
TOXIC RELATIONSHIP DAN GANGGUAN MENTAL PADA REMAJA PEREMPUAN DALAM NOVEL *REPRESI* KARYA FAKHRISINA AMALIA

Tania Intan, Vincentia Tri Handayani, Nurul Hikmayaty Saefullah
Universitas Padjadjaran, Indonesia
E-mail: dederohmatin@upi.edu

Abstract. *This study discusses the 'toxic relationship' and mental illness experienced by female adolescent characters in the novel Represi (2018) by Fakhrisina Amalia. The method applied in the study is descriptive qualitative. Because it discusses psychological problems and girl adolescents, the research approach used is literary psychology and feminist literary criticism. Data in the form of words, phrases, and sentences are quoted from the object of research after closed reading, to then be classified, interpreted, and studied with relevant theories. The results of the study show that: (1) all the constructive elements of the text show the effects of unhealthy relationship in the form of mental illness in female adolescent character. (2) The effort to the suicide of the character is a form of repression as a form of self-defense mechanism. (3) The 'toxic relationship' between the female protagonist and her lover reflects the gender inequality between men as the dominant party and women as the dominated. (4) The violence shown in the novel is not only physical but also verbal and emotional. From this analysis, it can be argued that unequal relationships in love have the potential to place women as victims who are physically and mentally harmed.*

Keywords: *toxic relationship; mental illness; adolescent girls; repression; gender inequality*

Abstrak. Penelitian ini mendiskusikan 'hubungan beracun' dan gangguan mental yang dialami tokoh remaja perempuan di dalam novel *Represi* (2018) karya Fakhrisina Amalia. Metode yang diterapkan dalam kajian adalah deskriptif kualitatif. Karena membahas permasalahan kejiwaan dan remaja perempuan, maka pendekatan penelitian yang digunakan adalah psikologi sastra dan kritik sastra feminis. Data berupa kata, frasa, dan kalimat dikutip dari objek penelitian setelah dilakukan pembacaan tertutup, untuk kemudian diklasifikasi, diinterpretasi, dan dikaji dengan teori-teori yang relevan. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa: (1) seluruh elemen konstruktif teks memperlihatkan akibat dari hubungan yang tidak sehat berupa gangguan mental pada tokoh remaja perempuan. (2) Upaya mengakhiri hidup yang dilakukan tokoh tersebut adalah wujud represi sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri. (3) Hubungan beracun di antara tokoh remaja perempuan dan kekasihnya merefleksikan ketimpangan gender di antara laki-laki sebagai pihak dominan dan perempuan sebagai pihak yang didominasi. (4) Kekerasan yang ditampilkan dalam novel tersebut tidak hanya berupa kekerasan fisik, namun juga verbal dan emosional. Dari kajian ini, dapat diargumentasikan bahwa relasi yang tidak setara dalam percintaan berpotensi menempatkan perempuan sebagai korban yang dirugikan secara fisik maupun mental.

Kata kunci: hubungan beracun, gangguan mental; remaja perempuan; represi; ketimpangan gender

Permalink/DOI: <https://doi.org/10.15408/harkat.v17i2.21974>

Pendahuluan

Represi adalah novel kelima yang ditulis oleh karya Fakhrisina Amalia, yang mengangkat permasalahan *toxic relationship* 'hubungan beracun' dan *mental illness* 'gangguan mental' pada tokoh remaja perempuan. Karya yang diterbitkan oleh PT. Gramedia Pustaka Utama (2018) tersebut dipilih sebagai objek formal penelitian karena apresiasi positif dan rekomendasi dari para pembacanya. Buku setebal 264 dan bergenre *young adult* ini merupakan karya kelima penulis perempuan tersebut setelah menerbitkan *Confession* (2014), *All You Need is Love* (2015), *Happiness* (2015), dan *Persona* (2016). Novel *Represi* sendiri diakui Fakhrisina Amalia ditulis dalam waktu yang cepat yaitu 8 hari, berdasarkan pengalamannya sebagai seorang psikolog. Ia kerap merasa ketakutan jika dirinya tidak cukup baik untuk orang lain, atau bahkan untuk dirinya sendiri. Saat ini, ia sedang menyelesaikan kuliah di Magister Psikologi Profesi Universitas Islam Indonesia.

Represi yang terdiri dari 22 bab menggambarkan kehidupan tokoh Anna Alexandra Rahimi, seorang perempuan berusia 21 tahun, yang dibesarkan dalam keluarga berkecukupan dan berpendidikan. Sejak kecil, ia selalu dituntut untuk menjadi anak yang kuat, berani, dan tidak membuat masalah. Anna juga memiliki empat sahabat yang sangat menyayanginya. Semua berjalan baik, hingga pada suatu hari, gadis itu bertemu dengan laki-laki bernama Sky. Hidup Anna pun berubah karena ia memilih menjauhi sahabat-sahabatnya dan lebih banyak menghabiskan waktu dengan Sky. Akan tetapi, laki-laki itu ternyata tidak sebaik yang dipikirkan Anna sebelumnya. Karena tidak dapat lagi menahan penderitaannya, gadis itu pun memilih untuk mengakhiri hidupnya.

Dari ringkasan cerita tersebut, dapat terindikasi bahwa novel *Represi* dilatarbelakangi oleh hubungan pacaran di antara remaja yang

memuat permasalahan pengalaman kekerasan yang intens pada protagonisnya. Kekerasan dalam berpacaran, menurut Arcani dkk. (2020: 89) adalah salah satu kekerasan yang dilakukan oleh pasangan di dalam hubungan romantisme. Kekerasan yang dimaksud tidak selalu dalam bentuk perkosaan, pemukulan, atau pornografi, namun cenderung berupa *gaslighting* yaitu bentuk penyiksaan secara psikologis. Sebagai dampaknya, Anna mengalami *mental illness* 'gangguan mental' yang bersumber dari relasinya yang tidak sehat dengan tokoh Sky.

Relasi semacam ini kerap disebut *toxic* 'beracun' atau lebih dikenal dengan terminologi *toxic relationship* karena menimbulkan dampak yang merusak korbannya. Menurut Glass yang dikutip oleh Ducharme (2018), *toxic relationship* adalah "any relationship [between people who] don't support each other, where there's conflict and one seeks to undermine the other, where there's competition, where there's disrespect and a lack of cohesiveness" yang berarti 'hubungan apa pun [antara orang-orang yang] tidak saling mendukung, di mana ada konflik dan yang satu berusaha untuk melemahkan yang lain, ada persaingan, ada rasa tidak hormat, dan kurangnya kekompakan'. Glass juga menyatakan bahwa hubungan beracun itu membuat orang-orang yang terlibat di dalamnya merasa lelah dan tidak nyaman secara berkepanjangan, sampai pada kondisi momen negatif mengalahkan momen positif.

