

INTIMIDASI DAN DEPRESI PADA TOKOH DALAM NOVEL SURAT DARI KEMATIAN KARYA ADHAM T. FUSAMA: TINJAUAN PSIKOLOGI SASTRA

Danang Faqih Danendra¹, Onok Yayang Pamungkas²

Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Muhammadiyah Purwokerto^{1,2}

e-mail: danangfaqih99@gmail.com, onokyayangpamungkas@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mengungkap bentuk intimidasi dan depresi yang dialami tokoh dalam novel Surat dari Kematian karya Adham T. Fusama melalui pendekatan psikologi sastra. Penelitian menggunakan metode kualitatif hermeneutik dengan teknik baca dan catat. Data utama berupa kutipan yang menggambarkan pengalaman intimidasi dan gejala depresi, sedangkan data pendukung diperoleh dari buku serta jurnal ilmiah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intimidasi dalam novel terbagi menjadi empat bentuk, yaitu intimidasi verbal, fisik, sosial, dan psikologis. Intimidasi verbal muncul melalui ancaman, hinaan, serta provokasi; intimidasi fisik ditunjukkan melalui dorongan, pemukulan, dan tindakan agresi; intimidasi sosial tampak melalui pengucilan, labeling, serta pelecehan publik; sedangkan intimidasi psikologis muncul melalui diskriminasi, penuduhan, dan ancaman implisit yang menekan kondisi emosional tokoh. Bentuk-bentuk intimidasi tersebut memicu munculnya depresi pada tokoh Kinan yang ditandai oleh gejala kesedihan mendalam, rasa bersalah, insomnia, hilangnya motivasi, serta perasaan tidak berharga. Temuan ini menunjukkan bahwa rangkaian tekanan sosial dan emosional yang dialami tokoh berkontribusi pada terbentuknya depresi mayor. Novel Surat dari Kematian merepresentasikan bagaimana intimidasi yang berulang dapat menjadi faktor pemicu gangguan psikologis, serta menegaskan relevansi karya sastra sebagai medium refleksi terhadap isu kesehatan mental.

Kata Kunci: *Psikologi Sastra, Intimidasi, Depresi, Surat Dari Kematian*

ABSTRACT

This study aims to reveal the forms of intimidation and depression experienced by the characters in the novel Surat dari Kematian by Adham T. Fusama through a literary psychology approach. This research employed a qualitative hermeneutic method with reading and note-taking techniques. The primary data consisted of textual excerpts depicting experiences of intimidation and symptoms of depression, while secondary data were obtained from books and scholarly journals. The findings indicate that intimidation in the novel is categorized into four forms: verbal, physical, social, and psychological. Verbal intimidation appears through threats, insults, and provocation; physical intimidation is shown through pushing, beating, and other aggressive acts; social intimidation emerges through exclusion, labeling, and public humiliation; while psychological intimidation arises through discrimination, accusations, and implicit threats that undermine the characters' emotional stability. These forms of intimidation trigger depression in the character Kinan, characterized by deep sadness, guilt, insomnia, loss of motivation, and feelings of worthlessness. The results show that the accumulation of social and emotional pressure experienced by the characters contributes to the development of major depression. The novel Surat dari Kematian illustrates how repeated intimidation can become a major factor in psychological distress and highlights the relevance of literary works as a medium for reflecting on mental health issues.

Keywords: *Literary Psychology, Intimidation, Depression, Surat Dari Kematian*

PENDAHULUAN

Karya sastra adalah bentuk hasil kreativitas manusia yang mencerminkan pemikiran, gagasan, emosi, serta pengalaman hidup yang diungkapkan dalam bentuk tulisan (Ridwan, 2024). Menurut Lafamane (2020) karya sastra merupakan hasil ekspresi yang lahir dari pemikiran dan daya imajinasi seorang penulis, kemudian disampaikan melalui bahasa sebagai sarana penyampaiannya. Sebagai karya ciptaan manusia, karya sastra tidak hanya memiliki nilai estetis, tetapi juga menyajikan cerminan kehidupan, baik yang benar-benar dialami maupun hanya dibayangkan oleh penulisnya (Purwaningsih et al., 2023). Salah satu bentuk perwujudan karya sastra yaitu novel.

Surat dari Kematian karya Adham T. Fusama merupakan novel fiksi yang memadukan unsur misteri, psikologis, dan realita sosial yang relevan dengan kehidupan remaja dan mahasiswa. Cerita ini menyoroti tekanan mental dan sosial yang dialami tokoh-tokohnya, yang mengarah pada situasi intimidasi dan depresi. Adham T. Fusama menghadirkan konflik batin tokoh utamanya, Kinan, dalam pusaran tekanan sosial dan keinginan untuk mengungkap kebenaran atas kasus kematian misterius yang terjadi di kampus. Kinan tidak hanya bergelut dengan teka-teki luar dirinya, tetapi juga dengan keresahan dan trauma dalam dirinya sendiri.

Tekanan psikologis dalam novel ini muncul dalam bentuk intimidasi. Intimidasi tidak hanya datang dari ancaman nyata, tetapi juga dari ketakutan yang berkembang dalam pikiran tokoh akibat tekanan sosial, ancaman tak terlihat, serta perasaan tidak aman yang terus menghantui (Muslikhah, 2024). Intimidasi yang dialami oleh tokoh berdampak pada kondisi psikologis. Perasaan tertekan, was-was, dan takut yang berlarut-larut menjadi benih bagi gangguan mental yang lebih dalam, terutama ketika dukungan sosial dari lingkungan sekitar tidak memadai (Chikita et al., 2024). Salah satu akibat dari tekanan yang tidak tersalurkan adalah munculnya depresi. Dalam novel ini, depresi digambarkan melalui sikap diam, ketidakberdayaan, rasa bersalah, serta keinginan untuk menghindari kenyataan yang dialami oleh beberapa tokohnya. Pengarang menyiratkan kondisi tersebut melalui narasi yang intens dan emosional.

Depresi dalam novel ini bukan sekadar gangguan emosi sementara, tetapi telah berkembang menjadi kondisi yang akut. Hal ini tampak dari perilaku tokoh yang menarik diri dari lingkungan, kehilangan harapan, bahkan munculnya pikiran tentang kematian sebagai jalan keluar dari penderitaan (Chikita et al., 2024). Menurut Sartika et al., (2022) dalam analisis psikologi sastra, kondisi kejiwaan tokoh dapat ditelaah melalui pendekatan psikoanalisis atau humanistik. Seperti, tekanan bawah sadar, mekanisme pertahanan diri, dan kebutuhan akan penerimaan bisa digunakan untuk menguraikan motif perilaku tokoh dan konflik batinnya (Utami & Haryanti, 2025). Analisis ini menjadi semakin relevan ketika dikaitkan dengan realitas sosial saat ini, di mana kasus intimidasi, depresi, hingga bunuh diri semakin banyak terjadi, terutama di kalangan remaja dan mahasiswa.

