

**OBSESI TOKOH THEODORE FINCH
DALAM NOVEL *ALL THE BRIGHT PLACES* KARYA JENNIFER NIVEN**

Mentari Gustriani Adiguna

Universitas Muhammadiyah Sukabumi
mentarigustriani@gmail.com

Fenty Sukmawaty

Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Siska Hestiana

Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Abstrak

Penelitian ini berjudul Obsesi Tokoh Theodore Finch dalam Novel *All the Bright Places* karya Jennifer Niven. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran karakter tokoh dan obsesi tokoh Theodore Finch dalam novel *All the Bright Places* karya Jennifer Niven. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif deskriptif dan pendekatan yang digunakan adalah pendekatan psikologi sastra. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu teknik baca dan catat. Teknik analisis data yang digunakan yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil dari penelitian ini menemukan bahwa tokoh Theodore Finch memiliki karakter yang menyenangkan, rendah diri, *freak* (aneh), senang menutupi kesedihan/ kesakitannya, orang yang selalu mencari masalah, mudah putus asa, dan senang berhalusinasi. Gambaran obsesi tokoh Theodore Finch terjadi karena adanya ketakutan adaptif dan maladatif, faktor sosial, psikologi, dan biologi.

Kata kunci: Obsesi, Psikologi sastra, Kesehatan mental, *All the Bright Places*

Abstract

This research is entitled Obsession of Theodore Finch in The All the Bright Places Novel by Jennifer Niven. This research aims for describing the character description and obsession of Theodore Finch in The All the Bright Places novel by Jennifer Niven. The research method used is descriptive qualitative method and the approach used is literary psychology. The data collection techniques used were reading and note taking techniques. The data analysis techniques used were data reduction, display data, and conclusion drawing. The results of this research found that Theodore Finch character has a pleasant character, low self-esteem, freak, likes to cover up his sadness / pain, a person who is always looking for problems, easily gives up, and likes to hallucinate. The description of Theodore Finch's obsession occurs because of adaptive and maladaptive fears, social, psychological, and biological factors.

Keywords: Obsession, Literary psychology, Mental health, *All the Bright Places*.

I. PENDAHULUAN

Manusia merupakan ciptaan Tuhan Yang Maha Esa sebagai khalifah di bumi dengan dibekali akal pikiran untuk berkarya di muka bumi. Manusia memiliki perbedaan secara biologis dan rohani. Secara biologis umumnya manusia dibedakan secara fisik, yaitu laki-laki dan perempuan sedangkan secara rohani manusia dibedakan berdasarkan kepercayaannya atau agama yang dianutnya. Kehidupan manusia sendiri sangatlah kompleks, begitu pula hubungan yang terjadi pada manusia sangatlah luas. Hubungan tersebut dapat terjadi antara manusia dengan manusia, manusia dengan alam, manusia dengan makhluk hidup yang ada di alam, dan manusia dengan Sang Pencipta. Mereka memiliki keinginan atau emosi yang mereka sering gunakan sebagai motif penggerak dalam kehidupan. Positif atau negatif, emosi dan keinginan tiap orang memiliki keunikan tersendiri dan memiliki arti yang berbeda satu sama lain, dan meskipun sebenarnya berbeda namun kedua hal tersebut memiliki makna yang sama. Seperti halnya manusia yang tidak puas dengan kehidupannya, terkadang ia terobsesi dengan sesuatu hal.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, obsesi adalah gangguan jiwa berupa pikiran yang selalu menggoda seseorang dan sangat sukar dihilangkan (2007: 794). Obsesi dapat berdampak positif namun juga dapat berdampak negatif, obsesi bisa menjadi sangat kuat dan menetap sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari dan menimbulkan kecemasan yang signifikan. Seseorang yang menderita obsesi akan kesulitan dalam mengatasi pikirannya yang berulang. Hal yang paling dikhawatirkan yakni obsesi untuk bunuh diri.

