

## MENJELAJAH LUKA BATIN: PENDEKATAN PSIKOLOGI KONSELING TERHADAP KESENGSARAAN MAERA DALAM NOVEL ‘KRESEK HITAM’

Kartika Nur Khozaainah Rohmatin<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi S1 Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Negeri Surabaya

Email: [kartika.23010@mhs.unesa.ac.id](mailto:kartika.23010@mhs.unesa.ac.id)

### ABSTRACT

*Emotional pain is a psychological condition that is often experienced by people who have experienced trauma or deep emotional difficulties. Maera, the main character in the novel "Kresek Hitam" by Honey Dee, experiences severe emotional wounds due to the injustice and family problems she experiences. The aim of this research is to study psychological counseling methods to heal Maera's inner wounds in the novel "Kresek Hitam". This research uses a qualitative approach and analyzes relevant counseling psychology theories. The research results showed that the injustice and family problems experienced by Maera had an impact on her emotional and psychological condition. Maera received help in improving her mental health and repairing her inner trauma through a counseling psychology approach used through individual counseling methods and group therapy*

**Keywords:** *emotional pain, counseling psychology, injustice, family problems*

### ABSTRAK

Luka batin adalah kondisi psikologis yang sering dialami oleh orang-orang yang mengalami trauma atau kesulitan emosional yang mendalam. Maera, karakter utama dalam novel “Kresek Hitam” karya Honey Dee mengalami luka batin yang parah akibat ketidakadilan dan masalah keluarga yang dialaminya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mempelajari metode psikologi konseling untuk menyembuhkan luka batin Maera dalam novel “Kresek Hitam”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan menganalisis teori psikologi konseling yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketidakadilan dan masalah keluarga yang dialami Maera berdampak pada kondisi emosional dan psikologisnya. Maera mendapat bantuan dalam memperbaiki kesehatan mentalnya dan memperbaiki trauma batinnya melalui pendekatan psikologi konseling yang digunakan melalui metode konseling individu dan terapi kelompok.

**Kata Kunci:** luka batin, psikologi konseling, ketidakadilan, masalah keluarga

### PENDAHULUAN

Sastra merupakan salah satu cabang kesenian yang selalu berada dalam peradapan manusia tidak dapat ditolak, bahkan tersebut diterima sebagai salah satu realitas sosial budaya (Ramadania et al., 2018). Karya sastra memiliki peran yang penting dalam masyarakat karena karya sastra merupakan refleksi atau cerminan

kondisi sosial masyarakat yang terjadi di dunia sehingga karya itu menggugah perasaan orang untuk berpikir untuk kehidupan (Rachma, 2023). Welles dan Warren (1993) mendefinisikan karya sastra sebagai karya imajinatif dan menggunakan bahasa sebagai medium utama dengan dominasi fungsi estetika. Karya sastra sebagai hasil cipta manusia selain memberikan hiburan juga syarat dengan nilai, baik nilai keindahan maupun nilai-nilai ajaran hidup.

Novel menjadi salah satu jenis karya sastra yang diminati karena menghadirkan uraian yang kaya akan masalah kejiwaan dan sosial (Mulatsari, 2023; Yanti et al., 2023). Dalam sebuah novel, beragam persoalan manusia dikaji secara mendalam karena cenderung meluas dan menekankan pada kompleksitas, khususnya dalam konteks realitas sosial dan psikologis dalam cerita. Oleh karena itu, persoalan-persoalan yang dihadirkan dalam novel cenderung lebih kompleks dan rumit dibandingkan dengan cerita pendek, sehingga memerlukan waktu lebih lama untuk menyelesaikannya. Novel diciptakan secara khusus untuk menggali karakter tokoh secara kronologis, menjadikannya lebih panjang daripada cerita pendek. Namun, hal ini justru menjadi daya tarik tersendiri dari novel.

Dalam perjalanan hidup manusia, berbagai kejadian dan pengalaman sering kali menimbulkan luka batin, termasuk situasi yang menciptakan ketidakadilan dan pengkhianatan dalam masalah keluarga. Dampak emosional seperti rasa sakit hati, kekecewaan, dan penderitaan yang muncul dari pengalaman tersebut dapat memberikan dampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis individu. Psikologi konseling telah terbukti sebagai pendekatan yang efektif dalam membantu individu mengatasi luka batin dan trauma emosional tersebut.

Novel “Kresek Hitam” karya Honey Dee mengajak pembaca masuk ke dalam alur cerita yang kompleks, yang mengeksplorasi tema-tema kehidupan, ketidakadilan, dan pengkhianatan dengan mendalam. Peran sentral ketidakadilan dan pengkhianatan yang dialami oleh Maera dalam perkembangan cerita menggambarkan kedalaman karakter. Penelitian ini memiliki urgensi untuk memberikan pemahaman yang berharga mengenai bagaimana intervensi psikologi konseling dapat membantu individu mengatasi penderitaan seperti trauma dan kesedihan yang dipicu oleh masalah keluarga dan pengalaman ketidakadilan.

Penelitian mengenai konsekuensi dari ketidakadilan dan pengkhianatan dalam masalah keluarga terhadap luka batin, serta pemanfaatan pendekatan psikologi konseling dalam proses penyembuhan, masih memiliki keterbatasan, terutama dalam konteks sastra. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki hubungan yang penting untuk mengisi kesenjangan pengetahuan dan memberikan pemahaman yang lebih dalam mengenai peran pendekatan psikologi konseling dalam membantu individu mengatasi dampak luka batin yang disebabkan oleh ketidakadilan dan pengkhianatan dalam masalah keluarga.

Pendekatan psikologi konseling akan menjadi kerangka teoritis utama dalam analisis dan pemahaman terhadap pengalaman luka batin yang dialami Maera dalam novel 'Kresek Hitam'. Maera mengalami penderitaan emosional yang disebabkan oleh ketidakadilan dan pengkhianatan. Pengalaman tersebut meliputi pengkhianatan yang dilakukan oleh teman dekatnya serta ketidakadilan yang ia rasakan dari keluarganya yang lebih mempercayai perkataan orang lain, mengakibatkan Maera merasa hancur dan kehilangan kepercayaan pada lingkungannya. Dampak dari pengalaman traumatis seperti ini dapat mengganggu keseimbangan emosional dan psikologis individu, mengakibatkan perasaan ketidakstabilan dan kesulitan dalam mengatasi konflik batin yang dialami.