Penelitian ini merupakan upaya untuk menganalisis sisi psikologis dari tokoh-tokoh yang terdapat pada alur cerita terkait dengan intimidasi dan depresi yang menyebabkan efek kejiwaan para tokoh. Novel Surat dari Kematian karya Adham T. Fusama dipilih sebagai objek material penelitian karena terlihat adanya kecenderungan pengarang untuk menghadirkan makna psikologis yang berfokus pada dinamika kejiwaan para tokoh dalam menghadapi tekanan sosial, perasaan terasing, serta dampak emosional yang timbul akibat pengalaman traumatis. Melalui pendekatan psikologi sastra, penelitian ini berupaya mengungkap bagaimana konflik batin, perasaan cemas, dan penderitaan mental direpresentasikan melalui Tindakan dan dialog dalam cerita. Melalui analisis dalam penelitian ini, diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai keterkaitan antara kondisi psikologis individu dengan pengaruh lingkungan sosial dalam karya sastra.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif hermeneutik dalam mengkaji psikologi sastra pada novel Surat dari Kematian yang berfokus pada bentuk intimidasi dan depresi. Metode hermeneutik relevan digunakan untuk menafsirkan makna dibalik teks, hermeneutika merupakan metode interpretasi teks yang menekankan pada argumentasi peneliti dipergunakan untuk menelusuri makna yang tersirat dalam kutipan (Ratna, 2012; Ricoeur, 2021). Data yang diperoleh dari penelitian ini berupa uraian naratif dan kutipan kalimat tentang bentuk intimidasi dan depresi. Sumber data yang digunakan berupa kutipan dari novel Surat dari Kematian karya Adham T. Fusama.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik baca dan teknik catat. Teknik membaca dilakukan dengan cara membaca keseluruhan isi novel secara berulang kali dan mencatat bagian-bagian yang sesuai dengan fokus kajian. Dalam konteks penelitian sastra, teknik ini dilakukan dengan cara memahami struktur, makna, dan konteks isi karya, baik berupa kata, kalimat, maupun wacana yang mengandung unsur penelitian (misalnya unsur psikologis, sosial, atau linguistik). Teknik Catat setelah menemukan data yang relevan, peneliti melakukan pencatatan terhadap kutipan atau bagian teks yang sesuai dengan fokus penelitian. Pencatatan dilakukan secara sistematis, baik pada kartu data maupun tabel, agar data mudah diklasifikasikan dan dianalisis pada tahap berikutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilakukan untuk menggali dan mengidentifikasi terkait dengan bentuk-bentuk intimidasi dan depresi. Bentuk intimidasi antara lain yaitu: 1) Intimidasi verbal, 2) Intimidasi fisik, 3) Intimidasi sosial, 4) Intimidasi Psikologis. Bentuk depresi antara lain yaitu: 1) Kesedihan, 2) Rasa menyesal, dan 3) Insomnia. Berdasarkan analisis data, telah ada sejumlah hal yang dapat ditemukan. Hasil dan temuan penelitian akan dijelaskan dalam bentuk induktif, dimulai dengan menyajikan temuan sesuai fokus penelitian; diskusi teoritis dilengkapi dengan penafsiran; kemudian diakhiri dengan bentuk kesimpulan penelitian.

Intimidasi verbal

Dalam novel *Surat dari Kematian* karya Adham T Fusama intimidasi verbal dapat ditemukan melalui dialog antar tokoh yang menampilkan bentuk ancaman, hinaan, sindiran tajam, maupun ucapan bernada merendahkan yang menimbulkan tekanan psikologis. Temuan intimidasi verbal dijabarkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Intimidasi Verbal dalam Novel Surat dari Kematian

No.	Data	Bentuk Intimidasi Verbal	Kode
1	<i>Kau akan mati dalam waktu kurang dari sebulan. Kapan waktunya? Aku yang menentukan.</i>	Ancaman Verbal	SDK.01/IV/26
2	<i>“Berani lo sama kami?” tantang si gemuk, mendorong dada darius.</i>	Provokasi dan Intimidasi langsung	SDK.02/IV/236
3	<i>“Ayo! Makan muntah lo, biar kaya anjing betulan.”</i>	Penghinaan dan perendahan martabat	SDK.03/IV/257
4	<i>“Cukup! Aku nggak mau dikerjain kalian lagi! Aku akan laporin kalian semua! AKU BENCI KALIAN SEMUA! KALIAN SEMUA KEPARAT! AKAN KU BALAS PERBUATAN KALIAN!”</i>	Respons emosional terhadap intimidasi verbal	SDK.04/IV/257

Keterangan: SDK (*Surat dari kematian*), data, IV (Intimidasi Verbal), Halaman.

Berdasarkan Data 1, aspek *intimidasi verbal* pada novel *Surat dari Kematian* karya Adham T Fusama mengandung ancaman kematian sebagai bentuk kekerasan psikologis. Melalui ujaran tersebut pelaku berusaha memberi ancaman dengan menanamkan rasa takut dan kecemasan pada korban. Ucapan tersebut bukan hanya ancaman fisik, tetapi juga mengandung unsur teror mental yang menekan emosional korban. Berdasarkan Data 2, aspek *intimidasi verbal* selanjutnya terdapat pada kutipan “*Berani lo sama kami?*” memperlihatkan bentuk provokasi verbal yang disertai Tindakan fisik berupa dorongan. Ucapan ini bertujuan menekan korban agar tunduk terhadap dirinya. Kalimat tersebut memperlihatkan bahwa bahasa dapat digunakan sebagai alat kekuasaan dalam hubungan sosial yang tidak setara. Pada Data 3, aspek *intimidasi verbal* memperlihatkan bentuk penghinaan yang merendahkan harga diri manusia. Kalimat ini mengandung unsur tidak manusiawi karena korban diperlakukan layaknya binatang. Bentuk intimidasi ini akan menimbulkan luka psikologis yang dalam, seperti rasa traumatis berlebihan, anti sosial, dan kehilangan kepercayaan diri. Kutipan Data 4, menunjukkan luapan emosi Darius sebagai reaksi terhadap tekanan verbal yang dialaminya terus menerus. Kutipan tersebut menjadi bentuk perlawanan verbal sekaligus ekspresi frustrasi. Reaksi ini menggambarkan titik balik psikologis tokoh yang tidak lagi mampu menahan beban emosional akibat intimidasi verbal yang dialaminya. Dalam konteks tersebut, Darius tidak hanya mengekspresikan kemarahan, tetapi juga menunjukkan bentuk kesadaran akan harga diri yang selama ini ditekan oleh ketakutan dan rasa tidak berdaya.