Bunuh diri merupakan fenomena sosial yang sifatnya buruk. Bunuh diri merupakan salah satu cara yang dilakukan seseorang untuk mengakhiri hidupnya. Ketidakstabilan kondisi sosial-ekonomi, gangguan mental, kemiskinan dan pengangguran merupakan realitas yang kini sering dijumpai. Fenomena tersebut berpotensi menjadi sumber stress atau depresi, dan jika depresi itu cukup besar, lama atau spesifik maka akan mengganggu kesehatan jiwa individu.

Setiap tahun hampir 800.000 orang melakukan bunuh diri dan ada lebih banyak orang yang mencoba bunuh diri. Bunuh diri menduduki peringkat kedua di antara usia 15-29 tahun secara global pada tahun 2016 sebagai penyebab kematian. Bunuh diri tidak hanya terjadi di negara-negara berpenghasilan tinggi, bunuh diri merupakan fenomena global yang terjadi di semua wilayah di dunia. Faktanya, lebih dari 79% kasus bunuh diri global terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah pada tahun 2016. Sementara hubungan antara bunuh diri dan gangguan mental (khususnya, depresi dan gangguan penggunaan alkohol) menjadi faktor utama melakukan bunuh diri di negara-negara berpenghasilan tinggi. Bunuh diri terjadi secara impulsif pada masa krisis dengan gangguan dalam kemampuan untuk mengatasi tekanan hidup, seperti gangguan mental, masalah keuangan, atau sakit kronis dan penyakit lainnya (WHO).

Dari beberapa kasus, dapat diasumsikan bahwa penyebab utama dari dorongan individu untuk melakukan bunuh diri adalah gangguan kejiwaan/gangguan mental akibat depresi. Gambaran ini terdapat pada karya sastra yaitu novel dengan judul *All the Bright Places* karya Jennifer Niven.

All the Bright Places adalah sebuah novel yang menggambarkan fenomena gangguan mental yang mengakibatkan bunuh diri akibat tekanan-tekanan yang dialami oleh tokoh utama Theodore Finch. Novel karya Jennifer Niven ini mengajak pembaca untuk mengetahui setiap orang ketika mereka bersedih akan suatu masalah mereka akan menutup diri mereka sendiri dengan berpura-pura berbahagia, berperilaku aneh, dan berperilaku buruk. Akan tetapi para manusia menganggap bahwa bersedih adalah hal kecil yang bisa ditangani, tanpa berpikir untuk tidak menolong mereka dan menganggap bahwa hal itu semua hanyalah hal biasa.

Novel *All the Bright Places* sangat menarik untuk diteliti, karena novel ini memiliki pesan yang ingin disampaikan, yakni seputar kesehatan mental pada remaja melalui perasaan remaja yang mengalami situasi tersebut. Dari banyaknya orang yang menderita kesehatan mental, banyak dari mereka memilih untuk menutup diri dan tak tersentuh oleh pengobatan. Upaya menjaga dan menyembuhkan kesehatan mental para remaja dituangkan pada novel ini, di antaranya dengan mengutarakan masalah yang mengganggu kepada orang terdekat, melakukan konseling ke para profesional, atau mengikuti terapi kesehatan mental.

Dalam novel tersebut, Theodore Finch sebagai seorang penderita penyakit mental tidak mendapatkan bantuan yang dibutuhkannya dari orang-orang di sekitarnya, sebaliknya orang-orang di sekolahnya mengintimidasi dia dan memanggilnya orang aneh. Hal itu membuat dia berpikir bahwa dia benar-benar orang yang tidak berguna dan menuntunnya untuk bunuh diri.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengangkat kajian dengan judul ini.