Dari definisi tersebut terungkap bahwa dalam *toxic relationship* termuat sikap tidak mendukung, konflik, usaha untuk melemahkan, persaingan, tidak ada rasa hormat atau kesetaraan. Seluruh elemen tersebut dapat berimplikasi pada terjadinya perilaku abusif dan kekerasan. Kekerasan (pada perempuan) sendiri merupakan isu yang telah menjadi perhatian dan dikritik oleh para feminis sejak lama. Menurut CEDAW (*Convention on the Elimination of all Forms of Discrimination Against Women*),

kekerasan merupakan pelanggaran terhadap hak-hak azazi manusia dan kemanusiaan perempuan (Eddyono, 2014). Perempuan memang lebih banyak menjadi korban kekerasan dibandingkan dengan laki-laki, karena pada dasarnya kekerasan terjadi akibat ketimpangan gender yang mewujud pada penyalahgunaan kekuasaan, ketidaksetaraan, dan dominasi (Sari, 2017)

Tema *toxic relationship* pada remaja di Indonesia mulai dianggap sebagai isu yang cukup penting untuk dibincangkan sehingga telah cukup banyak novel yang membincangkannya seperti *Someday* (Winna Efendi), *Perfect Pain* (Anggun Prameswari), *Toxic Relationship* (Diana Mayorita), *Toxic* (Siti Umrotun), *Inestable* (Kata Kokoh), *Toxic Relationship* (Tatiana H), *Toxic Relationship* (Indiyyaa), *Terjebak Pacar Posesif* (Nonadilau), *Raga* (Maa), *Relation Shit!* (Tanialsyifa) dan *My Possessive Boss* (Daydip). Kuantitas yang tinggi dari karya bertema *toxic relationship* ini memperlihatkan adanya kesadaran bahwa permasalahan tersebut menarik dan relevan dengan situasi kekinian.

Pada dasarnya, novel-novel romantis tersebut menciptakan narasi yang sama, yaitu ketika perempuan menerima sikap dan perilaku laki-laki yang melakukan kekerasan kepadanya, maka laki-laki itu akan berubah menjadi lebih baik dan menjadi cinta sejatinya. Sebaliknya, ketika perempuan itu ingin melepaskan diri, ia akan dimanipulasi secara emosional, misalnya dengan diberikan perlakuan istimewa yang semu. Para pelaku kekerasan kerap membuat korbannya seolah-olah hal terbaik yang ada di dunia. Laki-laki berjanji akan berubah dengan syarat si perempuan harus tetap menerima dan mematuhi apa pun yang diinginkannya (Dewi, 2020).

Telaah terhadap *toxic relationship* yang berimplikasi pada terjadinya kekerasan pada perempuan dalam relasi pacaran telah dilakukan di antaranya oleh Intan (2021). Masih minimnya kajian yang berfokus pada isu tersebut

seperti mengafirmasi pemikiran yang digagas Del Mar dan French melalui Wood (2001), bahwa kekerasan dalam relasi percintaan tidak selalu dipandang sebagai hal yang serius. Padahal, menurut DeKeseredy (1988), secara psikologis, seksual, dan fisik (maupun kombinasi dari ketiganya, setiap perempuan berpotensi mengalami kekerasan dari pasangannya. Dalam *toxic relationship*, termuat kekerasan yang dapat memiliki konsekuensi terhadap kondisi mental korbannya yang menjadi depresif, sebagaimana dinyatakan Garcia-Moreno melalui Appleton (2018). Seperti kecemasan, panik, dan bipolar, depresi adalah penyakit mental '*mental illness*' (Machdy, 2019: 13). Situasi depresif dapat terjadi pada siapa pun dan kapan pun karena depresi merupakan bentuk gangguan mental yang paling umum terjadi (Rosenhan, 1989). Depresi yang dijelaskan Aditomo dan Retnowati (2004: 1), dengan mengutip APA, ditandai dengan kondisi emosi sedih dan muram serta terkait dengan gejala-gejala kognitif, fisik, dan interpersonal.

Dalam penelusuran terbatas yang telah dilakukan, ditemukan beberapa novel saja yang mengisahkan tentang *mental illness* seperti: *Dan Hujan Pun Berhenti* (2004) karya Farida Susanty, *Insecure* (2016) karya Seplia, *A untuk Amanda* (2016) karya Annisa Ihsani, *Hikikomori-Chan* (2015) karya Ghyna Amanda, dan *Persona* (2016) karya Fakhrisina Amalia. Novel-novel tersebut mengisahkan sisi gelap kehidupan para remaja yang dihantui kekerasan domestik, rasa cemas karena merasa tidak sempurna, keinginan untuk mengurung diri, dan hasrat untuk mengakhiri hidup. Dalam penelusuran peneliti, kajian tentang *mental illness* atau depresi dalam novel di antaranya telah dilakukan oleh Sonambela (2019) yang mengkaji *The Lovely Bones* karya Alice Sebold, Yusriansyah (2016) yang menelaah *Pulang* karya Leila S. Chudori, Intan dan Wardiani (2021) yang meneliti novel *Critical Eleven* karya Ika

Natassa, dan Inayah (t.t) yang mempelajari novel *Cantik* karya Vanny Chrisma W.

Istilah 'Represi' yang menjadi judul novel tersebut merupakan salah satu dari bentuk mekanisme pertahanan diri yang diajukan oleh ahli psikoanalisis, Sigmund Freud. Mekanisme pertahanan diri, menurut Freud melalui Mauludya (2018: 35), dapat dilakukan dengan berbagai cara, yaitu represi, sublimasi, proyeksi, pengalihan, rasionalisasi, reaksi formalitas, regresi, agresi, apatis, fantasi, dan stereotip. Represi atau peredaman adalah upaya psikologis individu untuk menghindari perasaan cemas atau ketakutan pada sesuatu demi mendapatkan kondisi yang lebih nyaman. Novel *Represi* sendiri telah dikaji oleh Lusy dkk. (2021) dan Rosita (2019). Lusy menelaah nilai moral tokoh utama dan menemukan bahwa karya tersebut menggambarkan nilai moral berupa ketakutan, keputusan, kebohongan, kejujuran, keberanian, kesetiaan, tanggung jawab, dan kepedulian. Sementara itu, Rosita mengklasifikasikan emosi tokoh utama yang terdiri dari rasa bersalah, hukuman pada diri sendiri, rasa malu, kesedihan, dan kebencian. Penelitian yang saya lakukan untuk artikel ini berbeda dengan kajian-kajian yang telah dilakukan pada novel tersebut, karena selain menerapkan pendekatan psikologi sastra juga mengaplikasikan prinsip-prinsip dalam kritik sastra feminis. Dari paparan mengenai kajian-kajian terdahulu tersebut, dapat diketahui bahwa pembahasan mengenai isu *toxic relationship* dan gangguan mental tokoh remaja perempuan dalam novel *Represi* belum pernah dilakukan. Oleh karena itu, kajian ini dapat dianggap memiliki nilai kebaruan. Untuk membatasi wilayah kajian, maka tujuan yang dirumuskan untuk penelitian ini adalah mendiskusikan isu gangguan kesehatan pada tokoh remaja perempuan dalam novel *Represi* karya Fakhrisina Amalia.

Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Metode kualitatif dijelaskan Bogdan dan Taylor melalui Moleong (2012), diterapkan pada penelitian yang datanya berupa deskripsi dari kata-kata tertulis atau lisan dari orang yang perilakunya dapat diamati.

Karena membicarakan tentang kondisi kejiwaan dan emosi tokoh, maka pendekatan metodologis yang diterapkan untuk penelitian ini adalah psikologi sastra. Sangidu (2005: 30) menjelaskan bahwa psikologi sastra menganalisis karya sastra dalam kaitannya dengan aspek-aspek kejiwaan yang terkandung di dalamnya. Menurut Wellek dan Warren (1989: 90), ada empat cara memahami psikologi sastra, yaitu mengkaji psikologi pengarang, proses kreatif, penerapan teori psikologi pada karya sastra, serta pengaruh karya sastra terhadap pembaca. Ratna (2007: 342-343) menjelaskan bahwa pada dasarnya, dalam psikologi sastra, dikaji hal-hal yang berkaitan dengan kejiwaan tokoh yang terdapat di dalam karya sastra. Karena penelitian ini berfokus pada gangguan mental tokoh utama, maka jenis psikologi sastra yang dipilih untuk kajian ini adalah jenis ketiga, yaitu penerapan teori psikologi pada karya sastra dengan dibingkai oleh teori tentang gangguan mental atau depresi.

Selain psikologi sastra, pendekatan kritik sastra feminis juga digunakan dalam penelitian ini karena berkaitan dengan *toxic relationship* yang terjadi di antara protagonis perempuan dan laki-laki. Melalui Yulianto (2018: 4), Budianta menjelaskan bahwa pendekatan kritik sastra feminis merupakan studi ideologis terhadap cara pandang yang mengabaikan permasalahan ketimpangan dan ketidakadilan dalam pemberian peran dan identitas sosial berdasarkan perbedaan jenis kelamin. Sementara itu, Priyatna dan Budhyono (2020: 192) menguraikan bahwa kritik sastra feminis menganalisis teks

berdasarkan elemen-elemen pembentuknya seperti sudut pandang, tema, penokohan, dan latar, seperti “kritik sastra pada umumnya”. Namun, dalam kritik sastra feminis, kajian dihidupkan oleh kesadaran mengenai ketimpangan di antara apa yang ditandai sebagai “perempuan” dan “laki-laki” dengan motivasi untuk melakukan resistensi menghadapi ketidaksetaraan tersebut.

Perbincangan mengenai *toxic relationship* sangat relevan dengan perspektif feminis yang melibatkan kajian tentang peran gender. Sebagaimana dijelaskan Milestone (2012), maskulinitas merupakan ciri laki-laki yang “*presented as strong, active, powerful, authoritative, hard, aggressive, violent, competitive and rational, and lacking sensitive and emotions*” ‘ditampilkan sebagai sosok yang kuat, aktif, berkuasa, otoriter, kasar, agresif, keras, kompetitif dan rasional, serta kurang memiliki sensitivitas dan emosi’. Kekerasan yang dilakukan laki-laki pada perempuan dapat dikaitkan dengan wacana maskulinitas, karena kekerasan adalah sesuatu yang dipelajari laki-laki untuk mengekspresikan maskulinitas dalam interaksinya dengan perempuan, anak, atau laki-laki lain (Figes, 1986).

Hasil dan Pembahasan

Untuk mendapatkan pemahaman yang utuh mengenai permasalahan yang dibincangkan, maka pembahasan diuraikan menjadi empat bagian. Pertama, dipaparkan tentang novel *Represi* dan refleksi permasalahan remaja dalam relasi pacaran. Kedua, diperlihatkan bagaimana *toxic relationship* menjadi penyebab terjadinya *mental illness* pada tokoh tersebut. Ketiga, diuraikan bahwa ketimpangan gender adalah akar masalah dari ‘relasi beracun’ di antara tokoh remaja perempuan dan kekasihnya. Bagian terakhir membahas *mental illness* pada protagonis perempuan dan penanganannya.

Novel *Represi*: Refleksi Permasalahan Remaja dalam Relasi Pacaran

Bila diurutkan secara kronologis, cerita tentang Anna dalam novel *Represi* dimulai dari masa kecilnya sebagai anak tunggal dari ayah yang sangat sibuk bekerja di luar kota dan ibu yang normatif dan tidak terlalu memahami kondisi putrinya. Anna pun tumbuh menjadi anak yang mandiri dan penurut meskipun dalam hatinya, ia sangat ingin dekat dengan kedua orangtua seperti anak-anak lain. Permasalahan muncul ketika pada usia 6 tahun ia mengenal Mas Bayu, tetangga yang melecehkannya setiap ada kesempatan. Cerita pun beralih saat masa SMA, ketika Anna berteman baik dengan empat orang yang berbeda sifat namun kemudian menjadi sahabat-sahabatnya hingga mereka kuliah. Kedekatan Anna dengan salah satu sahabatnya, Saka, membuat dirinya menyukai laki-laki itu dan merasa sedih saat Saka menolaknya. Pertemuan Anna dengan Sky kemudian membuat ia menjauhi sahabat-sahabatnya dan juga orangtuanya.

Percobaan bunuh diri yang gagal pun membawa Anna menemui seorang psikolog bernama Nabila Ananda sebagai terapisnya. Pada awalnya, Anna merasa bosan berbicara dengan perempuan itu, namun berkat kesabaran Nabila, Anna pun menjadi lebih leluasa bercerita tentang masa lalu yang menghantuinya. Setiap terapi yang dijalankan oleh Anna menggerakkan cerita, karena setiap kali pula hal itu membawanya pada ingatan-ingatan tertentu yang semakin lama semakin memasuki kenangan yang paling ingin disembunyikannya. Meskipun cerita selalu berpusat pada Anna sebagai tokoh utama, kisah ini dinarasikan dari sudut pandang orang ketiga, dengan alur cerita maju dan sesekali diselingi dengan alur mundur. Dengan cara tersebut, sifat penceritaan pun menjadi subjektif karena sudut pandang narator bersifat terbatas dan tidak mahatahu. Cerita ini pun ditutup dengan sebuah epilog.

Pada awalnya, tokoh Anna tidak digambarkan sebagai perempuan dengan stereotipik normatif seperti lemah, penurut, pasif, dan feminin, karena ia justru ditampilkan sebagai gadis yang tidak cengeng, ceria, dan ekspresif. Namun, kondisi depresif yang dialaminya saat berpacaran dengan Sky mengubah hampir seluruh perilaku tersebut. Perkembangan karakter Anna ditampilkan dengan alamiah dan realistis. Awalnya ia bersikap muram, kemudian mulai berani membuka diri, dan melalui sesi terapi yang diikuti, satu per satu masa lalu kelam dalam hidupnya terkuak.