Intimidasi Fisik

Dalam konteks ini, intimidasi fisik bukan hanya sekedar diperlihatkan sebagai tindakan kekerasan visual, tetapi juga sebagai bentuk kekerasan terstruktur yang dapat menghancurkan martabat dan psikologis seseorang. Berikut ini adalah temuan dari *Intimidasi Fisik* dalam novel *Surat dari kematian* yang dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Intimidasi Fisik dalam Novel Surat dari Kematian

No.	Data	Bentuk Intimidasi Fisik	Kode
1	<i>Reno maju, mendorong Darius kuat-kuat supaya ia jatuh dan di hajar lagi sampai puas</i>	Pemukulan dan kekerasan fisik langsung	SDK.01/IF/257
2	<i>“Berani lo sama kami?” tantang si gemuk, mendorong dada Darius.</i>	Dorongan fisik sebagai ancaman	SDK.02/IF/236
3	<i>“Ia pun maju menghampiri dan mencengkeram kerah seragam Darius. ‘Heh, Tompel! Sudah sembuh lo? Sudah belagu lagi? Mau nantingin kami lagi? Mau dihajar lagi? Sudah siap lo?’”</i>	Cengkeraman dan ancaman fisik	SDK.03/IF/314

Keterangan: SDK (*Surat dari kematian*), data, IF (Intimidasi Fisik), Halaman.

Pada Data 1, menunjukkan bentuk intimidasi fisik langsung yang dilakukan secara brutal. Tindakan mendorong tokoh Reno dan memukul Darius menggambarkan adanya unsur kekerasan nyata yang bertujuan untuk melukai serta mempermalukan korban secara fisik maupun mental. Kekerasan yang dilakukan “sampai puas” mengindikasikan bahwa pelaku memperoleh kepuasan emosional dari penderitaan orang lain, yang menandakan adanya penyimpangan moral dan empati. Pada Data 2, menggambarkan bentuk intimidasi fisik ringan yang dikombinasikan dengan ancaman verbal. Tindakan mendorong oleh tokoh Gemuk merupakan gestur yang bertujuan untuk menunjukkan kekuasaan serta menimbulkan rasa takut tanpa harus melukai secara langsung. Ucapan tantangan memperkuat tekanan intimidasi

terhadap Darius, menjadikan tindakan ini bukan hanya serangan fisik, tetapi juga simbol penaklukan mental. Kutipan Data 3, memperlihatkan bentuk intimidasi fisik disertai ancaman verbal langsung. Cengkeraman pada kerah seragam adalah simbol dominasi dan kontrol terhadap korban. Ucapan bernada mengejek dan mengancam semakin mempertegas posisi Darius sebagai pihak yang terintimidasi, baik secara fisik maupun mental. Tindakan ini menunjukkan bahwa pelaku tidak hanya ingin menakut-nakuti, tetapi juga ingin merendahkan martabat Darius di depan orang lain.

Intimidasi Sosial

Intimidasi sosial sering kali muncul dalam bentuk pengucilan dari kelompok, penyebaran gosip, dan manipulasi hubungan sosial untuk menjatuhkan harga diri korban. Dampak dari perilaku ini mencakup penurunan harga diri, kecemasan, depresi, serta kesulitan dalam membangun dan mempertahankan hubungan sosial yang sehat. Tujuannya untuk menjatuhkan harga diri atau membuat korban merasa sendirian dan terisolasi. Berikut ini adalah temuan intimidasi sosial yang dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Intimidasi Sosial dalam Novel Surat dari Kematian

No.	Data	Bentuk Intimidasi Sosial	Kode
1	<i>"Yah.. bencanaaan-becandaan gitu deh. Misalnya nempelin kertas bertuliskan 'terima blowjob' di punggung dius, nyebarin foto dius lagi nguap atau ngupil, atau ngatain dius dengan sebutan toms alias tompel"</i>	Perundungan	SDK.01/IS/54
2	<i>"Seseorang menendang pemuda itu. "PERGI KOWE! WONG EDAN!" Si pemuda menjerit jatuh ke aspal. Beberapa orang mencengkeram lengan pemuda itu dan menyeretnya.</i>	Kekerasan Fisik dan Penolakan Sosial (Pengucilan).	SDK.01/IS/30
3	<i>"Wah, sombong, nih, si Tompel! Dari tadi dipanggil-panggil nggak nengok!"</i>	Labeling	SDK.01/IS/235

Keterangan: SDK (Surat dari kematian), data, IS (Intimidasi Sosial), Halaman.

Kutipan Data 1, Menunjukkan adanya intimidasi sosial dalam novel Surat dari Kematian. Intimidasi sosial merupakan bentuk perundungan yang dilakukan dengan tujuan mempermalukan, mengucilkan, atau menjatuhkan harga diri seseorang di lingkungan sosialnya. Intimidasi ini sering dilakukan melalui tindakan mempermalukan korban di depan orang lain, menyebarkan aib, atau memberi julukan yang merendahkan. Kutipan ini menggambarkan bentuk intimidasi sosial yang dilakukan dengan cara mempermalukan tokoh Dius di depan orang lain. Tindakan seperti menempelkan tulisan tidak pantas di punggung korban dan menyebarkan foto pribadi merupakan bentuk pelecehan sosial yang merusak citra diri korban di lingkungan sekolah. Selain itu, pemberian julukan "Toms alias Tompel" juga memperkuat bentuk perundungan yang bertujuan merendahkan korban secara sosial. Pada kutipan data 2, kalimat "PERGI KOWE! WONG EDAN!" yang disertai dengan tindakan menendang dan menyeret korban menunjukkan bentuk penolakan sosial yang ekstrem. Korban tidak hanya dikucilkan secara verbal, tetapi juga mengalami kekerasan fisik dan perlakuan yang mempermalukan di depan umum. Tindakan ini menggambarkan bahwa intimidasi sosial dapat berkembang menjadi kekerasan fisik ketika masyarakat ikut berpartisipasi dalam menghakimi dan menolak seseorang secara kolektif. Sementara itu, kutipan data 3 "Wah, sombong, nih, si Tompel! Dari tadi dipanggil-panggil nggak nengok!" menunjukkan bentuk *labeling* atau

pelabelan negatif terhadap korban. Julukan “si Tompel” digunakan untuk menegaskan identitas ejekan yang diberikan oleh pelaku intimidasi. *Labeling* ini memperkuat stigma sosial yang membuat korban sulit diterima dan cenderung dikucilkan oleh kelompok sebayanya. Tindakan tersebut memunculkan perasaan rendah diri, cemas, serta keinginan untuk menarik diri dari lingkungan sosial.

