan kata lain, Farel “bercerita tanpa benar-benar bercerita.” Bahasa menjadi jembatan yang rapuh antara dirinya dengan pengalaman yang hendak diingat. Dalam pandangan Caruth, justru di dalam keheningan, jeda, dan kelembutan bahasa seperti ini, trauma memperlihatkan keberadaannya bukan dalam teriakan, melainkan dalam ketidakmampuan untuk menyebutkan luka secara eksplisit.

Dalam konteks Cathy Caruth pada data keempat, pengalaman kehilangan figur ibu adalah bentuk trauma relasional sebuah luka psikologis yang tidak hanya berakar pada peristiwa, tetapi juga pada ketiadaan makna yang terkandung. Tuturan Farel bukan hanya menceritakan ketiadaan fisik ibu, melainkan ketiadaan rasa keterhubungan yang membentuk identitas diri. Karena trauma bersifat *unclaimed experience* atau biasa disebut rasa dari pengalaman yang tidak pernah disetujui dengan narator tidak mampu menarasikannya secara reflektif, melainkan hanya mengulanginya dalam bentuk pernyataan fakta. Caruth menyebut hal ini sebagai *belatedness* atau biasa disebut dengan keterlambatan kepada trauma baru dapat “terucap” setelah jeda waktu panjang, namun selalu hadir dalam bentuk yang tidak utuh. Gestur menunduk menjadi bukti fisik bahwa luka tersebut tidak hanya hidup dalam ingatan, tetapi juga dalam tubuh yang terus mengingat ketidakhadiran kasih ibu.

Berdasarkan perspektif Caruth pada data kelima, pengalaman penolakan oleh figur perawatan (ibu tiri) menimbulkan trauma identitas yang serius, karena menyentuh dimensi eksistensial “Siapa aku sebenarnya?” Pernyataan “Bukan anak kandungnya” menjadi cermin penghancuran simbolik terhadap diri. Bahasa Farel dalam hal ini berfungsi sebagai arena perlawanan terhadap ketidakbermaknaan yang ditimbulkan oleh trauma. Ketika ia berusaha menuturkan peristiwa dengan struktur kalimat panjang dan terputus-putus, ia sedang mencoba menegosiasikan kembali identitasnya melalui bahasa. Namun, seperti dikatakan Caruth, narasi trauma selalu berada di antara ingatan dan kehilangan: setiap kata menjadi usaha untuk menyembuhkan, namun sekaligus membuka kembali luka yang sama.

Berdasarkan penuturan Farel mengenai kekerasan, eksploitasi, dan pengkhianatan finansial yang dialaminya, muncul indikasi disorganisasi naratif dan fragmentasi tuturan. Hal ini mirip dengan temuan dalam studi psikolinguistik klinis, di mana penderita trauma berat sering menunjukkan kegagapan atau ketidaklancaran bicara, yang merupakan manifestasi eksternal dari kekacauan internal (*stuttering*) yang disebabkan oleh trauma (Hikmah & Mardiyah, 2022). Jeda (*pauses*) yang panjang dan tidak wajar pada titik-titik krusial tuturan Farel menunjukkan bahwa ingatan traumatis tersebut belum terintegrasi secara utuh. Jeda ini berfungsi sebagai mekanisme pertahanan kognitif untuk mengatur emosi yang terlalu intens agar tidak meluap, sejalan dengan eksplorasi psikolinguistik tentang bagaimana bahasa berfungsi dalam membangun ketahanan mental individu pasca-trauma (Marpaung et al., 2025).

Perlakuan ibu tiri dan pengkhianatan orang tua dalam pengelolaan uang miliaran Farel menciptakan luka yang mendalam, yang diekspresikan melalui intonasi datar (*monotone*) dan gestur minimal (*emotional blunting*). Keterputusan emosi ini dapat dihubungkan dengan studi psikolinguistik yang menganalisis bahasa disosiatif pada tokoh yang mengalami tekanan mental ekstrem, seperti pada kasus skizofrenia (Pangestu & Deiksis, 2021). Meskipun Farel tidak didiagnosis dengan gangguan tersebut, pola bahasa yang digunakan seperti menuturkan peristiwa mengerikan dengan emosi yang tertahan menunjukkan adanya pemisahan (*dissociation*) antara ingatan traumatis dan respons emosional saat menarasikan. Dengan