II. LANDASAN TEORI

Objek dalam penelitian ini adalah novel *All the Bright Places* karya Jennifer Niven. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif. Penulis menggunakan metode analisis deskriptif karena data berupa uraian kata dan paragraf yang digambarkan berdasarkan fenomena dan gejala sosial yang terjadi. Data-data tersebut diolah dan disusun dalam bentuk deskripsi untuk menggambarkan karakter tokoh Theodore Finch dan obsesi tokohnya. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan psikologi sastra. Penulis menggunakan pendekatan tersebut karena berfokus pada kehidupan psikologi tokoh utama. Sehingga nantinya dapat menganalisis dengan mudah obsesi tokoh Theodore Finch dalam novel *All the Bright Place* karya Jennifer Niven ini. Teknik pengumpulan data merupakan cara yang dilakukan penulis untuk mendapatkan data-data yang akan dianalisis. Teknik yang digunakan yaitu teknik baca dan catat. Penulis melakukan analisis data menggunakan penelitian kualitatif menurut Sugiyono (2017: 246-253), dengan langkah-langkah sebagai berikut: 1) Tahap reduksi data (*data reduction*); 2) Tahap penyajian data (*data display*); 3) Menarik kesimpulan (*conclusion drawing*).

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Acuan dan Sumber

a. Penelitian yang Relevan

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan empat penelitian sebagai bahan perbandingan dan kajian. Pertama, Mahendra (2010), dengan judul "Obsesi Gadis

Desa dalam Novel *Trah* karya Atas S. Danusubroto". Sebuah tinjauan psikologi sastra. Kedua, Apridita (2011) dengan judul *The Obsession of Control in The Character "Eve Blackwell" in Sydney Sheldon's Master of The Game*. Ketiga, Ratushima (2017) dengan judul *Theodore Finch's Bipolar Disorder in Jennifer Niven's All the Bright Places*. Keempat, Sattu (2016), dengan judul "Obsesi Lara Cameron dalam Novel *The Star Shine Down* karya Sidney Sheldon". Berdasarkan keempat penelitian terdahulu di atas terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang dilakukan penulis. Persamaan penelitian yang dilakukan oleh ketiga penelitian terdahulu yakni membahas gambaran obsesi. Namun, perbedaannya terletak pada objek yang berbeda dan fokus obsesi yang berbeda. Satu penelitian terdahulu membahas objek yang sama namun dengan fokus yang berbeda. Secara keseluruhan, penelitian-penelitian tersebut dapat menjadi referensi bagi penulis dalam menganalisis dan mengkaji obsesi tokoh Theodore Finch dalam novel *All The Bright Place* karya Jennifer Niven.

b. Psikologi Sastra

Secara definitif menurut Ratna (2015: 342) mengungkapkan bahwa tujuan psikologi sastra adalah memahami aspek-aspek kejiwaan yang terkandung dalam suatu karya sastra. Selain itu, pendekatan psikologi sastra adalah pendekatan yang memandang karya sastra sebagai aktifitas kejiwaan. Pengarang akan menggunakan cipta, rasa dan karsanya dalam menciptakan karya sastra. Disamping itu, ia juga menangkap gejala jiwa tersebut yang kemudian diolah ke dalam teks dan dilengkapi dengan teks kejiwaannya. Pengalaman sendiri dan pengalaman jiwa pengarangnya akan terproyeksi menjadi satu rangkaian teks sastra secara imajiner.

c. Obsesi Kompulsif

Obsesi merupakan dorongan keinginan seseorang untuk mendapatkan sesuatu yang diinginkannya yang tak dapat dikendalikan. Menurut Oltmanns & Emery (2013: 195) obsesi adalah peristiwa kognitif repetitif, tidak diinginkan, dan intrusif yang bisa berbentuk pikiran atau bayangan dalam pikiran atau hasrat (dorongan). Pengertian lain obsesi dikemukakan oleh Nitami (2015:23) mengungkapkan bahwa obsesi adalah pikiran-pikiran yang menetap, berulang, dan bersifat mengganggu hingga menimbulkan kecemasan dalam diri orang yang mengalaminya. Dari beberapa definisi tersebut, penulis dapat berasumsi bahwa obsesi adalah gangguan fikiran berulang, dorongan yang tidak dapat diterima atau tidak diinginkan yang menimbulkan perlawanan subjektif serta kesulitan mengontrol diri.