Intimidasi Psikologis

Dalam novel Surat dari Kematian karya Adham F. Fusama, bentuk intimidasi psikologis menjadi salah satu aspek penting yang menggambarkan tekanan batin para tokoh, terutama Kinan, Zein, dan teman-temannya di lingkungan kampus. Intimidasi psikologis di sini muncul melalui ejekan, pengucilan, serta ucapan-ucapan yang merendahkan dan menakut-nakuti, yang secara perlahan menghancurkan ketenangan dan kepercayaan diri korban. Berikut ini adalah temuan intimidasi psikologis yang dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Intimidasi Psikologis dalam Novel Surat dari Kematian

No.	Data	Bentuk Intimidasi Psikologis	Kode
1	<i>“Gue nggak ngerti surat itu terkutuk atau nggak, tapi gue bakal mampusin siapapun yang ngirim surat itu ke temen gue sehingga dia harus ngelakuin hal yang memalukan”</i>	Ancaman dan Pemerasan Psikologis	SDK.01/IP/69
2	<i>“karena kamu juga termasuk orang yang mencurigakan sehingga pantas buat di pelototin.”</i>	Menuduh dan menghakimi	SDK.01/IP/83
3	<i>“Ah cina cemen lu”</i>	Diskriminasi Etnis.	SDK.01/IP/249
4	<i>”Bodo amat lo bilang gue cemen. Gue ga minat. Mending gue nyewa kamar hotel terus berduaan sama pacar gue. Ngapain nyewa pekcun? Dasar jomlo tukang maksiat. Kena raja singa baru tahu rasa lo!”</i>	Penghinaan Moral, dan Ancaman Implisit	SDK.01/IP/249

Keterangan: SDK (*Surat dari kematian*), data, IP (*Intimidasi Sosial*), Halaman.

Kutipan Data 1, menggambarkan bentuk intimidasi psikologis melalui ancaman yang disampaikan secara verbal. Tokoh Joe dalam novel Surat Dari Kematian menggunakan kata-kata keras seperti “mampusin” yang mengandung makna menakut-nakuti dan memberikan tekanan mental pada Tokoh Pasha. Walaupun tidak ada kekerasan fisik, ucapan ini memiliki dampak psikologis yang kuat karena menimbulkan rasa takut, cemas, dan terancam bagi penerimanya. Pada Data 2, menggambarkan bentuk intimidasi psikologis yang dilakukan melalui ucapan yang bersifat menuduh dan menghakimi. Kalimat “kamu juga termasuk orang yang mencurigakan sehingga pantas buat di pelototin” menunjukkan adanya perlakuan yang merendahkan dan menekan secara mental. Tokoh Zein menjadi sasaran dianggap “mencurigakan” tanpa bukti yang jelas, sehingga menimbulkan rasa tidak aman, cemas, dan tertekan secara emosional. Data 3, Kutipan “Ah cina cemen lu” menunjukkan bentuk intimidasi psikologis yang dilakukan oleh Tokoh reno kepada tokoh joe yang disertai diskriminasi etnis. Ujaran tersebut mengandung dua unsur penghinaan sekaligus, yaitu rasisme (cina) dan pelecehan terhadap karakter pribadi (cemen). Kalimat ini bukan hanya merendahkan kemampuan seseorang, tetapi juga menyerang identitas sosial dan budaya korban. Pada tokoh joe ucapan ini menimbulkan rasa malu, keterasingan, dan kehilangan harga diri. Data 4, menggambarkan bentuk intimidasi psikologis melalui penghinaan moral. Bentuk intimidasi

Copyright (c) 2025 TEACHING : Jurnal Inovasi Keguruan dan Ilmu Pendidikan

psikologis yang dilakukan oleh tokoh Joe dalam Novel Surat Dari Kematian, pada kutipan tersebut bersifat kasar, merendahkan, serta menyerang harga diri lawan bicaranya dengan sebutan “jomlo tukang maksiat” dan ancaman verbal “kena raja singa baru tahu rasa lo”. Bentuk intimidasi ini menunjukkan upaya pelaku untuk mempermalukan korban dengan cara menuduhnya sebagai individu yang tidak bermoral, sekaligus mengucapkan doa buruk yang berkonotasi penyakit menular seksual.

Kesedihan

Kesedihan muncul sebagai proses penyesuaian emosional di mana seseorang berusaha melepaskan keterikatan terhadap objek yang hilang. Jika proses ini gagal, kesedihan dapat berkembang menjadi melankolia (depresi mendalam). Pada kutipan berikut menggambarkan kondisi *mood* depresi atau kesedihan mendalam yang dialami oleh tokoh Kinan. *Mood* depresi ditandai dengan perasaan sedih berkepanjangan, kehilangan semangat hidup, serta munculnya ekspresi emosional seperti menangis dan sikap diam berkepanjangan. Berikut ini adalah temuan intimidasi sosial yang dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. *Mood* Depresi Sedih dalam Novel Surat dari Kematian

No.	Data	Bentuk Kesedihan	Kode
1	<i>“Kinan diam saja, menatap kosong ke arah pintu. Ia seseali masih sesegukan. Tangannya meremas-remas tisu yang sudah membola dan basah karena terlalu sering dipakai untuk mengelap air mata”</i>	Kesedihan Mendalam	SDK.01/K/199
2.	<i>“Memikiran itu membuat air mata Kinan mengalir lagi. Ia masih merasa dirinya turut bertanggung jawab atas kematian joe. Kalau saja ia langsung menyarankan joe untu pergi ke jakarta, mungkin sekarang joe masih hidup selamat dan aman di tengah keluarganya. kalau saja ia tidak nekat membujuk joe membuat rencana untuk menipu pelaku, mungkin pelaku tidak akan marah sehingga membunuh joe.”</i>	Rasa Bersalah	SDK.02/K/204
3.	<i>“Kinan menangis lagi di kamarnya. Hari itu adalah hari yang cengeng baginya. Belum pernah ia menangis sehebat dan sepanjang itu sejak ayahnya meninggal dunia waktu SMP dulu. Sedari kecil ia selalu menjadi anak yang kuat, pemberani dan tidak gampang menangis.”</i>	Kesedihan Akibat Kehilangan	SDK.03/K/211

Keterangan: SDK (*Surat dari kematian*), data, MDS (*Mood Depresi Sedih*), Halaman.