demikian, bahasa Farel menjadi cermin dari upaya pikiran untuk melindungi diri dari realitas yang menyakitkan, sebuah strategi pertahanan yang dibentuk oleh pengalaman hidup mirisnya.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa bahasa berfungsi sebagai cermin psikologis sekaligus media penyembuhan trauma. Analisis psikolinguistik terhadap tuturan Farel Prayoga menunjukkan bahwa pengalaman traumatik memengaruhi struktur bahasa dan ekspresi nonverbal. Ujaran yang terbata-bata, penuh jeda, eufemisme, serta perubahan intonasi menandakan adanya pergulatan emosional yang belum terselesaikan. Dengan demikian, bahasa tidak hanya menyampaikan makna, tetapi juga merepresentasikan luka batin yang berusaha diolah menjadi bentuk pemahaman diri. Secara teoretis, penelitian ini memperluas kajian psikolinguistik naratif dengan menegaskan hubungan antara bahasa, emosi, dan trauma. Sementara secara praktis, hasil penelitian ini bermanfaat bagi bidang pendidikan bahasa, terapi naratif, dan konseling psikologis, karena menunjukkan bagaimana tuturan dapat menjadi sarana refleksi dan pemulihan diri. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menelaah ekspresi bahasa trauma pada berbagai bentuk narasi digital lain dan menggunakan analisis prosodi atau gestur yang lebih mendalam. Selain itu, penting bagi dunia pendidikan dan masyarakat untuk membuka ruang ekspresi yang empatik agar pengalaman traumatik dapat diubah menjadi narasi kesadaran dan penyembuhan. Dengan demikian, berbahasa menjadi proses terapeutik cara manusia menata ulang luka dan menemukan kembali makna dirinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Caruth, C. (1996). *Unclaimed experience: Trauma, narrative, and history*. Johns Hopkins University Press.
- Fadhilah, S. D., Botifar, M., & Hartati, M. (2025). *Analisis Pandangan Cyberpragmatik di Youtube pada Podcast Akun Sosial Media Deddy Corbuzier* (Skripsi, Institut Agama Islam Negeri Curup). <http://e-theses.iaincurup.ac.id/id/eprint/7908>
- Fahrurroji, F. (2021). *Memahami Wacana Demokrasi Pada Model Buku Teks*. Zahir Publishing. <https://repository.uninus.ac.id/id/eprint/118>
- Feka, V. P., Lawa, S. T. N., & Nama, D. Y. (2023). Merunut Makna Kata “Refreshing” dan “Healing”: Kajian Sociolinguistik. *HINEF: Jurnal Rumpun Ilmu Pendidikan*, 2(2), 82-92. <https://doi.org/10.37792/hinef.v2i2.1016>
- Gusriani, A., & Yanti, Z. P. (2022). *Psikolinguistik (Teori dan analisis)*. CV. Azka Pustaka.
- Harusu, C. F., Qadriani, N., & Suryati, N. (2024). Trauma Pada Tokoh Utama Dalam Novel Naga Kuning Karya Yusiana Basuki (Kajian Psikologi Sastra). *Canon: Jurnal Penelitian Bahasa dan Sastra*, 2(1), 1-12. <https://journal.fib.uho.ac.id/index.php/canon/article/view/2732>
- Haryani, H., Judijanto, L., Haryono, P., Susandi, N. K. A., Prasetyani, N. Y., & Fatubun, R. R. (2025). *Linguistik Terapan*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Hermawan, N. (2025, July). Pengaruh Interaksi Orang Tua Terhadap Pemerolehan Verba Pada Anak Usia Dini: Kajian Psikologi Linguistik. In *Prosiding Seminar Nasional Linguistik dan Sastra*. <https://e-journal.unmas.ac.id/index.php/semnalisa/article/view/12044>
- Hikmah, S. N. A., & Mardiyah, A. N. (2022). Kajian Psikolinguistik Terhadap penyandang Stuttering (Studi Kasus: DN). *Jurnal PENEROKA: Kajian Ilmu Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 2(1), 1-16. <https://doi.org/10.30739/peneroka.v2i1.1351>
- Islamiah, R. N. (2024). *Strategi Komunikasi Pada Podcast “Curhat Bang” Dalam Kanal Youtube Denny Sumargo* (Skripsi, Universitas Pgri Adi Buana Surabaya).