Keempat tokoh sahabat yang sebelumnya berperan sebagai *support system* 'sistem pendukung' tidak dapat begitu saja memasuki relasi Anna dan Sky. Mereka baru dapat membantu dan melindungi Anna setelah peristiwa percobaan bunuh diri yang dilakukan gadis itu. Tokoh antagonis yang ditampilkan selain Sky dalam novel *Represi* adalah Mas Bayu, anak tetangga keluarga Anna, yang berumur 15 tahun saat melakukan pelecehan seksual pada gadis yang baru berusia 6 tahun itu.

Latar tempat dari seluruh sekuen adalah kota Yogyakarta, yang menjadi tempat tinggal para tokoh, tempat mereka menjalin persahabatan dan hubungan percintaan. Secara spesifik, tempat-tempat yang disebutkan secara berulang di antaranya adalah sekolah (hal. 47), kampus (hal. 169), rumah Anna (hal. 205), rumah Mas Bayu (hal. 186), tempat praktik dokter hewan (hal. 98), tempat kos Sky (hal. 152), kantin (hal. 15), lapangan basket (hal. 19), tempat terapi Nabila (hal. 7), dan rumah Nika (hal. 220). Selain latar tempat yang nyata tersebut, ada pula ruang mimpi Anna (hal. 39) yang menyimpan ingatan-ingatan buruk akibat siksaan psikologis yang dialaminya. Ruang imajiner dalam pikirannya itu merupakan *discomfort zone*, istilah yang diungkapkan Matas (2013) untuk melukiskan ruang mental atau fisik

bagi korban kekerasan yang harus bertahan dalam kondisi yang berat.

Penanda waktu yang dimunculkan mengikuti alur bab adalah tahun 2018 sebagai waktu penceritaan yang menjadi latar saat Anna mencoba bunuh diri, gagal, lalu mengikuti sesi terapi dengan Nabila. Tahun 2017 ditampilkan sebagai latar ketika Anna masih menjalin persahabatan dengan Nika, Ouji, Saka, dan Hani. Secara tiba-tiba, ingatan Anna pada peristiwa yang terjadi di tahun 2003, tahun yang penting untuk diingat karena menjadi titik tolak tokoh dalam membentuk *self-esteem* tertentu hingga terbawa dalam kehidupan pada masa berikutnya. Pada saat itu terjadi peristiwa pelecehan seksual oleh Mas Bayu, namun terepresi selama 15 tahun dan selama itulah Anna menyimpan lukanya sendiri.

Dari paparan ini, diketahui bahwa represi yang dialami tokoh Anna terjadi karena pola asuh orangtua, pengalaman pelecehan seksual pada masa kanak-kanak, serta perilaku opresif dari pasangan. Luka hati yang bertumpuk-tumpuk dan tidak adanya penyelesaian yang tuntas dari setiap permasalahan yang dipendam membawa remaja perempuan itu pada usaha percobaan membunuh diri.

Toxic Relationship sebagai Penyebab Mental Illness pada Remaja Perempuan

Sebagaimana telah diuraikan pada bagian sebelum ini, Anna dikisahkan menjauh dari para sahabat maupun orangtuanya dan lebih mendekat pada Sky. Tindakan ini selain merupakan pilihan Anna sendiri juga karena tekanan yang dilakukan kekasihnya yang merasa cemburu. Hilangnya sosok-sosok penting dalam hidup Anna membuat dirinya menjadi sangat bergantung pada laki-laki yang memperlakukannya dengan sangat manis.

Sky selalu punya kejutan untuk Anna pada akhir pekan. [...] Sky membelikan Anna bunga setiap minggu, mengirimi

pesan-pesan romantis setiap malam sebelum tidur, dan membuat Anna tidak bisa jauh dari ponselnya terlalu lama. Pemuda itu juga **sopan** dan **selalu mengobrol dengan Ibu** setiap kali mampir. Anna tidak pernah menyangka hidupnya akan sebahagia ini. (Amalia, 2018: 86)

Sky pun membiarkan Anna sangat terikat padanya dan menikmati peran sebagai satu-satunya pihak yang dianggap penting oleh gadis itu. Anna tidak menyadari bahwa laki-laki itu sedang membuat perangkap ‘cinta’ untuknya, ia menganggap semua sikap cemburu, posesif, opresif dari Sky sebagai ekspresi rasa cinta untuknya. Seperti yang dinyatakan Humm (2007), kekerasan dilakukan laki-laki untuk mengontrol perempuan dalam aturan dan perilaku yang diperuntukkan bagi mereka. Cerita memperlihatkan bagaimana Sky mengatur pergaulan dan kegiatan Anna.

“Iya, Sky. Iya.:

“Iya apa?” tanya Sky, tidak puas dengan jawaban Anna. Anna menghembuskan napas. “Iya, aku nggak dekat-dekat lagi sama Saka.”

“Sama Ouji juga.” Permintaan Sky bertambah. [...]

Lagi-lagi, demi cinta dan rasa takut kehilangan cinta itu sendiri, Anna mengangguk.

“Iya, oke, aku nggak dekat-dekat lagi sama Saka dan Ouji.”

Barulah senyum di wajah Sky muncul. “Nah begitu dong. Aku kan jadi nggak perlu takut kehilangan kamu.” (Amalia, 2018: 90)

Sky melarang kekasihnya itu untuk berhubungan dengan sahabat-sahabatnya yang dianggap memberi pengaruh buruk. Dalam novel *Represi* terungkap adanya sejumlah

indikasi lain dari *toxic relationship* melalui perilaku abusif dan kekerasan yang dilakukan tokoh Sky pada Anna. Alih-alih merasa bahagia, gadis itu kerap merasa sangat lelah, seperti terkuras energinya, saat bersama Sky.

“Awalnya, dia melarang kamu bersahabat dengan sahabat-sahabatnya. Selanjutnya, dia melarangmu melakukan hal yang kamu suka. Nanti apa lagi? Kamu memberikan semua yang dia mau dari kamu bahkan meskipun itu bertentangan dengan keinginanmu sendiri. Untuk apa, Anna?” (Amalia, 2018: 133)

Kutipan tersebut diujarkan oleh Saka yang menegur Anna yang terlihat dibutakan oleh cintanya pada Sky. Saka menjelaskan bahwa dirinya dan tiga sahabat yang lain merasa bahwa Sky telah mengubah Anna dan membuatnya tidak bahagia. Selain opresif, Sky juga kerap bersikap manipulatif. Setelah membuat Anna merasa bersalah dan menyalahkan diri, laki-laki itu akan meminta maaf atau melakukan hal-hal manis untuk membuat kekasihnya kembali menjadi penurut dan penyayang.