Kutipan data 1, memperlihatkan kondisi emosional Kinan yang sedang terpuruk dan sedih mendalam. Sikap diam dan tatapan kosong menunjukkan hilangnya semangat serta keterasingan batin. Tindakan menatap kosong menandakan bahwa pikirannya sedang melayang, tenggelam dalam kesedihan yang dalam. Selain itu, tisu yang membola dan basah menggambarkan bahwa Kinan telah menangis cukup lama, memperkuat suasana hati yang penuh duka dan kehilangan. Data 2, Pada kutipan tersebut menggambarkan rasa bersalah dan penyesalan mendalam yang dialami Tokoh Kinan akibat kematian temannya, Joe. Ia terus memikirkan tindakannya dan membayangkan kemungkinan jika ia mengambil keputusan

berbeda, sehingga muncul perasaan “kalau saja” yang memperkuat rasa bersalah. rasa bersalah timbul ketika seseorang menolak atau menekan bagian kepribadiannya sendiri yang dianggap tidak sesuai dengan norma sosial. Dia melihat rasa bersalah sebagai panggilan kesadaran moral, yang mendorong individu untuk memperbaiki diri dan mencapai keseimbangan batin. Namun, jika dibiarkan tanpa penyelesaian, rasa bersalah dapat berubah menjadi beban psikis yang menimbulkan kecemasan dan konflik batin. Data 3, menggambarkan ekspresi kesedihan yang intens pada tokoh Kinan dalam novel *Surat Dari Kematian*, yang muncul secara tiba-tiba dan sangat mendalam. Momen ini menandai peningkatan *mood* depresi dan perasaan sedih, karena Kinan menangis lebih hebat daripada biasanya, bahkan lebih dari pengalaman trauma sebelumnya, yaitu kematian ayahnya. Selain itu, kutipan ini menggambarkan citra diri tokoh Kinan sebelumnya dengan kondisi emosional saat ini. Selama ini tokoh Kinan dikenal sebagai sosok yang kuat, pemberani, dan jarang menunjukkan emosi, tetapi tragedi yang dialaminya membuatnya tak kuasa menahan kesedihan

Rasa menyesal

Pengalaman yang dialami tokoh dalam cerita sering kali memunculkan penyesalan yang mendalam atas tindakan maupun keputusan masa lalu. Rasa menyesal ini menjadi pemicu munculnya konflik batin yang memengaruhi perilaku dan cara tokoh memandang dirinya sendiri. Kutipan berikut menampilkan bentuk rasa bersalah dan rasa tidak berharga yang dialami oleh tokoh-tokoh dalam cerita, yaitu Kinan yang disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6. Rasa Menyesal dalam Novel Surat dari Kematian

No.	Data	Bentuk Rasa Menyesal	Kode
1.	<i>”kalau saja ia tidak sok tau, sok cerdas, dan sok berani seperti itu.. mungkin semuanya tidak akan seperti sekarang. Ia telah bermain api, tapi joe yang terbakar karenanya. Ia marah kepada dirinya sendiri yang selalu belagu, arogan dan Cuma bikin ulah. Ia benci kepada dirinya sendiri.”</i>	Rasa menyesal di sertai rasa kebencian terhadap diri sendiri	SDK.01/RM/204
2.	<i>“KINAN GOBLOOOOK!” makinya terhadap diri sendiri. Tangannya memukul-mukul kasur, ia lampiaskan semua penyesalan di sana.</i>	Penyesalan emosional	SDK.02/RM/217
3.	<i>“Zein mengacak-acak rambutnya, merasakan frustrasi yang teramat dalam. Ia telah salah langkah. Tanpa sadar ia telah menghina Kinan.”</i>	Penyesalan terhadap kesalahan orang lain	SDK.03/RM/226

Keterangan: SDK (*Surat dari kematian*), data, RM (Rasa Menyesal), Halaman.

Dalam kutipan data 1, Kinan menunjukkan gejala rasa bersalah yang mendalam dan kebencian terhadap diri sendiri. Ia menilai tindakannya di masa lalu sebagai penyebab kematian Joe. Ucapan seperti “kalau saja ia tidak sok tahu...” dan “ia benci kepada dirinya sendiri” menunjukkan adanya (menyalahkan diri sendiri) dan (membenci diri sendiri) yang merupakan ciri dari rasa tidak berharga akibat depresi. Kinan merasa tidak layak untuk memaafkan dirinya karena menganggap keberaniannya hanya membawa malapetaka bagi orang lain. Data 2, menggambarkan rasa menyesal dan frustrasi yang mendalam yang dialami tokoh Kinan terhadap dirinya sendiri. Dengan memaki diri sendiri dan memukul kasur, Kinan

mengekspressikan emosi negatif yang kuat, seperti marah, kecewa, dan rasa bersalah, sebagai bentuk pelampiasan terhadap penyesalan yang selama ini dipendam. Tindakan tokoh Kinan memukul kasur menunjukkan ekspresi fisik dari tekanan psikologis, di mana Kinan tidak mampu menahan perasaan bersalah dan frustrasinya. Data 3, menggambarkan perasaan frustrasi dan penyesalan yang dialami tokoh Zein. Dengan mengacak-acak rambutnya, Zein mengekspressikan emosi negatif yang mendalam, berupa kesal terhadap diri sendiri karena menyadari telah melakukan kesalahan, yaitu menghina Kinan tanpa disadari. Tindakan fisik sederhana seperti mengacak rambut menggambarkan dari tekanan psikologis, di mana tokoh zein mencoba melepaskan ketegangan emosional yang muncul akibat kesalahan. Kutipan ini juga menggambarkan keterkaitan antara kesadaran diri dan rasa bersalah, di mana Zein menyadari dampak perilakunya terhadap orang lain dan merasakan penyesalan yang kuat.

Insomnia

Insomnia merupakan salah satu gejala yang sering muncul pada seseorang yang mengalami depresi, Insomnia tidak hanya berarti ketidakmampuan untuk tidur, tetapi juga kondisi di mana pikiran seseorang terus aktif karena beban emosional yang berat. Tokoh Kinan mengalami gejala insomnia dikarenakan terbayang peristiwa kematian temannya, hal ini dapat di buktikan dengan kutipan yang disajikan pada Tabel 7.

Tabel 7. Insomnia dalam Novel *Surat dari Kematian*

No	Data	Bentuk Insomnia	Kode
1.	<i>"Kinan menatap langit-langit kamar. Sudah jam tiga dini hari, tapi matanya sama sekali belum terpejam. Setia ia mencoba memejamkan mata, bayangan temannya yang telah mati muncul begitu nyata"</i>	Insomnia karena trauma	SDK.01/I/220
2.	<i>"Kinan mulai cemas setiap malam ia memikirkan kasus Reno-Pasha-Joe membuatnya semakin muram dan tidak bisa tertidur cepat seperti biasanya"</i>	Insomnia akibat kecemasan berlebih	SDK.02/I/191
3.	<i>"Pukul 01.00 dini hari Zein duduk sendirian saja di meja samping jendela, memandang suasana Jalan Kaliurang, menatap kosong pada kendaraan yang berlalu lalang"</i>	Insomnia akibat kegelisahan	SDK.03/I/225

Keterangan: SDK (*Surat dari kematian*), data, I (Insomnia), Halaman.