- <https://repository.unipasby.ac.id/id/eprint/7435>
- Iswara, D. M., Zahro, U. A., & Laeli, S. (2024). Perkembangan Emosi dan Bahasa Terhadap Anak Sekolah Dasar. *Karimah Tauhid*, 3(6), 7179-7191. <https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v3i6.13985>
- Jannah, R., Saputry, D., Zuhroida, E., Sari, F. I. Y., Saputra, F. A., & Pratama, D. A. (2025). Representasi Emosi dalam Lirik Lagu Album Nonfiksi Karya Juicy Luicy: Tinjauan Psikolinguistik. *Deiktis: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra*, 5(4), 4414–4424. <https://doi.org/10.53769/deiktis.v5i4.2357>
- Marpaung, A. T. A., Manihuruk, I. T., Hutabarat, M. M., & Surip, M. (2025). Reinterpretasi Kata dan Rasa Ilmu Psikolinguistik: Strategi Membangun Ketahanan Mental bagi Generasi Muda. *CARONG: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 307–316. <https://doi.org/10.62710/260yqz19>
- Mawaddah, N. (2024). *Perilaku Komunikasi Konselor Dengan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Provinsi Jawa Barat* (Skripsi, Universitas Komputer Indonesia). <http://elibrary.unikom.ac.id/id/eprint/10096>
- Minza, W. M., & Febriani, A. (Eds.). (2022). *Dari Milenial Tentang Milenial: Perspektif Psikologi*. PT Kanisius.
- Mulyana, A., Mahmudah, S. M., Ikom, S., & Ikom, M. (2024). *Katarsis di Era Digital, Rekonstruksi Komunikasi Intrapribadi dan Antarpribadi*. PT Rekacipta Proxy Media.
- Nurani, A. S. (2023). *Memaknai Trauma Dalam Perspektif Jung Yeoul pada Buku Beauty of Trauma*. (Skripsi, UIN Prof. KH Saifuddin Zuhri). <https://repository.uinsaizu.ac.id/id/eprint/20158>
- Pangestu, M. Y. C. (2021). Kajian Psikolinguistik Bahasa Skizofrenia: Studi Kasus pada Tokoh Utama dalam Film “Fractured”. *Deiksis*, 13(3), 257-267. <http://dx.doi.org/10.30998/deiksis.v13i3.8222>
- Putri, N. V., Mahbubah, W. R., Riska, E. A., Setyani, A. F., Bahiyah, E. K., Khaerussani, A. F., ... & Habibi, A. F. (2025). Analisis Tindak Tutur Lokusi Podcast Bertema Pengembangan Diri dalam Saluran Spotify Andreass Bordes. *Populer: Jurnal Penelitian Mahasiswa*, 4(1), 157-181. <https://doi.org/10.58192/populer.v4i1.2984>
- Rahmatunnur, S., & Rahmah, P. (2024). Bahasa Arab dalam Imajinasi Budaya: Kajian Persepsi Masyarakat Indonesia terhadap Bahasa Arab sebagai Bahasa Asing melalui Representasi Sastra”. *AL IMTIYAZ: Arabic Linguistics and International Methodology for the Tarbiyah of Arabic Journal*, 2(2), 61-67. <https://ejournal.iai-almuslimaceh.ac.id/index.php/IMTIYAZ/article/view/216>
- Romadhoni, R. (2025). *Analisis Pemanfaatan Media Sosial X Sebagai Sarana Terapi Spiritualitas Digital Dalam Konteks Self-Harm* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau). <http://repository.uin-suska.ac.id/id/eprint/88282>
- Satigi, I. (2024). *Membaca Ulang Mazmur 137: 1-9 Dengan Menggunakan Perspektif Trauma Dan Logoterapi Dari Viktor Emil Frankl Sebagai Lensa, Dalam Upaya Membangun Teologi Pascakonflik Poso* (Skripsi, Universitas Kristen Duta Wacana). <http://repository.ukdw.ac.id/id/eprint/8327>
- Sekarsari, A., Chairunnisa, S., Sabilla, D., Subianto, D., & Nasution, S. (2025). Hubungan Psikolinguistik dalam Pemerolehan dan Pembelajaran Bahasa. *Journal Sains Student Research*, 3(4), 233-238. <https://doi.org/10.61722/jssr.v3i4.5259>
- Suharti, S., Hum, S., Khusnah, W. D., Ningsih, S., Shiddiq, J., Saputra, N., Kuswoyo, H., Jalal, N. M., Dhari, P. W., & Susanti, R. (2021). *Kajian Psikolinguistik*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.

- Sumargo, D. (2025). *Miris, Farel Prayoga Dari Istana Kini Sengsara!! Di A-N! 4a-Y4 Ibu Tiri, Bapak Dipenjara*. Youtube Curhat Bang Denny Sumargo. <https://youtu.be/Xul92PdS34?si=sqk3vWWW7O51dH9d>
- Toyibah, S. S., & Ariani, F. S. (2025). Urgensi Pembelajaran Psikolinguistik Dalam Mengasah Kemampuan Bahasa Sehari-Hari. *JUPENSAL: Jurnal Pendidikan Universal*, 2(2), 75-84. <https://journalwbl.com/index.php/jupensal/article/view/457>
- Yuliasari, Y., Hidayah, N., & Mahliatussikah, H. (2024). Pemerolehan Bahasa Ibu dalam Perspektif Psikolinguistik: Proses, Faktor, dan Implikasi. *Isolek: Jurnal Pendidikan, Pengajaran, Bahasa, Dan Sastra*, 2(2), 327–343. <https://doi.org/10.59638/isolek.v2i2.408>
- Yusni, S. P. (2024). *Penguasaan Kosa Kata dan Struktur Kalimat Bahasa Indonesia*. CV. Azka Pustaka.