Kemudian mereka mengobrol seolah sebelumnya tidak terjadi apa-apa. Sky berkali-kalo **bilang kalau dia sangat menyayangi** Anna dan **minta maaf jika selama ini terlalu keras** pada gadis itu. Sky bilang dia terlalu sayang pada Anna dan **ingin yang terbaik** untuk gadis itu. Anna mendengarkan semua itu sambil sesekali menyahut. (Amalia, 2018: 129-130)

Anna sebagai korban opresi Sky mencoba merasionalisasi tindakan laki-laki itu padanya dengan menganggap perilaku agresif dan posesif sebagai manifestasi komitmen dan rasa cinta. Setelah terjadi kekerasan, dalam relasi yang tidak sehat itu biasanya ada tahap rekonsiliasi atau perbaikan. Permintaan maaf, penyesalan, dan janji akan berubah dari pelaku opresi cenderung membuat perempuan memaafkan dan kembali

pada hubungan seperti semula sehingga terjadi kembali *cycle of violence* (Chung, 2007). Semua perilaku kasar Sky dinilai sebagai gestur kasih sayang, dan Anna yakin bila patuh, ia akan mendapat imbalan berupa hidup yang tenang dan bahagia dengan si pelaku kekerasan.

Anna takut mengecewakan Sky sehingga ia selalu berusaha menyenangkan laki-laki itu sebagaimana disebut Lancer melalui Vedasari (2020) bahwa gadis itu sedang “berjalan di atas kulit telur”. Sekuat apapun ia berusaha untuk menjaga tindak tanduknya, pada akhirnya ia akan selalu disalahkan. Demi mempertahankan hubungan mereka dan membuktikan rasa cintanya, Anna juga menerima perintah Sky untuk tidak mengikuti lomba melukis yang telah lama ia nantikan. Dalam situasi *toxic* ini, yang sebenarnya terjadi adalah laki-laki itu melarang pasangannya berkembang dengan cara membatasi langkahnya.

“Oh, ya udah kalau gitu.”

Sky selalu berhasil membuat Anna ciut dengan kata-kata “ya udah”-nya. Setiap kali gadis itu membantah, setiap kali **Sky marah, Sky selalu mengatakan ya udah** dan mengabaikannya. Setiap kali dia membantah, **Sky akan mengatakan** bahwa Anna tidak membutuhkan Sky dalam hidupnya. Setiap kali marah, **Sky akan bilang** bahwa Anna senang sekali membuat Sky marah.

“Kamu nggak mau aku pergi?” tanya Anna akhirnya, buru-buru berusaha memperbaiki situasi.

“Iya,” jawab Sky. (Amalia, 2018: 127-128)

Kutipan tersebut memperlihatkan situasi tidak menyenangkan yang dialami Anna saat hendak meminta izin pada Sky untuk mengikuti lomba melukis. Anna rela melakukan semua yang diinginkan Sky, namun hal yang sama tidak ia terima dari laki-laki itu. Namun, bagaimanapun juga Anna selalu berharap Sky

akan berubah dan ingin memaafkan semua tindakannya. Sebagian perilaku Anna dimotivasi oleh rasa takut, marah, atau bersalah pada Sky, sehingga ia bersikap permisif menghadapi kesalahan-kesalahan laki-laki itu. Situasi ini membenarkan hasil kajian Wood, bahwa ada ragam pembenaran yang dilakukan perempuan korban kekerasan, seperti “Saya pantas menerimanya”, “Dia tidak bermaksud jahat”, “Dia sedang mabuk”, “Tidak mungkin ada yang lebih buruk dari hal ini”. Sementara itu, dalam novel *Represi*, pernyataan yang diajukan Anna menghadapi kondisi yang dihadapinya adalah “*Sky pasti sedang belajar*” (hal. 159), “*Kami saling mencintai*” (hal. 166), “*Dia sayang aku dengan caranya sendiri*” (hal. 134), serta ungkapan-ungkapan pemakluman lainnya.

“Aku sibuk,” kata Sky.

Anna bisa merasa ada kejengkelan yang datang bersama pesan itu. Sky selalu begitu, menjawab pesan dengan singkat jika suasana hatinya buruk. Pemuda itu akan mengirim pesan yang lebih panjang disertai emoji jika sedang baik-baik saja. Selain itu, **Anna tahu dia juga salah. Seharusnya dia tidak mengganggu Sky. Dia seharusnya bisa lebih pengertian dan tidak manja.** (Amalia, 2018: 159)

Kutipan tersebut memperlihatkan bagaimana Anna menyalahkan dirinya sendiri atas sikap buruk Sky padanya. Anna beranggapan bahwa sikap ketus dan dingin laki-laki itu tidak lain sebagai reaksi atas kesalahan dirinya yang telah mengganggu dan membuat Sky kesal. Anna menerima hal itu sebagai hukuman untuknya. Akan tetapi, jauh di dalam hatinya, Anna sebenarnya menyadari bahwa laki-laki itu kerap mengancam, abusif, dan berkarakter manipulatif. Sky juga selalu melarang Anna berteman dengan laki-laki lain, mengendalikan kegiatan gadis itu, memeriksa pesan-pesan dalam telepon genggamnya, dan menghina. Namun, hal yang terberat bagi Anna,

selain meninggalkannya, Sky menjatuhkan mental Anna yang sudah sangat terpuruk.

“Lagi pula, **jangan berpikir kamu seberharga itu, Anna**. Sebelum bersama aku pun kamu udah nggak berharga. Jadi jangan bersikap seolah-olah aku perlu bertanggung jawab atas apa yang sudah *kita* lakukan. Harusnya kamu berterima kasih karena masih ada yang mau melakukannya sama kamu. Kamu nggak seberharga itu.”

Kamu nggak seberharga itu. (Amalia, 2018: 179)

Dalam *toxic relationship* yang dijalaninya, Anna merasa digunakan, dieksploitasi, dan tidak cukup dihargai oleh Sky. Namun demikian, ia sebenarnya tidak berkeberatan dan dapat bertahan dalam situasi relasi seperti itu. Anna baru mengalami depresi akut dan memilih mati ketika Sky meninggalkannya. Dalam pikirannya, hanya kekasihnya itu yang mau menerima dirinya yang ‘tidak berharga’. Hal ini sejalan dengan gagasan Ariani yang dikutip Vedasari (2020), bahwa penyebab seseorang melakukan dan menerima perilaku *toxic* dari pasangannya adalah pengalaman buruk di masa lalu. Pembahasan selanjutnya tentang kondisi tersebut akan dibahas melalui perspektif feminis berikut ini.

Ketimpangan Gender sebagai Akar Masalah dari ‘Relasi Beracun’

Fenomena kekerasan yang dilakukan laki-laki pada perempuan dapat dikaitkan dengan wacana maskulinitas, dan kekerasan adalah sesuatu yang dipelajari laki-laki untuk mengekspresikan maskulinitas dalam interaksinya dengan perempuan, anak, atau laki-laki lain (Figes, 1986). Dalam relasi percintaan, kekerasan memang kerap dijadikan alat untuk mengendalikan pasangan. Kecemburuan yang merupakan indikator dari *toxic relationship*,

sebenarnya adalah hal yang alami, namun bila diekspresikan secara berlebihan dan dijadikan alasan dari perilaku posesif, maka hal itu menjadi tidak sehat. Menurut Papp dkk. (2016) , “*romance and control are often conflated by the media, and individuals may believe that certain controlling or jealous behaviors by men toward women are romantic and can be a sign of love and commitment in heterosexual relationships*”. Hal ini menunjukkan bahwa dalam relasi percintaan, perempuan telah dikonstruksi sebagai pihak yang [harus] melayani, menyenangkan, dan menerima apapun perlakuan pasangannya.