Pendekatan psikologi konseling memberikan jalan bagi individu yang mengalami situasi serupa dengan Maera untuk mengatasi luka batin mereka. Terapi kognitif, sebagai salah satu aspek dari pendekatan ini, memiliki potensi untuk mengubah pola pikir negatif individu menjadi pola pikir yang lebih positif dan sehat. Proses terapi ini melibatkan pembimbingan individu untuk mengenali dan mengubah pemikiran negatif yang muncul sebagai hasil dari pengalaman traumatis, menuju pemikiran yang lebih adaptif dan realistis. Selain itu, pendekatan konseling juga dapat membantu individu dalam mengelola emosi negatif yang timbul akibat luka batin mereka. Penggunaan teknik relaksasi dan strategi pengelolaan emosi memiliki potensi untuk membantu individu mengatasi perasaan seperti kesedihan, kemarahan, dan kekecewaan yang mungkin muncul.

Dalam hal ini, terlihat bahwa pengalaman luka batin yang dialami Maera dalam novel 'Kresek Hitam' karya Honey Dee, secara konsisten

mencerminkan prinsip-prinsip yang dijelaskan dalam teori trauma psikologis yang dikemukakan oleh Judith Herman. Pengkhianatan dan ketidakadilan yang ditemui Maera mampu mengganggu keseimbangan emosional dan psikologisnya, yang berujung pada penderitaan yang sangat mendalam. Pendekatan psikologi konseling, terutama melalui penerapan terapi kognitif dan teknik pengelolaan emosi, dapat memainkan peran penting dalam proses penyembuhan luka batin yang dialami Maera. Dengan demikian, pendekatan ini dapat berperan sebagai sarana yang efektif untuk membantu Maera mengatasi dampak psikologis dari pengalaman traumatis yang ia alami dalam novel tersebut.

Salah satu strategi yang dapat digunakan untuk meredakan luka batin adalah melalui pendekatan psikologi konseling. Namun, dalam novel “Kresék Hitam” karya Honey Dee, terdapat karakter utama bernama Maera yang mengalami penderitaan akibat ketidakadilan yang dilakukan oleh keluarganya sendiri. Dalam cerita tersebut, Maera mengalami perjalanan emosional yang rumit dan membutuhkan pendekatan psikologi konseling yang tepat untuk membantu mengatasi luka batinnya. Hal ini menyoroti pentingnya pemahaman mengenai bagaimana pendekatan psikologi konseling dapat mendukung Maera dalam proses pemulihan dari luka batin. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan wawasan tentang implementasi pendekatan ini pada individu yang mengalami pengkhianatan dan ketidakadilan dalam kehidupan nyata.

Tujuan dari penelitian ini untuk melakukan analisis mendalam terhadap pengalaman luka batin yang dialami oleh Maera dalam novel “Kresék Hitam”, dan menerapkan pendekatan psikologi konseling kemudian dideskripsikan sebagai langkah terapi untuk menyembuhkan luka batin tersebut. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi penting dalam memahami dampak luka batin yang timbul akibat ketidakadilan dan pengkhianatan dalam lingkungan keluarga terhadap individu. Hasil dari penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih luas mengenai penerapan pendekatan psikologi konseling dalam membantu individu yang mengalami luka batin. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi pada bidang sastra dengan mengeksplorasi pengalaman karakter dalam konteks psikologi dan emosional.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang diterapkan adalah penelitian deskriptif kualitatif. Pendekatan kualitatif secara keseluruhan menggunakan teknik-teknik penafsiran untuk menggambarkan informasi dalam bentuk deskripsi verbal. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguraikan bentuk konflik batin beserta fakta penyebabnya yang terdapat dalam novel “Kresek Hitam” karya Honey Dee, dengan hasil akhir berupa ungkapan verbal berupa angka atau nomina.

Ahmadi (2019) menjelaskan bahwa dalam konteks penelitian kualitatif, ada delapan tahapan yang umumnya harus dilalui. Tahapan-tahapan tersebut mencakup pemilihan topik penelitian, fokus penelitian, serta teori yang relevan untuk mengarahkan penelitian. Setelah itu, peneliti merancang studi, mengumpulkan data, dan melakukan analisis terhadap data yang terkumpul. Tahapan berikutnya adalah menyimpulkan hasil analisis, yang kemudian diikuti oleh tahap diseminasi hasil penelitian. Namun, diseminasi hasil penelitian jarang dilakukan pada peneliti pemula karena mereka sering kali terkendala oleh masalah finansial. Tahapan terakhir ini memiliki peran krusial dalam menyebarkan temuan kepada komunitas ilmiah maupun praktisi. Oleh karena itu, keseluruhan tahapan dalam penelitian kualitatif ini memberikan kerangka kerja yang sistematis untuk memastikan konsistensi dan kesuksesan penelitian yang dilakukan.

Pengumpulan data yang akan diterapkan adalah analisis teks, di mana peneliti akan secara rinci mengeksplorasi teks novel untuk mengidentifikasi peristiwa ketidakadilan dan pengkhianatan serta masalah keluarga yang dialami oleh Maera dan dampaknya terhadap keadaan emosionalnya. Data yang dikumpulkan akan mencakup semua kutipan yang mencerminkan aspek konflik batin seperti ketidakadilan dan pengkhianatan yang dilakukan oleh anggota keluarga atau teman dekat Maera dalam novel “Kresek Hitam”.

Proses pengumpulan data dalam penelitian novel ini dijalankan melalui langkah-langkah yang terperinci. Pertama, peneliti membaca novel secara menyeluruh dengan penuh kritis dan teliti, melakukan pengamatan yang berulang-ulang untuk memastikan pemahaman yang mendalam. Selanjutnya, fokus ditujukan pada identifikasi dan pencatatan data yang relevan terkait dengan konflik batin

seperti trauma, ketidakadilan, dan pengkhianatan yang muncul dalam cerita. Langkah ketiga melibatkan deskripsi detail terhadap data yang telah terkumpul, dengan penekanan pada permasalahan yang muncul dalam novel tersebut terkait dengan luka batin. Terakhir, proses ini diakhiri dengan menyimpulkan hasil dari pengumpulan dan analisis data yang telah dilakukan. Seluruh langkah ini diarahkan untuk memastikan data yang terkumpul benar-benar relevan dengan tujuan penelitian serta mendorong pemahaman yang lebih mendalam terhadap konflik psikologis yang tersembunyi dalam novel “Kresek Hitam”.