Gangguan obsesif kompulsif tidak ada kaitan dengan bentuk karakteristik kepribadian seseorang, pada individu yang memiliki kepribadian obsesif kompulsif cenderung untuk bangga dengan ketelitian, kerapian dan perhatian terhadap hal-hal kecil, sebaliknya pada gangguan obsesif kompulsif, individu merasa tertekan dengan kemunculan perilakunya yang tidak dapat dikontrol. Mereka berusaha mati-matian untuk menghilangkan kebiasaan tersebut. Berikut adalah penyebab gangguan obsesif kompulsif menurut Oltmanns & Emery (2013: 205-215) yaitu: 1) Ketakutan adaptif dan maladaptif; 2) Faktor sosial; 3) Faktor psikologis; dan 4) Faktor biologis.

d. Perilaku Obsesi Kompulsif Bunuh Diri

Risiko yang kerap dihadapi orang-orang dengan perilaku obsesi kompulsif

ialah performa kerja atau studi yang buruk serta relasi yang rapuh dengan keluarga dan kerabat. Hal terburuk yang dapat terjadi ketika seseorang mengalami depresi karena perilaku obsesi kompulsif adalah keinginan bunuh diri.

Bunuh diri mungkin merupakan fenomena sosial yang sifatnya kontroversial. Bunuh diri merupakan cara yang dilakukan seseorang untuk mengakhiri hidupnya. Ketidakstabilan kondisi sosial-ekonomi, gangguan mental, kemiskinan dan pengangguran, orientasi individualisme dan kolektivisme merupakan realitas yang kini sering dijumpai. Fenomena tersebut berpotensi menjadi sumber stress atau depresi, dan jika depresi itu cukup besar, lama atau spesifik maka akan mengganggu kesehatan jiwa individu.

Ketidakkampuan individu mengelola depresi akan mengarahkan perilaku individu pada perilaku destruktif, dimana puncak dari perilaku destruktif adalah bunuh diri. Tindakan bunuh diri merupakan masalah serius dalam kesehatan mental masyarakat dunia. Angka bunuh diri cenderung meningkat, baik di negara berkembang maupun negara maju. Bahkan di negara kaya sekalipun, bunuh diri menempati ranking sepuluh besar penyebab utama kematian dan tiga besar penyebab kematian.

2. Instrumen Pendukung

Gambaran obsesi tokoh Theodore Finch dalam novel *All The Bright Places* karya Jenniver Niven ini digambarkan ke dalam beberapa komponen, di antaranya dilihat berdasarkan gangguan obsesif kompulsif, penyebab gangguan kompulsif, dan perilaku obsesi kompulsif bunuh diri.

a. Gangguan Obsesif Kompulsif

Gangguan obsesif kompulsif mencakup pola obsesi atau kompulsi yang berulang-ulang atau kombinasi keduanya.

I wasn't asleep for a couple days or a week or two – was different this time around, only that when I woke up, I felt deader than usual. Awake, yeah, but completely empty, like someone had been feasting on my blood (Niven, 2018: 4).

Data di atas menunjukkan bagaimana Finch sudah sejak sekian lama merasakan kesulitan untuk tidur bahkan selama ini, dapat dibayangkan ia tidak pernah tidur di malam hari. Semalaman ia tetap terjaga dan merasa dirinya hampa rasanya seperti ada yang menghisap darahnya. Kondisi yang terjadi pada tokoh Finch ini disebabkan karena ia mengalami gangguan kecemasan yang terus berulang-ulang datang menghantuinya. Ia selalu terobsesi dengan kematian sehingga pemikiran itu selalu datang setiap saat, termasuk pada malam hari dalam kesendirian disaat orang lain tertidur. Ia menyadari bahwa kekhawatirannya ini sebetulnya tidak wajar tetapi sulit untuk dikendalikan. Ketika kecemasannya ini muncul, ia selalu melampiaskannya dengan berlari pada malam hari mengelilingi jalanan yang sepi sebagai upayanya untuk menghilangkan kecemasannya itu. Hal tersebut digambarkan dalam data berikut:

I run for miles but don't count them, I run until time stops. Until my mind stops. Until the only thing I feel is the cold metal of the license plate in my hand and the

pounding of my blood (Niven, 2018: 63-64).