“Aku sebenarnya nggak mau membicarakan hal ini, tapi karena kamu yang mulai mengungkitnya, maka aku mau bilang, **women need love but men need sex**. Kamu bisa aja bilang kalau kamu melakukannya karena cinta, tapi sayangnya aku nggak, dan kamu nggak bisa membawa-bawa masalah itu sekarang demi tujuan apa pun. **Kita melakukannya atas dasar suka sama suka**,” jawab Sky. Kalimat itu kini membuat Anna merasa mengecil di tempat duduknya. (Amalia, 2018: 178-179)

Perbedaan pandangan tentang relasi seksual pranikah antara laki-laki dan perempuan yang disebutkan Sky dalam kutipan tersebut seperti dijadikan alibi untuk melegalkan perilakunya. Ia seperti berlindung di balik konstruksi sosial yang seolah-olah menunjukkan pandangan egaliter bahwa hubungan seksual yang mereka lakukan dilandasi oleh prinsip “*atas dasar suka sama suka*”. Padahal, yang terjadi sesungguhnya adalah Sky mengafirmasi pandangan bahwa dalam relasi mereka, Anna/perempuan adalah objek dan dirinya/laki-laki adalah subjek. Meskipun Sky tidak memaksa berhubungan badan dengan Anna, tapi dialah yang menginisiasi, merayu, dan memengaruhi bahwa tindakan mereka adalah bukti rasa cinta.

“Dia pacarku dan aku mencintainya. Wajar kalau aku ingin menyenangkan hatinya,” Anna akhirnya menjawab, lebih karena merasa mulai dipojokkan.

“Hubungan dua orang nggak cuma tentang menyenangkan hati orang lain tanpa memedulikan diri sendiri. [...] Kenapa kamu mengorbankan keinginanmu sendiri? Kenapa dia melarang kamu?” (Amalia, 2018: 133)

Meskipun menyadari bahwa ia telah berpartisipasi dalam tindakan subjugasi atas dirinya sendiri, sebagai perempuan, Anna masih merasa harus bertahan menjalin hubungan dengan Sky sebagai pihak yang menyiksanya. Padahal, secara objektif yang dimunculkan dalam situasi semacam itu tidak lain adalah hubungan antara korban dengan pelaku kekerasan. Walaupun kerap merasa tidak nyaman dengan perlakuan Sky padanya, namun selalu ada sikap menerima dan memaklumi pada diri Anna. Ia seperti memunculkan harapan bahwa tindakan opresif itu akan berakhir bila Sky terus diberikan cinta dan kasih sayang oleh dirinya sebagai korban, sekalipun ia telah mengalami kekerasan dan tidak mendapatkan ruang untuk melakukan pembelaan diri.

***Mental Illness* yang dialami Protagonis Perempuan dan Penanganannya**

Menurut Machdy (2019: 155), sebagian orang dapat mengalami masalah mental karena berada di lingkungan yang menanamkan benih depresi. Sebagaimana diketahui melalui cerita tentang Anna dalam novel *Represi*, ia disebutkan lahir dalam keluarga yang terpendang dan berpendidikan, namun tidak cukup hangat dalam berbagi kasih sayang. Ketika saatnya remaja, Anna mengenal sahabat-sahabat yang menghangatkan hatinya, namun kemudian ia bertemu dengan Sky yang membuatnya mengenal cinta. Namun, kebersamaannya

dengan laki-laki itu justru membuatnya berada dalam situasi yang penuh amarah, ketakutan, kecemasan, kekhawatiran, dan ucapan yang merendahkan, yang menurut Machdy merupakan atmosfer yang memicu tumbuhnya depresi.

Sekuen pertama dalam novel *Represi* menampilkan situasi Anna dan pertemuannya dengan psikolog Nabila setelah kegagalan usaha bunuh dirinya. Namun, hingga dua pertiga cerita berjalan, alasan dari tindakan tersebut baru dijelaskan tokoh perempuan itu setelah mengikuti beberapa kali sesi terapi. Dalam daftar butir-butir pernyataan yang diterima Anna dari Nabila, ia mendapati banyak hal yang menggambarkan dirinya saat itu, yaitu *memikirkan bunuh diri, merasa tidak memiliki masa depan, membenci diri sendiri, dan ingin menangis sepanjang waktu* (hal. 9). Hal ini memperlihatkan bahwa orang yang terjebak dalam *toxic relationship* berpotensi kehilangan rasa percaya diri dan kebahagiaan.

Anna tidak tahu bagaimana cara mengakhirinya, sampai saat Sky meninggalkannya, Anna menemukan jawaban; luka itu baru akan berakhir jika dia mengakhiri hidupnya. Jika hidupnya berakhir, dia tidak perlu merasakan sakit karena ditinggalkan Sky. Jika hidupnya berakhir ... Luka itu akan berakhir juga. *Selamanya*. (Amalia, 2018: 188-189)

Kutipan tersebut menjelaskan isi hati tokoh Anna sebelum memutuskan untuk mati dengan cara membunuh diri. Ia dikisahkan meminum cairan obat nyamuk dan mengalami kejang-kejang saat ditemukan oleh ibunya. Berkat tindakan yang cepat dan taktis, Anna pun dapat diselamatkan (hal. 13). Keinginannya untuk mati tidak hilang selama masalahnya belum teratasi. Keputusasaannya dalam menghadapi hidup terutama disebabkan oleh Sky yang baru saja meninggalkannya dan Mas

Bayu yang melecehkannya delapan belas tahun yang lalu.

Anna mulai menangis, tapi Mas Bayu justru semakin senang. Dia menyingkap rok Anna dan mulai meraba-raba, lalu tertawa kesenangan seperti setan. Anna tidak bisa melawan dan tidak bisa bergerak. Tangisnya semakin kencang saat Mas Bayu mulai melakukan hal-hal lain. Hal-hal yang tidak pernah dia tahu. Hal-hal yang tidak pernah dia bayangkan ada dan dapat terjadi padanya. **Ketika Anna berteriak, suaranya teredam** oleh tangan Mas Bayu yang membungkam mulutnya. (Amalia, 2018: 187)

Dari paparan yang telah ditampilkan dapat dipahami bahwa sejak mengalami pelecehan seksual di masa kanak-kanaknya, perempuan itu menerapkan represi, yaitu jenis mekanisme pertahanan diri dengan cara meredam berbagai emosi yang dapat muncul, untuk menghindari dampak yang lebih besar. Hal ini ditunjukkan misalnya saat mendapat pelecehan oleh Mas Bayu, Anna memilih diam dan tidak mengadu pada orangtuanya. *“Aku takut kalian menjauhi aku kalau tahu tentang masa lalu aku,”* jawab Anna (hal. 218). Pada dasarnya, ia merasa takut dan malu menghadapi penghakiman orang lain terhadap hal yang sebenarnya bukan kesalahannya. Kondisi inilah yang disebut *low mood* (Machdy, 2019: xix), yaitu suasana hati murung yang dialami seseorang yang depresif.