Sumber data utama yang akan dimanfaatkan dalam penelitian ini adalah novel "Kresek Hitam" karya Honey Dee, yang diterbitkan oleh PT Elex Media Komputindo, Kelompok Gramedia, Anggota IKAPI, Jakarta, pada cetakan pertama tahun 2023 dengan jumlah 175 halaman. Selain itu, jurnal-jurnal dan buku teori yang relevan juga akan menjadi sumber data penting untuk mendukung penelitian ini.

Data yang diperoleh akan dianalisis secara terperinci untuk mengungkapkan pola-pola pengalaman luka batin yang dialami oleh karakter Maera. Dalam konteks peristiwa yang terjadi dalam alur cerita novel tersebut. Analisis data akan menggunakan pendekatan kualitatif, di mana peneliti akan mengeksplorasi pola-pola pengalaman dan respon emosional Maera terhadap peristiwa-peristiwa tersebut.

Untuk memastikan keabsahan temuan, penelitian ini akan menggunakan teknik triangulasi data, yang melibatkan perbandingan hasil dari analisis novel dengan teori-teori psikologi konseling yang relevan. Dengan demikian, keandalan dan validitas penelitian dapat diperkuat melalui integrasi data dari berbagai sumber yang beragam. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berarti dalam memperluas pemahaman tentang dampak luka batin akibat ketidakadilan dan pengkhianatan dalam konteks sastra. Selain itu, penelitian ini juga menekankan pentingnya penerapan pendekatan psikologi konseling sebagai sarana terapeutik untuk membantu individu mengatasi dampak emosional. Dengan demikian, penelitian ini memiliki potensi untuk memberikan sumbangan yang signifikan dalam pengembangan pengetahuan di bidang sastra dan psikologi konseling, serta memperdalam pemahaman kita tentang kondisi psikologis manusia dalam konteks sastra.

## PEMBAHASAN

Dalam novel 'Kresék Hitam' karya Honey Dee, konflik berperan sebagai tulang punggung yang mengarahkan alur cerita dan pengembangan karakter-karakternya. Melalui analisis yang cermat, kita dapat menyoroti konflik-konflik yang mengemuka, yang tidak hanya meliputi pertarungan batin yang dihadapi oleh para tokoh utama, namun juga termasuk pertentangan dengan elemen-elemen eksternal seperti lingkungan dan situasi sekitar mereka. Pertikaian antarpersona juga memainkan peran krusial, memberikan kekuatan pada kehidupan cerita dan memperluas rentang perjalanan cerita yang ditawarkan oleh novel ini. Pemahaman atas kompleksitas dan multi-dimensi konflik ini memungkinkan pembaca untuk menelusuri lebih jauh kedalam cerita, memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang perjalanan emosional yang dialami oleh setiap karakter. Dengan demikian, analisis konflik dalam novel 'Kresék Hitam' tidak hanya esensial untuk apresiasi literatur yang kaya, tapi juga untuk pengalaman imersif dalam mengalami pertumbuhan dan perubahan yang dialami oleh karakter-karakter di dalamnya.

Burhan Nurgiantoro (2012) mendefinisikan konflik sebagai momen atau kejadian yang secara mendasar tidak diinginkan oleh karakter dalam sebuah cerita, menandakan bahwa jika diberikan pilihan, karakter tersebut akan menghindari kejadian tersebut. Dalam perspektif yang sama, Wellek dan Warren, seperti dikutip oleh Nurgiantoro, menggambarkan konflik sebagai elemen dramatis yang esensial, yang melibatkan pertempuran antara dua kekuatan yang berimbang, menunjukkan adanya aksi dan reaksi. Panuti Sudjiman (1990) menambahkan bahwa konflik merupakan pertentangan antara dua kekuatan yang bisa bermanifestasi dalam berbagai bentuk: konflik internal dalam diri seorang karakter, konflik antarpersona, konflik antara individu dengan masyarakat atau lingkungan sekitarnya, konflik antara individu dengan alam, dan konflik antara individu dengan kekuatan spiritual atau Tuhan. Dari pendapat tersebut, kita dapat menyimpulkan bahwa konflik dianggap sebagai inti dari dinamika cerita, yang tidak hanya tidak dikehendaki oleh karakter-karakternya tetapi juga memainkan peran penting dalam pengembangan plot dan karakter. Baik Burhan Nurgiantoro, Wellek dan Warren, maupun Panuti Sudjiman

menekankan bahwa konflik menciptakan kesempatan untuk aksi dan reaksi, menantang karakter dengan pertempuran antara dua kekuatan yang berimbang, yang dapat bersifat internal, antarpersonal, sosial, alamiah, atau bahkan spiritual. Melalui konflik, sebuah karya sastra dapat mengeksplorasi kedalaman emosi karakter, pertumbuhan pribadi, dan kompleksitas hubungan, menjadikan konflik sebagai elemen kunci dalam penciptaan naratif yang kaya dan mendalam.

Ada sejumlah kutipan yang mencerminkan pemicu konflik internal dalam sebuah cerita. Kutipan-kutipan ini memberikan wawasan tentang keadaan atau insiden yang memicu pertentangan di antara karakter-karakter atau kelompok dalam narasi. Melalui kutipan-kutipan tersebut, pembaca diajak untuk melihat bagaimana konflik batin muncul dari berbagai situasi atau interaksi yang kompleks antara karakter-karakter yang terlibat. Dengan mempertimbangkan kutipan-kutipan ini, kita bisa menggali dinamika yang mengarah pada timbulnya konflik internal dalam jalinan cerita. Selain itu, kutipan-kutipan ini juga membantu pembaca untuk mengidentifikasi akar masalah serta perbedaan yang memunculkan ketegangan di antara karakter-karakter dalam novel tersebut. Ini memungkinkan pembaca untuk memiliki pemahaman yang lebih dalam tentang motivasi dan emosi yang mendasari konflik, serta memperkaya pengalaman membaca dengan menyediakan konteks yang lebih luas tentang peristiwa dan hubungan antar karakter dalam cerita. Berikut kutipan-kutipan dari novel 'Kresék Hitam' karya Honey Dee:

*Mereka bukan mengkhawatirkan kondisiku. Mereka mengkhawatirkan nama besar Abah sebagai ketua DPW Partai Muslim Sejati. Mereka mengkhawatirkan reputasi mereka sebagai ustaz dan ustazah yang sudah menggenggam surga (halaman 8).*

Fokus utama terletak pada kecemasan akan reputasi, menunjukkan bahwa dalam situasi tersebut, perhatian lebih terarah pada menjaga citra keluarga Abah daripada memperhatikan kebutuhan atau perasaan Maera secara langsung. Hal ini menegaskan bahwa Maera mungkin merasa diabaikan atau tidak dipedulikan secara personal, karena prioritas keluarga terutama terkait dengan menjaga nama baik dan status sosial mereka. Dalam dinamika ini, keberadaan Maera mungkin hanya dipandang sebagai bagian dari keseluruhan citra keluarga, bukan sebagai individu

yang memiliki kebutuhan, perasaan, atau pengalaman yang unik. Perhatian yang lebih besar terhadap reputasi keluarga Abah menunjukkan bagaimana norma dan nilai sosial dalam lingkungan tersebut mengatur prioritas dan perilaku anggota keluarga, bahkan mungkin mengorbankan kepentingan individu seperti Maera.

Konflik batin yang dialami oleh Maera, yang merasa bahwa perhatian yang diberikan oleh lingkungannya lebih terfokus pada menjaga citra sosial daripada memperhatikan kesejahteraan pribadinya. Perpecahan antara nilai-nilai individu dan harapan kelompok mencerminkan dilema internal yang sering dihadapi dalam masyarakat yang sangat memperhatikan status sosial. Maera merasa terasing dan tidak dipahami, menyadari bahwa perhatian yang ia terima cenderung dipengaruhi oleh kepentingan eksternal keluarganya, bukan berdasarkan kepedulian yang autentik terhadap dirinya. Hal ini menciptakan suasana batin yang tegang, di mana Maera berjuang untuk mendapatkan pengakuan atas penderitaannya. Pendekatan psikologi konseling memainkan peran penting dalam membantu individu menavigasi konflik batin yang muncul dari ketegangan antara identitas pribadi dan ekspektasi sosial. Melalui konseling, individu diberikan kesempatan untuk mengeksplorasi perasaan mereka dengan tanpa rasa takut akan penilaian, memungkinkan pemahaman yang lebih mendalam terhadap aspek-aspek kehidupan yang mungkin tidak selaras dengan harapan keluarga atau masyarakat. Pendekatan ini memberikan kesempatan bagi individu untuk mencapai pemahaman diri yang lebih dalam dan menemukan keseimbangan antara kebutuhan pribadi dan harapan sosial yang ada.

*“Yang paling menyedihkan, rumah ini merupakan awal dari ketegangan kelurgaku. Abah sudah menjadi anggota dewan, Mamah mengerjakan bisnis tambahan, dan kakak-kakak ku ikut segala jenis kegiatan di luar rumah. Tidak ada yang tinggal di rumah ini untuk sekedar menyadari kalau ruma ini masih tetap bergema. Tidak ada yang memiliki waktu untuk tinggal lebih lama di rumah hingga menyadari kalau bau apek rumah ini masih tetap tercium sekalipun AC sudah terpasang pada kamar-kamar” (halaman 16).*

Situasi tersebut merujuk pada kondisi di mana terjadi perpecahan atau ketegangan dalam dinamika internal keluarga akibat kesibukan individu-individu yang menjadi bagian darinya. Ketegangan ini mungkin muncul karena kurangnya waktu yang dihabiskan bersama, ketidakseimbangan antara tanggung jawab individu,

atau perbedaan dalam prioritas dan nilai-nilai yang dimiliki oleh anggota keluarga. Ketika individu-individu dalam keluarga terlalu sibuk dengan kegiatan atau tanggung jawab masing-masing, hal ini dapat mengakibatkan penurunan interaksi dan kualitas hubungan di antara mereka. Ketidakseimbangan ini juga dapat menciptakan ketegangan, karena beberapa anggota keluarga mungkin merasa diabaikan atau tidak didukung secara emosional oleh yang lainnya. Selain itu, perbedaan dalam prioritas dan nilai-nilai dapat memunculkan konflik atau ketidaksepakatan yang mengganggu harmoni dalam keluarga. Ketika situasi ini terjadi, keluarga mungkin mengalami kesulitan dalam menjaga hubungan yang sehat dan saling mendukung. Oleh karena itu, penting bagi anggota keluarga untuk mengidentifikasi sumber ketegangan tersebut dan berupaya untuk menyeimbangkan waktu, tanggung jawab, serta nilai-nilai yang dimiliki masing-masing untuk memperkuat hubungan dan membangun kembali kedekatan dalam keluarga.

Kompleksitas konflik batin yang dialami oleh Maera di tengah keluarga yang sibuk dan terfokus pada pencapaian eksternal. Rumah seharusnya menjadi tempat perlindungan, namun bagi Maera, itu justru menjadi sumber konflik dan ketidaknyamanan. Konflik ini tidak hanya melibatkan perasaan kesepian dan kehilangan, tetapi juga perasaan tidak diakui atau dihargai oleh anggota keluarga lainnya, yang menyebabkan rasa terpinggirkan dan terasing bagi Maera. Dalam mengatasi ketegangan dan konflik dalam dinamika keluarga, pendekatan konseling psikologi terbukti bermanfaat. Melalui konseling, individu seperti Maera dapat menjelajahi dan memahami perasaan mereka, mengidentifikasi penyebab ketegangan dalam keluarga, dan mengevaluasi harapan keluarga terhadap mereka. Pendekatan ini memberikan kesempatan bagi individu untuk menetapkan batas-batas pribadi mereka dalam konteks keluarga yang sibuk, serta membangun hubungan yang lebih sehat dan mendukung. Oleh karena itu, pendekatan psikologi konseling memungkinkan individu untuk mencapai kesejahteraan emosional yang lebih baik dan menciptakan keseimbangan dalam dinamika keluarga mereka.