Data di atas menggambarkan bagaimana tokoh Finch berusaha untuk menghilangkan kecemasannya. Di saat pikirannya mulai kambuh dan kacau, ia selalu berlari mengitari jalanan kota dengan waktu yang tidak ditentukan sampai pikirannya pun mulai berhenti. Kondisi ini merupakan gejala yang biasanya di alami oleh seseorang yang menderita gangguan obsesif kompulsif, yaitu pikiran yang tiba-tiba tidak tenang, adanya obsesi yang menimbulkan rasa cemas berlebih, serta melakukan aksinya secara terus-menerus meskipun dirinya tahu bahwa obsesi dan kekhawatirannya itu tidak logis.

Dalam mengatur kecemasannya, Finch selalu melampiaskannya dengan berlari kencang sampai ia sendiri tidak sadar telah membuat dirinya lelah. Hal ini di gambarkan dalam data berikut:

I run like hell, leaving Little Bastard behind. I run so hard and fast, I feel like my lungs will explode, and then I go harder and faster. I'm daring my lungs and my legs to give out on me (Niven, 2018: 260).

Data di atas memperlihatkan bagaimana Finch merasa kelelahan setelah beberapa lama berlarian mengelilingi jalanan sepi meninggalkan kota "Little Bastard". Untuk menghilangkan kecemasan yang selalu menghantuinya, dia selalu melakukan aksinya ini secara terus menerus sampai apa yang mengganggu pikirannya mulai menghilang. Finch berlari dengan lebih keras dan lebih cepat sampai ia mulai merasa paru-parunya panas karena kelelahan. Namun nyatanya, setelah melakukan aksinya ini ia hanya akan mendapatkan ketenangan yang bersifat sementara dan rasa cemas akibat obsesi yang sama akan muncul kembali.

Selain berbagai data di atas yang menggambarkan bagaimana tokoh Theodore Finch ini merasakan kecemasan akibat mengidap gangguan obsesif kompulsif, Finch juga menyebutkan sendiri bahwa memang dia merupakan pengidap gangguan OCD. Hal ini terlihat pada data berikut:

"I'm OCD," "I'm depressed," "I'm a cutter," they say. One poor bastard is ADHD, OCD, BPD, bipolar, and on top of it all has some sort of anxiety disorder. I'm the only one who is just Theodore Finch (Niven, 2018: 285).

Data di atas menegaskan bahwa tokoh Finch ini memang mengidap gangguan mental yaitu OCD (*Obsessive Compulsive Disorder*). Gangguan Obsesif Kompulsif ini semacam gangguan mental yang menimpa seseorang, di mana penderitanya tertekan karena pemikiran yang berulang sehingga menyebabkan penderita tersebut melakukan tindakan secara berulang. Finch sendiri sebetulnya menyadari bahwa ia terkena gangguan OCD namun ia tidak bisa mengontrol dirinya untuk melakukan tindakan tersebut.

Ketika kecemasannya ini muncul dan susah untuk dihilangkan dari pikirannya, ia selalu berusaha mencari cara agar dapat menghilangkan semua itu dari dirinya. Kondisi ini membuat Finch berpikir untuk merokok padahal dia sendiri bukanlah seorang perokok. Hal ini digambarkan dalam data berikut:

Theodore Finch, '80s kid, doesn't smoke. God, I hate him, the clean-cut, eager little prick. I leave the cigarette in my mouth unlit, trying to chew the nicotine out, and pick up the guitar, play along, then give it up and sit down at the computer (Niven, 2018: 36).

Data di atas menggambarkan seorang Finch yang berusaha menghilangkan rasa kecemasannya dengan menghirup rokok padahal nyatanya ia sendiri bukan seorang perokok. Dalam pikirannya, ia berpikir bahwa mungkin dengan cara ini ia bisa menghilangkan kecemasannya yg berlebih sehingga ia terus melakukan itu semua secara berulang. Finch melakukannya sambil bermain gitar duduk di depan computer kamarnya, mengunyang nikotin yang terkandung dalam rokok tersebut. Ia berpikir bahwa itu semua akan baik-baik saja meskipun nyatanya semua rasa tenang yang didapatnya hanya bertahan sementara.