Dalam kutipan data 1 tersebut tercermin makna trauma psikologis yang dialami oleh tokoh Kinan, Kalimat *"bayangan temannya yang telah mati muncul begitu nyata"* menunjukkan bahwa Kinan masih dihantui trauma dan rasa kehilangan atas kematian temannya. Pikiran tersebut terus mengganggu ketenangan batinnya sehingga tidak mampu mencapai kondisi relaks yang dibutuhkan untuk tidur. Data 2, menggambarkan perasaan cemas dan gelisah yang dialami Kinan akibat kasus Reno-Pasha-Joe. Kecemasan ini muncul setiap malam, sehingga mengganggu pola tidurnya dan membuatnya sulit untuk tertidur seperti biasanya. Kondisi ini merupakan insomnia akibat tekanan psikologis, di mana pikiran yang terus-menerus memutar kasus tersebut menimbulkan stres dan ketidaknyamanan mental. Data 3, Pada tokoh Zein mengalami gejala insomnia dengan di tandai pada kutipan *"Pukul 01.00 dini hari"*, kondisi Zein duduk sendirian dan menatap kosong pada kendaraan yang berlalu lalang.

Pada kondisi ini sehingga Zein terganggu waktu untuk tidurnya atau tidak bisa tidur di jam yang normal karena stres yang berlebihan.

Pembahasan

Intimidasi Verbal

Rigby (2002) menjelaskan bahwa intimidasi verbal adalah tindakan verbal agresif yang berulang dan disengaja, ditujukan untuk menyakiti atau menekan korban secara psikologis, termasuk melalui julukan negatif atau komentar mengejek. Intimidasi verbal diartikan sebagai bentuk kekerasan atau tekanan yang dilakukan melalui kata-kata, baik secara langsung maupun tidak langsung, dengan tujuan menyakiti, merendahkan, ataupun menakut-nakuti korban (Hasibuan & Parwanto, 2023). Selain itu Penelitian relevan oleh Rachmawati (2024) menjelaskan bahwa intimidasi verbal dapat menimbulkan tekanan emosional dan ketakutan jangka panjang, karena pelaku menggunakan bahasa sebagai instrumen untuk mendominasi dan mengendalikan korban. Sejalan dengan itu, Supriyadi et al., (2024) juga menemukan bahwa ancaman verbal dan ejekan agresif memiliki dampak psikologis yang serupa dengan kekerasan fisik, terutama pada korban yang memiliki kondisi emosional rentan. Selain itu, Kurniawati dan Hartati et al., (2022) dalam penelitiannya tentang “*Kekerasan Verbal dan Dampaknya terhadap Kesehatan Mental Remaja*” menegaskan bahwa penggunaan bahasa agresif berulang kali dapat menyebabkan trauma emosional dan gangguan psikologis, terutama pada individu yang memiliki kerentanan emosional. Rachmawati (2024) dalam penelitian berjudul “*Bullying dan dampak jangka panjang koneksi dengan kekerasan dan kriminalitas*” mengungkapkan bahwa korban intimidasi yang sebelumnya pasif sering kali menunjukkan reaksi verbal agresif atau defensif sebagai tanda bahwa mereka mulai menolak dominasi sosial yang menekan harga diri mereka.

Intimidasi Fisik

Rigby (2002) menyatakan bahwa intimidasi fisik adalah tindakan agresi yang langsung bersifat fisik, dilakukan berulang dan disengaja untuk menimbulkan rasa takut atau sakit pada korban. Intimidasi fisik merupakan bentuk intimidasi yang dilakukan dengan kontak tubuh atau tindakan fisik secara langsung terhadap korban untuk menyakiti dan menimbulkan rasa takut (Wulandari & Afifah, 2023). Dalam perspektif ini sejalan dengan penelitian Prastiti dan Anshori (2023) yang menyatakan bahwa perilaku *bullying* tidak hanya menimbulkan dampak secara fisik, tetapi juga memengaruhi kondisi sosial dan psikologis korban, seperti menurunnya rasa percaya diri, timbulnya kecemasan, serta terganggunya kemampuan korban dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya.

Intimidasi Sosial

Muhopilah & Tentama (2019) mengidentifikasi bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku bullying di kalangan remaja Indonesia meliputi lingkungan keluarga, pertemanan, kontrol diri, dan media sosial. Rigby (2002) menjelaskan bahwa intimidasi sosial meliputi tindakan agresi non-fisik yang menargetkan hubungan sosial korban. Contohnya adalah mengucilkan, mengisolasi, atau mengintimidasi korban dalam kelompok, sehingga korban merasa tidak diterima dan terancam secara sosial. Intimidasi sosial adalah tekanan yang dilakukan dengan cara mengucilkan, merusak reputasi, atau mempengaruhi hubungan sosial korban dengan orang lain (Freska et al., 2023). Nurdiana & Rahman (2025) dalam judul penelitiannya *Dinamika Perilaku Sosial Remaja Akibat Kekerasan Verbal: Studi Under-Sosial dan Over-Sosial di Kebagusan Jakarta Selatan* menegaskan bahwa pelecehan sosial melalui media verbal dan tindakan memperlakukan dapat menghambat perkembangan sosial korban,

terutama pada remaja yang sedang membangun identitas diri. Korban intimidasi sosial cenderung mengalami penurunan kepercayaan diri dan munculnya perilaku menghindar, karena merasa tidak diterima di lingkungan sosialnya. Sukmana et al., (2025) juga menunjukkan bahwa tindakan penolakan sosial yang dilakukan secara kolektif sering kali bermula dari prasangka, kemudian berkembang menjadi agresi terbuka berupa kekerasan fisik dan pelecehan publik. Mereka menemukan bahwa korban intimidasi sosial cenderung mengalami gangguan harga diri, rasa malu yang mendalam, dan ketidakmampuan membangun kembali hubungan sosial yang sehat setelah peristiwa tersebut.

Intimidasi Psikologis

Fenomena ini sejalan dengan temuan Olweus (1993) yang menyatakan bahwa intimidasi psikologis bertujuan untuk mengendalikan atau menyakiti korban secara emosional tanpa perlu kekerasan fisik. Bentuknya bisa berupa komentar merendahkan, ancaman halus, atau penghinaan sosial, seperti yang tampak pada adegan ketika tokoh tertentu disebut dengan nama-nama ejekan atau dianggap “mencurigakan” dan “pantas dihindari”. Ucapan semacam itu menimbulkan tekanan mental yang intens dan menumbuhkan rasa tidak aman. Intimidasi psikologis adalah bentuk penekanan batin yang dilakukan untuk mengganggu kondisi emosional atau mental korban secara mendalam (Supriyadi et al., 2024). Biasanya bersifat manipulatif, tidak selalu terlihat secara langsung, tetapi berdampak besar pada kepercayaan diri dan kestabilan mental korban. Jempru & Trihastuti (2023) menegaskan bahwa dampak psikologis dari perlakuan negatif (seperti intimidasi sosial atau verbal) dapat mengurangi kecerdasan emosional seseorang, termasuk kemampuan mengelola emosi, empati, dan motivasi diri. Hal ini menyebabkan individu lebih mudah mengalami frustrasi, ledakan emosi, dan kesulitan sosial.