*“DIA KAKAKNYA TEMANKU, Mamah. Dia suka bercanda banget. Dia .... Nggak bakalan nulis yang jorok. Dia tahu aku, kok.” Aku mencoba membela diri di tengah tekanan mengerikan tatapan keluargaku.*

*“Dia tahu kamu yang gimana? kamu yang tukang ngobat, mabuk? Itu berarti dia mikir hal lain selain bercanda sama kamu, Maera,” kata Mamah sambil memegang kartu ucapan itu dengan tangan gemetar (halaman 71).*

*Tidak ada yang mendegarkanku. Tidak ada yang mendengarkan suara pendosa. Mamah malah memanggil Ratri yang entah kenapa tidak ikut menertawakanku di sini (halaman 72).*

Situasi yang dihadapi Maera mencerminkan dinamika kompleks dalam hubungan antara keluarga dan individu. Meskipun Maera menerima ucapan dan kue dari kakak temannya, namun kebahagiaannya terhambat oleh anggapan negatif yang muncul dari keluarganya. Mereka menduga bahwa Maera menyimpan nomor kontak seorang pria yang dianggap tidak senonoh, menimbulkan kecurigaan dan perasaan tidak nyaman di antara anggota keluarga. Konflik ini mencerminkan ketidakcocokan antara persepsi keluarga terhadap tindakan Maera dan kenyataan yang sebenarnya, menciptakan ketegangan dalam hubungan. Dinamika ini memperlihatkan bagaimana penilaian dari lingkungan sosial, terutama keluarga, dapat memengaruhi persepsi individu tentang diri mereka sendiri dan mengganggu keharmonisan dalam hubungan keluarga.

Konflik internal yang dialami oleh Maera tercermin melalui interaksi dengan Mamah, mencerminkan pertentangan antara pandangan diri yang diyakininya dan persepsi yang dimiliki oleh keluarganya. Maera merasa terperangkap dalam persepsi negatif yang diberikan oleh keluarganya, yang semakin memperkuat perasaan ketidakdiakuannya dan mengisolasi dirinya. Konflik batin ini meliputi perasaan tidak dihargai, ketidakcocokan antara citra diri Maera dan persepsi keluarganya, serta perasaan diabaikan dalam interaksi keluarga. Dalam mengatasi konflik internal ini, pendekatan konseling psikologi menyediakan solusi yang berharga. Melalui konseling, Maera dapat mengeksplorasi dan mengekspresikan perasaannya dengan bebas, tanpa terhalang oleh pandangan negatif keluarganya. Terapis dapat membantu Maera memahami perbedaan persepsi dan melihat situasi dari sudut pandang yang lebih objektif, membantu Maera memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang dirinya sendiri dan dinamika keluarganya. Selain itu, konseling juga menyediakan strategi coping yang efektif untuk mengatasi tekanan dan ketidaknyamanan yang dialami Maera, serta memperkuat dukungan sosial di luar

lingkungan keluarga. Pendekatan ini memberikan ruang bagi Maera untuk mencapai keseimbangan emosional dan meningkatkan kualitas hidupnya.

*Aku diperkosa? (halaman 87)*

*Kakiku lemas. Aku tidak bisa berdiri. Aku tidak tahu ini karena obat itu atau kelakuan Mahisa padauk. Demi Allah, aku tidak mengada-ada. Jangankan berdiri, tanganku saja tidak bisa menopang tubuhku. Aku tidak bisa kemana-mana.*

*Aku mencoba berteriak memanggil seseorang, tapi tidak ada suara yang keluar dari mulutku selain regekan serak yang tenggelam bersama kesedihan (halaman 88).*

Maera menemukan dirinya dalam situasi yang mengkhawatirkan dan berpotensi berbahaya setelah mengonsumsi minuman yang disediakan oleh Mahesa, tanpa menyadari bahwa minuman itu telah dicampuri dengan obat bius. Dampak dari obat tersebut sangat merugikan bagi Maera, yang mulai mengalami efek samping yang parah. Keadaan ini menciptakan ancaman serius terhadap kesejahteraan fisik dan mental Maera, serta memunculkan kekhawatiran akan keselamatan dan keamanannya. Maera, yang tidak memiliki kendali atas situasi yang mengancam ini, mungkin merasakan perasaan ketidakberdayaan dan kebingungan yang mendalam. Bahaya yang dihadapi Maera menjadi titik fokus kekhawatiran dan perhatian, karena efek samping obat bius dapat mengancam kesehatan dan keselamatan seseorang. Situasi ini mencerminkan ancaman yang signifikan terhadap integritas fisik dan emosional Maera, yang membutuhkan respons cepat dan intervensi yang tepat untuk memastikan keselamatannya. Dengan demikian, penting bagi Maera untuk segera mendapatkan bantuan medis dan dukungan emosional yang memadai untuk menghadapi situasi yang mengancam tersebut.

Dalam kutipan tersebut, dilema emosional yang dihadapi Maera tercermin dalam pertanyaan yang diajukan dengan penuh kebingungan dan putus asa, "Aku diperkosa?" Ungkapan ini mencerminkan perjuangan batin yang rumit yang dialami Maera dalam upaya memahami dan menerima kejadian yang menyimpannya. Ketika dia merasakan kelemahan fisik dan kesulitan berbicara, hal tersebut mencerminkan perasaan tidak berdaya dan terkunci yang menghantui dirinya. Meskipun berusaha

untuk berteriak, Maera hanya mampu mengeluarkan suara regekan yang hampa, menggambarkan perasaan terjebak dan terasing yang dia rasakan. Dalam konteks ini, pendekatan psikologi konseling menjadi krusial. Terapis dapat menciptakan lingkungan yang aman bagi Maera untuk mengekspresikan dirinya tanpa takut akan hukuman. Melalui dialog terapeutik, terapis dapat membantu Maera merumuskan dan memahami perasaan serta pikirannya, mengeksplorasi rasa takut dan putus asa yang mungkin dirasakannya, serta memahami dampak pengalaman tersebut terhadap aspek fisik dan emosional dirinya. Selain itu, terapis juga dapat membantu Maera mengembangkan strategi pemulihan yang efektif untuk mengatasi gejala trauma yang timbul, serta memberikan wawasan yang lebih mendalam mengenai proses penyembuhan trauma secara keseluruhan.