Gumpalan hitam yang berarti lebih dari sekadar **“bukan apa-apa”** seperti yang pernah Anna jawab ketika Nabila bertanya padanya. [...] Telah begitu Anna menyimpan luka itu. Dari Ayah, Ibu, juga dari para sahabatnya. Anna beberapa kali ingin bercerita, tapi tidak pernah bisa. Gadis itu selalu takut dengan kemungkinan reaksi yang akan dia terima dari lawan bicaranya. **Dia takut dengan bercerita justru akan membuatnya**

semakin merasa terluka. (Amalia, 2018: 183)

Anna menyadari bahwa menceritakan luka masa lalu hanya akan menjatuhnya dalam masalah baru, sebagaimana yang terjadi ketika ia bercerita tentang trauma masa kecilnya itu pada Sky yang *“waktu itu berhasil membuat Anna percaya kalau dia tidak akan terluka jika bercerita. Ada ketulusan dan kesungguhan yang Anna rasakan saat itu dari Sky, dan Anna ingin Sky tahu semua tentang dirinya”* (hal. 184). Namun, di kemudian hari kejujuran dan kepercayaan Anna itu dibalas Sky yang meninggalkannya dengan membuat luka baru berupa pernyataan afirmatif *“Kamu nggak seberharga itu”* (hal. 179).

Selama berhubungan pacaran dengan Sky pun, Anna selalu meredam kemarahan, kesedihan, dan kekecewaannya untuk menjaga agar hubungannya dengan laki-laki itu tidak menjadi lebih kompleks yang berarti akan semakin menyusahkannya. Sebagai dampak dari tindakannya merepresi seluruh emosi negatif itu, Anna pun mengalami depresi. Bentuk-bentuk depresi atau gangguan mental yang ia alami di antaranya adalah mimpi buruk yang panjang dan berulang.

Mimpi itu datang lagi.

Anna berada di dalam ruang kecil dan remang-remang. Gadis itu merasa begitu takut, tapi tidak tahu takut terhadap apa atau siapa. Dia hanya bisa menangis dan memeluk diri sendiri dengan kedua tangan. Dia berusaha berteriak minta tolong, tapi tidak ada suara yang keluar. Anna tahu ada pintu beberapa langkah di depannya, tapi dia tidak bisa berdiri dan berlari ke sana. Dia terpaku di tempat, tidak bisa ke mana-mana. Lalu terdengar sebuah suara memanggil namanya dari balik pintu. Anna kenal betul dengan pemilik suara itu. Itu adalah suara Sky. [...]

“Selamat tinggal, Anna,” ucap Sky. (Amalia, 2018: 117-118)

Selain mengalami mimpi buruk yang menyedihkan, kondisi depresif juga terlihat melalui gangguan makan (hal. 58), penampilan yang pucat dan kacau (hal. 16), sikap mudah tersinggung (hal. 61), perasaan benci melihat pantulan diri di cermin (hal. 15), serta sikap mengisolasi diri (hal. 59) yang dialami Anna. Kondisi tersebut dalam perspektif Machdy (2019: xvii), dapat diklasifikasikan sebagai gangguan depresi mayor, yang terindikasi melalui “perasaan sedih, kehilangan minat, perasaan bersalah, perubahan pola makan dan tidur, pikiran bunuh diri, serta gejala lainnya”. Pada saat terapi, barulah Anna dapat mengurai *mental illness* yang dialami dengan cara mengungkapkan isi hati dan kenangan-kenangan buruknya melalui bercerita maupun melalui gambar-gambar yang dibuat di atas kertas putih dan alat tulis berwarna-warni dengan mengikuti petunjuk dari Nabila. Berkat tahap-tahap terapi ini, emosinya muncul dan ia pun dapat menangis keras sehingga hatinya menjadi lebih luang.

Wanita itu merangkul tubuh Anna yang terguncang karena menangis dengan hebat. Tangis yang tertahan hari Minggu itu, yang berhenti secara mendadak setelah Sky mengucapkan selamat tinggal, sekarang tumpah tanpa bisa ditahan. **Anna mulai menjerit, meraung, dan berteriak memilukan, tidak bisa lagi menahan diri.** (Amalia, 2018: 180)

Tahap-tahap terapi yang diterapkan Nabila berjalan dengan baik hingga Anna tiba pada kondisi yang jauh lebih baik daripada sebelumnya. Ia dapat melihat dari sudut pandang berbeda, bahwa orang lain pun memiliki masalah yang bisa jadi jauh lebih berat daripada yang ia alami. Anna juga menyadari bahwa ia harus memperbaiki hubungannya dengan sistem pendukungnya, yaitu

orangtuanya, terutama Ibu, dan para sahabatnya. Menurut Cory melalui Vedasari (2020), *support system* penting keberadaannya dalam upaya menyelesaikan *toxic relationship*. Anna sendiri mengetahui bahwa ia harus meminta maaf pada mereka, namun yang paling penting adalah ia harus dapat memaafkan dirinya sendiri. Dengan self-estimate yang lebih baik dan stabil, pada bagian akhir cerita, perempuan muda ini pun memaafkan Sky dan dengan tegas menolak tawaran laki-laki yang masih dicintainya itu untuk kembali menjalin hubungan. Setelah selesai dengan dirinya, Anna pun menyiapkan diri untuk menjalin hubungan yang baru dengan Saka.

Dari seluruh pembahasan ini, dapat dinyatakan bahwa terdapat korelasi yang jelas di antara *toxic relationship* dengan gangguan mental pada tokoh remaja perempuan. Seperti penyakit fisik, gangguan mental perlu mendapat perhatian untuk ditangani secara sungguh-sungguh karena dapat berakibat fatal jika diabaikan. Novel *Represi* juga menunjukkan bahwa dengan penanganan yang tepat dan sistem pendukung yang solid, penderita gangguan mental akan dapat disembuhkan, menerima diri, dan hidup dengan normal.

Penutup

Penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh elemen konstruktif teks memperlihatkan akibat dari *toxic relationship* yaitu gangguan mental yang terjadi pada tokoh remaja perempuan. Upaya mengakhiri hidup yang dilakukan tokoh tersebut adalah mekanisme pertahanan diri tokoh dalam bentuk represi. Dari perspektif feminis, hubungan beracun di antara tokoh remaja perempuan dan kekasihnya merefleksikan ketimpangan gender di antara laki-laki sebagai pihak dominan dan perempuan sebagai subordinat. Kekerasan yang direfleksikan dalam novel tersebut tidak [hanya] berupa kekerasan fisik, namun juga verbal dan emosional. Dari

kajian ini, dapat diargumentasikan bahwa relasi yang tidak setara dalam percintaan berpotensi menempatkan perempuan sebagai korban dan berimplikasi serius baik terhadap fisik maupun mentalnya.