Kejadian serupa pun dilakukannya lagi di lain waktu, ketika kecemasannya itu muncul, ia mulai berlari berkeliling kota sambil menghirup rokok. Hal ini ditunjukkan dalam data berikut:

The nicotine scrapes at my throat, which is already raw, and I feel like throwing up, so I pull over onto the shoulder and walk around. I bend over, hands on my knees. I wait. When I don't get sick, I look at the road stretched out ahead and start to run (Niven, 2018: 260).

Data di atas menggambarkan bagaimana tokoh Finch ketika merasakan kecemasannya ia mulai berlari sebagaimana yang biasa ia lakukan ketika mulai kambuh. Ia berlari meninggalkan Barlett dan memotong jalan Indianapolis ditemani rokok dan secara tidak sadar ia telah menghabiskan beberapa batang rokok karena terlalu lama berlari. Karena sebetulnya Finch bukanlah seorang perokok, dia merasakan kesakitan yang mana secara tidak sadar nikotin yang terkandung dalam rokok itu menggores tenggorokkannya sehingga menyebabkannya muntah-muntah di perjalanan. Namun hal itu tidak diperdulikannya, Finch tetap melanjutkan perjalanan dan mulai untuk berlari kembali.

b. Penyebab Gangguan Obsesif Kompulsif

Gangguan Obsesif Kompulsif (OCD) yang diderita seseorang dapat disebabkan oleh beberapa faktor, di antaranya karena adanya ketakutan adaptif dan maladaptif, faktor sosial, faktor psikologi, dan faktor biologi.

1) Ketakutan adaptif dan maladaptif

*I stick my finger down my throat and throw up. Nothing much comes out, even though I just ate. I try again and again.
... I push my limbs through the doors of the emergency room and say to the first person I see, "I swallowed pills and can't get them out of me. Get them out of me."* (Niven, 2018: 279).

Data di atas menggambarkan bagaimana Finch saat merasakan kecemasannya, ia meminum obat tidur dengan dosis yang tinggi. Ia berpikir pendek dan langsung meminumnya dalam jumlah yang banyak sekaligus. Setelah itu ia mulai merasakan

sakit dan pusing lalu pergi ke kamar mandi mencoba untuk memuntahkannya kembali dengan cara memasukan jari ke mulutnya. Cara ini berhasil membuatnya muntah namun tidak ada pil yang diminumnya tadi keluar. Finch langsung bergegas pergi ke rumah sakit dengan kondisi tubuhnya yang sudah melemah. Sampai pada saatnya tiba di rumah sakit ia langsung ditangani suster dan akhirnya selamat. Setelah mengetahui bahwa ia selamat dari maut, Finch hanya tertawa karena aksi konyolnya ini gagal dan tidak jadi mati. Ketakutan yang dirasakan Finch ini akan membuat kecemasan yang luar biasa di dalam dirinya sehingga menjadi maladaptif dan merugikan dirinya sendiri.

I imagine the way I am at this moment is a lot like getting sucked into a vortex. Everything dark and churning, but slow churning instead of fast, and this great weight pulling you down, like it's attached to your feet even if you can't see it (Niven, 2018: 267).

Data di atas menggambarkan suasana hati Finch ketika berada di kelas Geografi di sekolahnya. Ia nampak kalut walau Mr. Black (gurunya) berdiri di depan kelas menjelaskan mata pelajaran yang sedang berlangsung itu. Konsentrasinya buyar seakan-akan semuanya lenyap dan berada dalam ruangan yang gelap. Hal ini membuat ia merasakan beban yang selama ini dipikulnya semakin berat. Perasaan Finch ini tentunya memicu kecemasan yang sangat rumit untuk dirinya sendiri sebab hanya dia yang paham betul apa yang dirasakan batinnya saat itu.