*.... Abah bangkit dari tempat duduknya, mengangkat tangan sambil berteriak, "ANAK DURHAKA. PEREMPUAN JALANG! BERANINYA KAMU BIKIN MALU KELUARGA INI. BERANINYA KAMU BIKIN ABAH BEGINI! BERANINYA KAMU BERZINA DI RUMAH INI."*

*Aku menunduk melindungi kepalaku dari amukan Abah, tapi tangan Abah sudah lebih dulu sampai ke kepalaku, menghajarku sampai aku terhuyung ke samping. Mahisa memelukku.*

*"Jangan, Abah! Jangan! Aku nikahi dia. Aku akan bertanggung jawab, Abah. Apa pun yang dilakukan Maera adalah tanggung jawabku. Tolong jangan sakiti dia, Abah. Lupakan obat perangsang yang diberikan Maera padaku. Lupakan semua siasat Maera buat tidur sama aku. Sekarang, aku yang bakal bertanggung jawab, Abah. Aku yang akan bawa dia pulang. Aku yang akan bersihkan Namanya," kata Mahisa dengan cepat, sangat cepat sampai aku ingin sekali bertanya, "Ha? Kamu ngomong apa?" (halaman 91).*

Dalam konteks yang dipaparkan, terdapat situasi yang penuh dengan ketidakadilan dan kesalahpahaman di mana Abah beserta anggota keluarganya hanya mengandalkan pengakuan dari Mahesa, yang ternyata penuh dengan kebohongan. Mereka menyalahkan Maera sebagai pelaku perbuatan tercela tanpa melakukan verifikasi yang memadai, sedangkan kenyataannya Mahesa yang telah memutarbalikkan fakta. Pengakuan palsu Mahesa tersebut menyebabkan terjadinya kesalahpahaman serius di antara anggota keluarga, dengan Maera menjadi korban tuduhan yang tidak adil. Kondisi ini mencerminkan kegagalan sistem dalam

memvalidasi informasi dengan tepat sebelum membuat kesimpulan, dan menyoroti bagaimana kebohongan dapat digunakan sebagai alat untuk menyalahkan individu yang sebenarnya tidak bersalah. Kesimpangsiuran yang terjadi di antara keluarga ini mencerminkan pentingnya validasi dan pengujian terhadap informasi yang diterima sebelum menarik kesimpulan, serta kebutuhan akan kejujuran dan integritas dalam hubungan interpersonal.

Dalam kutipan tersebut, konflik batin yang dialami oleh Maera menggambarkan situasi keluarga yang rumit dan menyakitkan, di mana dia menjadi korban tuduhan yang tidak adil dan tidak didasarkan pada fakta. Pertama-tama, Maera merasa ketidakadilan karena dia diserang dan dihina oleh Abah tanpa kesempatan untuk membela diri. Kedua, Maera menghadapi kesalahpahaman karena keluarganya mempercayai pengakuan palsu Mahesa tanpa melakukan verifikasi fakta yang memadai. Terakhir, Maera merasa terhina karena dia mendapat perlakuan fisik yang kasar dari Abah dan tidak mendapatkan perlindungan dari keluarganya. Konflik batin ini menyebabkan luka emosional yang mendalam dalam dirinya. Pendekatan psikologi konseling akan memfokuskan pada penciptaan lingkungan yang aman di mana Maera dan keluarganya dapat mengungkapkan diri secara terbuka dan jujur. Melalui pendekatan berbasis bukti, mereka akan membantu memahami kebenaran di balik situasi tersebut, dan dengan keterampilan komunikasi yang efektif, mereka akan membantu menyelesaikan konflik dengan cara yang sehat. Dukungan emosional selama proses penyembuhan juga akan menjadi prioritas utama, membantu Maera dan keluarganya mengelola stres dan kecemasan yang timbul akibat konflik tersebut. Dengan demikian, pendekatan psikologi konseling akan membantu Maera dan keluarganya mengatasi konflik yang kompleks dan merusak tersebut, memungkinkan mereka memperbaiki hubungan dan menyembuhkan luka emosional yang timbul.

#### **SIMPULAN**

Kesimpulan dari penelitian ini menegaskan bahwa pendekatan psikologi konseling, terutama Cognitive Behaviour Therapy, memiliki kemampuan yang efektif dalam menangani konflik batin dan trauma yang dialami oleh karakter Maera dalam novel "Kresak Hitam". Penelitian ini menyoroti signifikansi psikologi

konseling dalam mengatasi konflik batin, trauma, dan merestorasi dinamika keluarga yang kompleks, dimensi-dimensi ini seringkali terabaikan dalam literatur ilmiah. Metode penelitian deskriptif kualitatif yang diterapkan memungkinkan para peneliti untuk secara rinci memaparkan bentuk konflik batin yang dialami oleh Maera dan faktor-faktor penyebabnya dalam konteks cerita. Hasil penelitian menegaskan bahwa konflik batin yang terdapat dalam novel ini muncul dari ketegangan antara identitas pribadi Maera dan harapan-harapan sosial yang ditanamkan oleh lingkungannya. Hal ini menggarisbawahi pentingnya pemahaman mendalam terhadap konflik batin dan trauma individu, yang kemudian dapat diatasi melalui pendekatan konseling psikologi yang tepat.

Analisis yang mendalam terhadap konflik batin yang dialami oleh Maera menunjukkan bahwa pendekatan psikologi konseling memiliki peran yang penting dalam membantu individu mengatasi tantangan mental yang kompleks. Dengan menggunakan pendekatan ini, individu seperti Maera dapat diberikan kesempatan untuk menyelidiki dan memahami akar masalah yang menyebabkan konflik batin mereka, serta mempelajari strategi yang sesuai untuk menghadapinya. Selain itu, pendekatan psikologi konseling juga menekankan pentingnya memperbaiki dinamika keluarga yang terganggu karena konflik batin, sehingga manfaatnya tidak hanya dirasakan oleh individu itu sendiri, tetapi juga oleh seluruh keluarga. Ini menunjukkan bahwa pendekatan psikologi konseling tidak hanya bertujuan untuk membantu individu secara pribadi, tetapi juga untuk memperbaiki hubungan dan interaksi di dalam keluarga, menciptakan lingkungan yang lebih mendukung dan sehat bagi semua anggota keluarga.