Kesedihan

Joormann & Gotlib (2010) depresi ditandai oleh kesulitan mengatur emosi negatif. Individu dengan depresi sering melakukan *rumination*, yaitu memikirkan hal-hal menyedihkan secara berulang, sehingga memperkuat perasaan sedih dan putus asa. (Suryana, 2020) menjelaskan bahwa kesedihan (*sadness*) adalah reaksi alamiah terhadap kehilangan sesuatu yang berharga, baik berupa orang yang dicintai, cita-cita, atau bagian dari diri. Pratisti & Prihartanti (2012) menjelaskan bahwa kondisi emosional adalah keadaan internal seseorang yang melibatkan perasaan, pikiran, dan reaksi fisiologis terhadap suatu peristiwa. Ia menekankan pentingnya kemampuan mengelola kondisi emosional sebagai bagian dari kecerdasan emosional (*emotional intelligence*). Kondisi emosional yang tidak stabil dapat menyebabkan stres, gangguan hubungan sosial, dan penurunan kualitas hidup. Andriyani (2019) menjelaskan bahwa kondisi emosional adalah keadaan psikologis seseorang yang mencakup perasaan, pikiran, serta reaksi fisiologis terhadap suatu peristiwa. Ia menekankan pentingnya kemampuan mengelola kondisi emosional sebagai bagian dari kecerdasan emosional (*emotional intelligence*). Kondisi emosional yang tidak stabil dapat menyebabkan stres, gangguan hubungan sosial, dan penurunan kualitas hidup.

Rasa Menyesal

Joormann & Gotlib (2010) juga menegaskan bahwa individu dengan depresi memiliki kesulitan dalam mengatur emosi negatif, cenderung melakukan *rumination* (memikirkan secara berulang hal-hal menyedihkan), yang memperkuat perasaan sedih dan putus asa. Kondisi tersebut menyebabkan individu sulit melepaskan diri dari pikiran dan perasaan negatif yang terus berulang. Mereka kerap memusatkan perhatian pada pengalaman masa lalu yang

menyakitkan atau kesalahan pribadi, sehingga memperburuk suasana hati dan menurunkan kemampuan untuk berpikir rasional. Akibatnya, muncul rasa bersalah yang berlebihan, harga diri yang rendah, dan persepsi bahwa hidup tidak lagi memiliki harapan. Nadhiroh (2015) menjelaskan bahwa tekanan psikologis adalah bentuk gangguan emosional akibat ketidakmampuan mengelola emosi negatif, seperti marah, takut, atau sedih.

Insomnia

Temuan dari ketiga data tersebut menunjukkan bahwa gangguan tidur yang dialami para tokoh sangat berkaitan dengan kondisi psikologis yang mereka hadapi. Hal ini sejalan dengan pendapat Twig et al. (2016) bahwa insomnia sering muncul akibat ketegangan emosional dan tekanan batin yang berlarut-larut. Pada Kinan, trauma atas kematian temannya serta kecemasan terkait kasus Reno-Pasha-Joe memunculkan pikiran intrusif yang mengganggu proses relaksasi sebelum tidur, sehingga membuatnya sulit mencapai kualitas tidur yang normal. Sementara itu, Zein menunjukkan gejala insomnia melalui perilaku menyendiri pada dini hari dan menatap kosong ke jalanan, yang menandakan adanya beban emosi yang tidak terselesaikan. Ketiga temuan ini menguatkan bahwa tekanan psikologis, trauma, dan kecemasan memiliki pengaruh langsung terhadap kualitas tidur, serta menjadi pemicu utama munculnya insomnia pada tokoh-tokoh dalam cerita.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa novel *Surat dari Kematian* karya Adham T. Fusama terdapat bentuk dampak psikologis dari pengalaman intimidasi dan depresi yang dialami para tokohnya. Intimidasi yang muncul dalam novel *Surat dari Kematian* yakni verbal, fisik, sosial, dan psikologis. Setiap bentuk intimidasi tersebut menunjukkan adanya upaya penekanan, penghinaan, dan pengendalian terhadap korban, yang kemudian memicu gangguan emosional dan perilaku depresi. Dampak dari tekanan tersebut berakibat munculnya depresi yang dialami oleh tokoh utama. Bentuk depresi dalam novel ini digambarkan melalui gejala-gejala seperti kesedihan mendalam, rasa bersalah, insomnia, kehilangan minat, dan perasaan tidak berharga. Kinan menunjukkan perilaku menarik diri, sulit tidur, serta menyalahkan diri sendiri atas kematian temannya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa depresi bukan hanya akibat dari kejadian traumatis, tetapi juga hasil dari penumpukan tekanan sosial dan emosional yang tidak terselesaikan.

Novel *Surat dari Kematian* karya Adham T. Fusama memberikan refleksi realitas psikologis manusia melalui tokoh-tokohnya yang digambarkan mengalami tekanan sosial, trauma, serta pergulatan batin akibat intimidasi dan depresi. penelitian ini memberikan ruang lingkup bahwa karya sastra dapat berfungsi sebagai cermin kejiwaan manusia yang mampu mengungkap sisi emosional, moral, dan sosial dalam konteks kehidupan modern. Novel dapat menjadi medium yang menyuarakan pentingnya kesadaran terhadap kesehatan mental, terutama di kalangan remaja dan mahasiswa yang rentan terhadap tekanan sosial dan emosional dalam lingkungan akademik maupun sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, J. (2019). Strategi coping stres dalam mengatasi problema psikologis. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 37–55. <https://doi.org/10.22373/taujih.v2i2.6527>
- Aviani, H. M., & Siregar, A. T. H. (2015). Tubuh-Tubuh Intimidasi. *Visual Art*, 3(1), 1-9. <http://jurnal-s1.fsrđ.itb.ac.id/index.php/visual-art/article/view/394> .