Gangguan kecemasan yang dirasakan tokoh Finch ini memiliki pengaruh yang besar karena dapat mengganggu aktifitasnya sehingga menyebabkan dia mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri.

I open my eyes and sit straight up, gasping, filling my lungs. I'm happy no one's here to see me, because I'm sputtering and splashing and coughing up water. There's no rush of having survived, only emptiness, and lungs that need air, and wet hair sticking to my face (Niven, 2018: 107).

Data di atas menggambarkan bagaimana Finch ketika melakukan aksinya yang terobsesi dengan bunuh diri. Ia memiliki perasaan yang eksrem, dapat dengan mudah berubah dari perasaan senang menjadi sedih bahkan jauh lebih sedih daripada yang dibayangkan. Karena gangguan mentalnya itu, ia mencoba menenggelamkan seluruh badannya ke dalam bak mandi yang diisi air penuh. Ia tahan nafas dalam beberapa menit sampai pada akhirnya ia membuka mata dan duduk, Finch terengah-engah merasa paru-parunya panas akibat menahan napas yang cukup lama. Namun begitu, ia merasa lega karena tidak ada orang yang melihat kejadian ini. Gangguan kecemasan yang dirasakan Finch ini membuat dampak yang besar bagi keselamatan nyawanya sendiri karena ia tidak bisa mengontrol emosinya dan malah akan membuat suatu ketakutan yang baru dalam dirinya.

2) Faktor sosial

"Goes away?"

"He'll be back. He always comes back." That's just his thing. It's what he does.

I want to say to her and Charlie and Brenda, to Kate, to his mom: Doesn't anyone

care why he comes and goes? Have you ever stopped to think that something might he wrong with this? (Niven, 2018: 321)

Data di atas menggambarkan bagaimana ketika Violet datang ke rumah Finch untuk menanyakan keberadaan Finch yang menghilang dan tidak menghubunginya lagi. Violet dipersilahkan masuk ke dalam rumahnya yang mana hanya ada adiknya, Decca. Violet masuk ke kamar Finch untuk memeriksanya karena khawatir Finch sakit setelah ia dikeluarkan dari sekolah. Tidak ada petunjuk atas keberadaan Finch saat itu lalu menanyakannya pada Decca kemanakah dia pergi. Decca sama sekali tidak tahu di mana keberadaan kakaknya dan anehnya ia dan ibunya pun seolah-olah tidak peduli terhadap Finch. Setelah kejadian sang ayah meninggalkan mereka, ibunya jarang sekali mengobrol dengan Finch karena sibuk bekerja. Dan, ketika pihak sekolah menghubungi ibunya untuk memberi tahu masalah Finch di sekolah, Finch malah memberikan nomor telepon Kate (kakaknya) karena ia berpikir tidak mau membebani pikiran orang tuanya yang sibuk bekerja. Hal ini membuat ibunya sampai saat ini tidak mengetahui kalau Finch sudah dikeluarkan dari sekolah. Faktor ini merupakan salah satu penyebab gangguan obsesif kompulsif yang menyerang tokoh Finch karena kurangnya perhatian dari keluarga terdekat setelah kasus perceraian orang tuanya.

I take a breath and dive, grateful for the dark of the water and the warmth against my skin. I swim to get away from Josh Raymond, and my cheating father, and Violet's involved parents who are also her friends, and my sad, deserted mother, and my bones. I dive deeper, lungs tight and burning (Niven, 2018: 223).

Data di atas menggambarkan bagaimana perasaan Finch ketika ia ingin melakukan bunuh diri. Ia merasa benci hidup di dunia bersama dengan orang-orang yang menurutnya kejam. Finch benci terhadap ayahnya yang selingkuh dan lebih memilih tinggal bersama wanita pilihannya itu, ditambah sejak ia tahu bahwa ayahnya telah memiliki anak laki-laki bernama Josh Raymond yang membuat perasaannya semakin sedih. Selain itu, Finch merasa benci terhadap orang tua Violet yang tidak memperbolehkan dia dekat dengan anaknya. Belum lagi mengenai konflik dengan teman-temannya yang selalu dianggap aneh dan sering membuat masalah di sekolah. Finch merasa beban hidupnya sangat berat dan semakin banyak masalah yang di hadapi seolah merasa dirinya hanyalah manusia yang tidak berguna sehingga ia tidak ingin merepotkan ibunya. Faktor sosial ini sangat berpengaruh terhadap psikis dirinya sehingga menyebabkan dia saat ini mengidap gangguan mental.