Penelitian ini menunjukkan bahwa psikologi konseling memiliki peran yang penting dalam meningkatkan kesejahteraan mental individu dan memperbaiki hubungan antar pribadi. Dengan menciptakan lingkungan yang mendukung dan memiliki pemahaman yang dalam tentang konflik batin yang dihadapi oleh individu, pendekatan psikologi konseling membuka peluang untuk perubahan positif dalam kehidupan mereka. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi yang berarti dalam memperluas pemahaman tentang efektivitas pendekatan psikologi

konseling dalam mengatasi konflik batin dan trauma yang dialami individu, serta memperbaiki kesejahteraan mental dan hubungan di dalam keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Z. (2018). Upaya Terapi Depresi Secara Islami. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 11(1), 73–86. <https://doi.org/10.24090/kom.v11i1.1280>
- Ahmadi, A. (2019). *Metode penelitian sastra*. Graniti.
- Anita, Yulia. (2019). *Konflik Batin Tokoh Dalam Novel Laut Bercerita*. 4(2).
- Budaya, F. I., & Padjadjaran, U. (2024). *Kekuatan dan ketidakadilan dalam kehidupan perempuan dalam novel*. 01(01), 7–12.
- Febrianto, D., & Tjahjandari, L. (2024). Representasi Kekerasan Terhadap Perempuan Dalam Transformasi Novel Menjadi Film Seperti Dendam Rindu Harus Dibayar Tuntas. *Adabiyāt: Jurnal Bahasa Dan Sastra*, 7(2), 154. <https://doi.org/10.14421/ajbs.2023.07022>
- Hamidah, R. N., & Kasman, R. (2023). Telaah Kritis Worldview Psikologi dan Konseling Kontemporer. *Prophetic Guidance and Counseling Journal*, 3(1), 1–5. <https://doi.org/10.32832/pro-gcj.v3i1.11483>
- Iqbal, M. (2024). *Menfess (Mental Health Confession), Online Community for Mental Health Education and Psychological Counseling*. 1, 19–25.
- Jamaluddin, M., & Hinirrazi, A. (2024). *Pengembangan Layanan Bimbingan dan Konseling IAIN Madura Melalui Tes Psikologi di Lembaga Pendidikan Islam SMP Plus Nurul Hikmah Pamekasan*. 5(1). <https://doi.org/10.19105/ec.v5i1.8704>
- Kurniawan, A. (2018). Implementasi Bimbingan Konseling dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Keguruan*, 3(2), 53–63.
- Kurrotuain, A., Raharjo, R. P., Ahmadi, A., Bahasa, F., & Seni, D. (2024). *Kajian Psikologi Humanistik Abraham Maslow Pada Tokoh Dalam Novel “Garis Waktu” Karya Fiersa Besari*. 8, vol 8 No. 1.
- Kusumastuti, W., Hapsari, W., & Karsiyati, K. (2023). Konseling Krisis Sebagai Intervensi Psikologis Pada Klien Kekerasan Seksual di Purworejo. *Surya Abdimas*, 7(1), 123–136. <https://doi.org/10.37729/abdimas.v7i1.2652>
- Maryam, S. (2017). Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12>
- Mohamad Yusop, Y., A. Rahman, N., Nor Zainudin, Z., Ismail, A., Wan Othman, W. N., & Sumari, M. (2020). The Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy in Group Counselling. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 10(9), 359–379. <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v10-i9/7648>
- Mulatsari, A. H. (2023). Klasifikasi Emosi Tokoh Utama dalam Novel Hai, Luka Karya Mezty Mez: Kajian Psikologi Sastra. *Jurnal Bahasa, Sastra, Budaya, Dan Pengajarannya (Protasis)*, 2(2), 162–173.

- Nihayah, U., Latifah, M. M. U., Nafisah, A., & Qori'ah, I. (2022). Konseling Traumatik: Sebuah Pendekatan Dalam Meredakan Trauma Psikologis. *Sultan Idris Journal of Psychology and Education, Volume 1*(Nomor 2), 1–14.
- Opit, H. C. (2020). Hati yang Terluka: Pastoral Konseling Bagi Orang yang Mengalami Kepahitan Atau Luka Batin. *Poimen: Jurnal Pastoral Konseling, 1*(2), 52–73. <http://ejournal-iakn-manado.ac.id/index.php/poimen/article/view/340/259>
- Permatasari Retno, Arifin Miftahul, & Padilah Raup. (2021). Studi Deskriptif Dampak Psikologis Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Banyuwangi. *Jurnal Bina Ilmu Cendekia, 2*(1), 1–14. <http://jurnal.icjambi.id/index.php>
- Pratama, Y., Hidayat, R., Larasati, A. M., & Kusmawati, A. (2024). Intervensi Pekerja Sosial Dalam Menangani Mental Health Dengan Menggunakan Teori Psikodinamik. *Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi, 2*(1), 1–8.
- Priandarini, Lucia. (2024). *Konflik Eksternal Dan Konflik Internal Tokoh Utama dalam Novel Posesif Karya Copyright @ Sepen Wila Saragih, Nurhayati Harahap. 4, 3877–3886.*
- Prikusuma, A. R., & Pamungkas, O. Y. (2024). Konflik Batin Tokoh Ibu dalam Novel Ibuku (Tidak) Gila Karya Anggie D. Widowati: Studi Psikologi Kurt Lewin. *RUANG KATA: Journal of Language and Literature Studies, 4*(01), 22–36. <https://doi.org/10.53863/jrk.v4i01.1059>
- Putri, L. F. (n.d.). *STRES DAN KOPING UPAYA MENGELOLA TEKANAN HIDUP SEHARI-HARI.* 1–10.
- Rachma, Adhelyna. (2023). Ketidakadilan gender terhadap tokoh perempuan dalam novel “ Cantik itu Luka ” Gender inequality towards female characters in the novel “ Cantik itu Luka .” *Jurnal Penelitian Humaniora, 28*(2), 75–80.
- Rahayu, U., & Andalas, M. I. (2020). Dikstriminasi terhadap Perempuan Dalam Novel Sunyi di Dada Sumirah Karya Artie Ahmad. *Jurnal Sastra Indonesia, 9*(1), 11–20. <https://doi.org/10.15294/jsi.v9i1.34213>
- Rahmawati, R. A., Hadi, P. K., & Furinawati, Y. (2018). Faktor penyebab kekerasan seksual dalam Novel Romansa 2 Benua karya Pipiet Senja. *Widyabastra, 06*(2), 43–50.
- Ramadania, Fajarika, Saberan, Riduan, & Jamilah, Jamilah. (2018). Konflik Tokoh Utama dalam Menghadapi Ketidakadilan Gender pada Novel Re: Karya Maman Suherhman. *STILISTIKA: Jurnal Bahasa, Sastra, Dan Pengajarannya, 3*(1), 39–46. <https://doi.org/10.33654/sti.v3i1.50>
- Riskiana putri, D., & Prihwanto, P. (2022). Aplikasi Psikologi Transpersonal Sebagai Pendekatan Dalam Konseling. *Jurnal Talenta, 11*(1), 61–72.
- Saepulloh. (2024). Penerapan Teori Behaviorisme dalam Membentuk Karakter Disiplin Anak Usia Dini. *JSIM: Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan, 4*(6), 861–869.
- Sagala, S. (2022). Proses Konseling Individual Oleh Psikologi Di Polres Tanah Datar Terhadap Anak Sebagai Korban Pencabulan Dan Dampak Psikologinya Bagi Korban. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling, 4, 1349–1358.*