- Chikita, L., Patriantoro, W. A., & Wartiningsih, A. (2024). Ekranisasi Tutaran Tokoh dalam Novel Surat Dari Kematian ke Bentuk Film. *Jurnal Onoma: Pendidikan Bahasa Dan Sastra*, 10(1), 572–582. <https://doi.org/10.30605/onoma.v10i1.3249>
- Freska, N. W., Kep, M., & Fernandes, N. R. (2023). *Resiliensi korban bullying remaja*. CV. Mitra Edukasi Negeri.
- Hadi, I., Fitriwijayati, R. D., & Rosyanti, L. (2017). Gangguan Depresi Mayor (Mayor Depressive Disorder) Mini Review. *Populasi*, 9(1), 25-40. <https://doi.org/10.36990/hiip.v9i1.102>
- Hartati, S., Fauziah, S., Qurrotu'aini, H. A., & Nurhayati, E. (2022). Peningkatan Pengetahuan Orangtua tentang Kesehatan Mental Remaja melalui Pendidikan Kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Cianjur Kota. *INCIDENTAL: Journal Of Community Service and Empowerment*, 1(02), 7–15. <https://doi.org/10.62668/incidental.v1i02.453>
- Hasibuan, U. K., & Parwanto, W. (2023). Perundungan Verbal Perspektif Hadis: Ditinjau Dari Gaya Bahasa Penceramah. *Jurnal Perspektif*, 16(1) 13-26. <https://doi.org/10.53746/perspektif.v16i1.94>
- Jempru, M. S., & Trihastuti, M. C. W. (2023). Studi Kasus Kecerdasan Emosional Siswa Korban Bullying. *Psiko Edukasi*, 21(2), 123–140. <https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v21i2.4960>
- Joormann, J., & Gotlib, I. H. (2010). Emotion regulation in depression: Relation to cognitive inhibition. *Cognition and Emotion*, 24(2), 281–298. <https://doi.org/10.1080/02699930903407948>
- Lafamane, F. (2020). *Karya sastra (puisi, prosa, drama)*.
- Muhopilah, P., & Tentama, F. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku bullying. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 1(2), 99-107. <https://doi.org/10.26555/jptp.v1i2.15132>
- Muslikhah, A. V. (2024). Kondisi Trauma Tokoh Utama Novel Leiden Karya Dwi Nur Rahmawati (Kajian Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V). *Sabda: Jurnal Kajian Kebudayaan*, 19(2), 53–69. <https://doi.org/10.14710/sabda.19.2.53-69>
- Nadhiroh, Y. F. (2015). Pengendalian emosi: Kajian Religio-psikologis tentang Psikologi Manusia. *SAINTIFIKA ISLAMICA: Jurnal Kajian Keislaman*, 2(1), 53–62. <https://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/saintifikaislamica/article/view/284>
- Nurdiana, M., & Rahman, I. (2025). Dinamika Perilaku Sosial Remaja Akibat Kekerasan Verbal: Studi Under-Sosial dan Over-Sosial di Kebagusan Jakarta Selatan. *Sosial Simbiosis: Jurnal Integrasi Ilmu Sosial Dan Politik*, 2(2), 111–122. <https://doi.org/10.62383/sosial.v2i2.1518>
- Olweus, D. (1993). Acoso escolar, “bullying”, en las escuelas: hechos e intervenciones. *Centro de Investigación Para La Promoción de La Salud, Universidad de Bergen, Noruega*, 2, 1–23. <https://doi.org/10.1002/pits.10114>
- Prastiti, J. P., & Anshori, I. (2023). Efek sosial dan psikologis perilaku bullying terhadap korban. *Jurnal Sains Sosio Humaniora*, 7(1), 69–77. <https://doi.org/10.22437/jssh.v7i1.23163>
- Pratisti, W. D., & Prihartanti, N. (2012). Konsep mawas diri Suryomentaram dengan regulasi emosi. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 13(1), 16–29. <https://doi.org/10.23917/humaniora.v13i1.911>
- Purwaningsih, L., Sudibyo, A., & Isnaini, H. (2023). Problematika pada pembelajaran apresiasi sastra. *Metonimia: Jurnal Sastra Dan Pendidikan Kesusastraan*, 1(2), 69–73. <https://doi.org/10.56854/jspk.v1i2.66>

- Rachmawati, D. (2024). Bullying dan dampak jangka panjang koneksi dengan kekerasan dan kriminalitas. *JOIES (Journal of Islamic Education Studies)*, 9(1), 83–104. <https://doi.org/10.15642/joies.2024.9.1.83-104>
- Ratna, N. K. (2012). *Teori, metode & teknik penelitian sastra: dari strukturalisme hingga postrukturalisme : perspektif wacana naratif*. Pustaka Pelajar.
- Ricoeur, P. (2021). *Hermeneutika dan Ilmu-ilmu Humaniora*. Ircisod.
- Ridwan, A. D. (2024). *Teori Sastra Klasik & Kontemporer*. Guepedia.
- Rigby, K. (2002). *New perspectives on bullying*. Jessica Kingsley Publishers.
- Sartika, E., Kau, M. U., Asmagvira, A., & Ali, A. H. (2022). Analisis pendekatan psikologi sastra dalam Novel Re: dan Perempuan. *Jurnal Bahasa, Sastra, Dan Budaya*, 12(2), 1–8. <https://doi.org/10.37905/jbsb.v12i2.15801>
- Sukmana, O., Pirandy, G., Machdum, S. V., Pujiriyani, D. W., Hisyam, C. J., Berlianti, B., Damanik, F. H. S., Mazdalifah, M., Kharima, N., & Hudaya, A. (2025). *Sosiologi Masalah Sosial: Teori, Analisis, dan Praktik Penanggulangan*. Star Digital Publishing.
- Supriyadi, T., Siburian, D. N., Meshani, G., & Ridho, M. (2024). Dibalik Pintu Tertutup: Dinamika Faktor Psikologis Terhadap Terjadinya Kekerasan Dalam Rumah Tangga Pada Perempuan. *IJBITH Indonesian Journal of Business Innovation, Technology and Humanities*, 1(1), 150–162. <https://journal.drafpublisher.com/index.php/ijith/article/view/163>
- Suryana, I. (2020). *Cast Away Your Sadness: Seni Menguasai Rasa Sedih yang Banyak Orang Belum Tahu*. Anak Hebat Indonesia.
- Twig, G., Shina, A., Afek, A., Derazne, E., Tzur, D., Cukierman-Yaffe, T., Shechter-Amir, D., Gerstein, H. C., & Tirosh, A. (2016). Sleep quality and risk of diabetes and coronary artery disease among young men. *Acta Diabetologica*, 53(2), 261–270. <https://doi.org/10.1007/s00592-015-0779-z>
- Utami, B. F., & Haryanti, P. (2025). Mekanisme Pertahanan Diri Penyangkalan Tokoh Ryohei dalam Film Okaasan Ore Wa Daijoubu. *Mahadaya: Jurnal Bahasa, Sastra, Dan Budaya*, 5(1), 63–72. <https://doi.org/10.34010/je0q2595>
- Wulandari, H., & Afifah, J. N. (2023). Bullying hingga kekerasan, masa depan anak usia dini mulai terancam. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(16), 325–336. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8242146>