Dari penelitian ini, juga dapat dinyatakan bahwa novel *Represi* berbicara tentang proses healing 'penyembuhan', hal yang relatif sulit dan berat untuk dijalani oleh perempuan penyintas kekerasan dalam berbagai bentuk. Selain itu, dapat diargumentasikan bahwa novel tersebut juga dapat dinilai berkarakter feminis, karena memperlihatkan adanya ketimpangan dalam relasi gender dan cenderung berpihak pada kepentingan perempuan.

Daftar Pustaka

- Aditomo, A., Sofia Retnowati. (2004). Perfeksionisme, Harga Diri, dan Kecenderungan Depresi pada Remaja Akhir. *Jurnal Psikologi*, 1, 1-14.
- Amalia, F. (2018). *Represi*. Jakarta: PT. Gramedi Pustaka Utama.
- Appleton, C. M. K. (2018). Filling the Silence: Giving Voice to Gender Violence in Una's Graphic Novel *Becoming Unbecoming*. *International Research in Children's Literature*, 11(1), 47-64. doi:10.3366/ircl.2018.0253
- Arcani, I. A. K. J., Rizikita Imanina, Ni Made Diah Saraswati, Sarita Fajar Andini. (2020). Dinamika Psikologis pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran. *Jurnal Harkat: Media Komunikasi Gender*, 16(2), 89-101. doi:
- Chung, D. (2007). Making meaning of relationships : young women's experiences and understandings of dating violence. *Journal of Violence Against Women*, 13(12), 1274-1295.
- DeKeseredy, W. S. (1988). Woman Abuse in Dating Relationships: The Relevance of Social Support Theory. *Journal of Family Violence*, 3(1), 1-13.
- Dewi, N. (2020). Bagaimana Film Meromantisasi Kekerasan dalam Hubungan. *Tirto.id*. <https://tirto.id/bagaimana-film-meromantisasi-kekerasan-dalam-hubungan-f24c>
- Ducharme, J. (2018). How To Tell If You're In a Toxic Relationship — And What To Do About It. *Time*. <https://time.com/5274206/toxic-relationship-signs-help/>
- Eddyono, S. W. (2014). Hak Asasi Perempuan dan Konvensi CEDAW. *Referensi HAM*. <https://referensi.elsam.or.id/2014/09/hak-asasi-perempuan-dan-konvensi-cedaw/>
- Figes, E. (1986). *Patriarchal Attitudes*. London: Macmillan Education.
- Humm, M. (2007). *Ensiklopedia Feminisme* (M. Rahayu, Trans.). Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- Inayah, I. N. (t.t). Makna Cantik bagi Remaja Perempuan: Kajian Psikologi terhadap Tokoh Marissa di dalam Novel Cantik Karya Vanny Chrisma W. 1-15.
- Intan, T. (2021). Kekerasan Simbolik dan Perlawanan Perempuan dalam Novel *My Lecturer My Husband* Karya Gitlicious. *Jurnal Bebasan*, 8(1), 18-34.
- Intan, T., Sri Rijati Wardiani. (2021). Isu Kedukaan dalam *Metropop* Karya Ika Natassa. *Tuah Talino*, 15(1), 31-47.
- Lusy, O. E., Tri Astuti, Dian Ramadan Lazuardi. (2021). Analisis Nilai Moral Tokoh Utama Novel *Represi* karya Fakhrisina Amalia. *LP3MKIL*, 1(1), 21-30.
- Machdy, R. (2019). *Loving The Wounded Soul: Alasan dan Tujuan Depresi Hadir di Hidup Manusia*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Matas, G. K., P.S. (2013). *The Politics of Urban Space as a 'Discomfort Zone' : Images of Violence in Ravi Hage's Novel Cockroach*.

- Mauludya, F., Sumartini, Mulyono. (2018). Pertahanan Diri Tokoh Utama dalam Novel Perempuan Kembang Jepun Karya Lan Fang. *Jurnal Sastra Indonesia*, 7(1), 32-40.
- Moleong, L. J. (2012). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Papp, L. J., Liss, M., Erchull, M.J., Godfrey, H., Waaland-Kreutzer, L. (2016). The Dark Side of Heterosexual Romance: Endorsement of Romantic Beliefs Relates to Intimate Partner Violence. *Sex Roles*. doi:10.1007/s11199-016-0668-0
- Priyatna, A., Rasmus Budhyono. (2020). Subjektivitas Perempuan dalam Dua Cerpen Karya Margaret Atwood dan Elizabeth Taylor. *Aksara*, 32(2), 191-208.
- Ratna, N. K. (2007). *Estetika Sastra dan Budaya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rosenhan, D. L., M.E.P Seligman (1989). *Abnormal Psychology* (2 ed.). Ontario: Penguin Books.
- Rosita, E. R. (2019). *Klasifikasi Emosi Tokoh Utama dalam Novel Represi Karya Fakhrisina Amalia*. (Skripsi), Universitas Muhammadiyah Jember, Jember.
- Sangidu. (2005). *Penelitian Sastra: Pendekatan, Teori, Metode, Teknik, dan Kiat*. Yogyakarta: Seksi Penerbitan Sastra Asia Barat UGM.
- Sari, S., Priyatna, A., & Muhtadin, T. (2017). Perempuan dan Pendidikan: Gerakan Perempuan dalam Puisi “Tjoemboean” (1919) dan “Adjakan” (1931). *Metasastra*, 10(1), 57-72.
- Sonambela, A. A., Stephani J. Sigarlaki, Jeane A. Manus. (2019). *Depresi dalam Novel The Lovely Bones karya Alice Sebold*. (Skripsi), Universitas Sam Ratulangi, Manado.
- Vedasari, I. A. P. W. (2020). Mengenal Toxic Relationship dalam Relasi Pacaran. *Ultimagz*. <https://ultimagz.com/opini/mengenal-toxic-relationship-dalam-relasi-pacaran/>
- Wellek, R. A. W. (1989). *Teori Kesusasteraan. Cetakan II* (M. Budianta, Trans.). Jakarta: Gramedia.
- Wood, J. T. (2001). The normalization of violence in heterosexual romantic relationships: Women's narratives of love and violence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18(2), 239-261.
- Yulianto, A. (2018). Novel Cinta di dalam Gelas Karya Andrea Hirata: Sebuah Perjuangan Seorang Perempuan. *Kelasa*, 13(1), 1-12.
- Yusriansyah, E., I Nyoman Darma Putra, I.G.A.A Mas Triadnyani. (2016). Belunggu Jiwa: Kajian Psikologi Sastra Novel Pulang Karya Leila S. Chudori. *Journal of Language and Translation Studies*, 2(2), 1-15.