- Saleleubaja, J., Zebua, A., Kumar, M., Agung Mulia Saragih, F., Saragih, H., & Tinggi Teologi Ekumene Jakarta, S. (2024). Perspektif Konseling Pastoral dalam Menghadapi Bullying yang Berdampak pada Insecure Remaja Akhir Usia 15-18 Tahun. *Jurnal Pendidikan Agama Dan Teologi*, 2(1), 9–25.
- Sasauw, M. F. (2024). Konseling Pastoral dalam Pendekatan dan Integrasi Teologis Psikologis. *EUANGGELION: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen*, 4(2), 120–127. <https://doi.org/10.61390/euanggelion.v4i2.72>
- Sauri, S. (2019). Nilai-Nilai Sosial Dalam Novel Hujan Karya Tere Liye Sebagai Bahan Pembelajaran Kajian Prosa Pada Mahasiswa Program Studi Diksatrasiada Universitas Mathla'Ul Anwar Banten. *Jurnal Bahasa, Sastra Dan Pengajaran, Volume 6*, 1–8.
- Soesilo, V. A. (2006). Mencoba Mengerti Kesulitan untuk Mengampuni : Perjalanan Menuju Penyembuhan Luka Batin yang Sangat Dalam. *Veritas: Jurnal Teologi Dan Pelayanan*, 7(1), 115–125. <https://doi.org/10.36421/veritas.v7i1.158>
- Sasmita, Vebi Puri, & Kurniawan, Eva Dwi. (2024). Kekerasan Yang Dialami Oleh Tokoh Utama Dalam Novel 00.00 Sepasang Luka Yang Berakhir Duka Karya Ameylia Falensia. *Morfologi: Jurnal Ilmu Pendidikan, Bahasa, Sastra Dan Budaya*, 2(1), 331–341.
- Sugiarto, S., Prayitno, & Karneli, Y. (2021). Peran Psikologi Dalam Konseling. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 01(01), 27–30. <https://siducat.org/index.php/kenduri>
- Sulistiyorini, D. (2004). Pelecehan Seksual Terhadap Tokoh Perempuan Dalam Novel Perempuan Di Titik Nol Karya Nawal El-Saadawi Dan the Colour Purple Karya Alice Walker. 181–191.
- Tara, S. N. A., Rohmadi, M., & Saddhono, K. (2019). Konflik Batin Tokoh Utama Dalam Novel Karya Ruwi Meita Tinjauan Psikologi Sastra Dan Relevansinya Sebagai Bahan Ajar Sastra Indonesia Di Sma. *Basastra: Jurnal Bahasa, Sastra, Dan Pembelajarannya*, 7(1), 103. <https://doi.org/10.20961/basastra.v7i1.35521>
- Ulya, R. M., El Hakim, A. F. I., & Jamaluddin, M. (2021). Penerapan Konseling Behavior Untuk Mengurangi Kecenderungan Perilaku Konsumtif Mahasiswa Psikologi 2018 UIN Malang. *KONSELING EDUKASI "Journal of Guidance and Counseling,"* 5(2), 178. <https://doi.org/10.21043/konseling.v5i2.12789>
- Utama, A. S., & Ambarini, T. K. (2023). Cognitive Behaviour Therapy untuk Mengatasi Gejala Post Traumatic Stress Disorder. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 9(2), 245. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.76983>
- Utami, Cahyaning Widya, Novitasari, Lutfitri, & Kurniawan, Eva Dwi. (2024). Klasifikasi Emosi Tokoh Utama Dalam Novel 00 . 00 Karya Ameylia Falensia Dengan Teori David Krech. *Fonologi: Jurnal Ilmuan Bahasa Dan Sastra Inggris*, 2(1), 144–156.
- Wellek, R., & Warren, A. (1993). Teori kesusasteraan. (Terj.: M. Budiarta). Gramedia Pustaka Utama.

- Yanti, N., Triani, S. N., Yanti, L., Studi, P., Bahasa, P., Indonesia, S., Keguruan, S. T., Ilmu, D., & Singkawang, P. (2023). Konflik Tokoh Utama dalam Novel “Bulan Nararya” Karya Sinta Yudisia. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 25203–25214. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/10621>
- Yonita, E. N., & Karneli, Y. (2019). The Effectiveness of the Cognitive Behavior Modification Approach with Group Settings to Reduce Bullying Behavior. *Jurnal Neo Konseling*, 1(3), 1–7. <https://doi.org/10.24036/00136kons2019>
- Zaini, U. R. (2020). Analisis Konflik Batin Dalam Novel “Cantik Itu Luka” Karya Eka Kurniawan. *Jurnal Penelitian, Pendidikan, Dan Pembelajaran*. <https://core.ac.uk/download/pdf/287229075.pdf>
- Zein, A. E., Soesanto, E., Firyal, A., & Putri, V. A. (2023). *IJM : Indonesian Journal of Multidisciplinary Cybercrime dalam Perspektif Psikologi : Menganalisis Kesehatan Mental pada Korban*. 1, 2016–2025.