3) Faktor psikologis

Ever since my dad left, she's tried really hard to be the coolparent. Still, I feel bad for her because she loves him, even though, at his core, he's selfish and rotten, and even though he left her for a woman named Rosemarie... Ever since then, I've done what I could to be pleasant and quiet (Niven, 2018: 38-39).

Data di atas merupakan gambaran faktor psikologis yang menyebabkan Finch menjadi sosok yang mengidap gangguan obsesif kompulsif. Faktor ini berperan penting dalam pembentukan jiwa Finch saat itu. Permasalahannya bermula ketika

ayahnya bercerai dengan ibunya lalu meninggalkan mereka demi seorang perempuan yang dicintainya yang bernama Rosemarie. Permasalahan keluarganya ini sungguh membuat hati Finch hancur dan mendapatkan luka yang dalam di hatinya. Ia merasa tidak ada lagi kebahagiaan, tidak ada lagi tempat berlindung, dan tidak ada lagi keluarga yang utuh. Oleh sebab itu, Finch menjadi sosok remaja yang aneh, nakal dan sering membuat masalah. Karena kenakalannya itu, ia sampai harus mendapatkan perhatian khusus di sekolah karena beberapa kali orang lain mendapatkannya hendak melakukan percobaan bunuh diri.

“You don’t know how it is. It’s like I’ve got this angry little person inside me, and I can feel him trying to get out. He’s running out of room because he’s growing bigger and bigger (Niven, 2018: 226).

Data di atas merupakan ungkapan Finch yang berkata bahwa ia merasakan ada sosok kecil yang mengatur emosinya selama ini. Ia berusaha ingin mengeluarkan sosok ini namun sulit dikeluarkan dan bahkan dari hari ke hari rasanya malah tumbuh bertambah besar sehingga sulit untuk dikendalikan. Sosok yang dimaksud di sini adalah gangguan kecemasan yang terdapat pada diri Finch, sesungguhnya ia tidak ingin penyakitnya ini tumbuh dalam dirinya namun apa boleh buat, psikologisnya terganggu dan terus menerus membuatnya seperti kehilangan kontrol terhadap emosinya yang naik turun tidak stabil.

4) Faktor biologi

When I finish, I walk into the bathroom to dig through the medicine cabinet. Advil, aspirin, some kind of over-the-counter sleeping pills I stole from Kate and then stored in an old prescription bottle of Mom’s. What it comes down to for me is I have a hard enough time keeping control over my brain without something else getting in the way (Niven, 2015: 74)

Data di atas menjelaskan Finch harus mengkonsumsi obat advil, aspirin, dan sejenis pil tidur untuk dapat mengendalikan otaknya. Aspek biologis sendiri dipengaruhi oleh keterlibatan *neurotransmitter* di otak, khususnya kurangnya jumlah *serotonin*. *Neurotransmitter* adalah kurir pembawa pesan dari satu neuron ke neuron lainnya (Perretta, 2006). Sedangkan *serotonin* sendiri merupakan bagian dari *neurotransmitter*, kurangnya jumlah *serotonin* akan berpengaruh terhadap pengendalian emosi seperti yang terjadi pada Finch. Advil, aspirin, dan sejenis pil tidur efektif untuk mengobati depresi dan mengendalikan emosinya yang berkeinginan untuk bunuh diri. Finch mengkonsumsi obat tersebut karena depresi dengan perceraian ayah dan ibunya. Ayahnya menikah lagi dengan wanita yang bernama Rosemarie yang dikenal sebagai sosok pengurus. Umurnya kurang lebih 30 tahun dan rambutnya merah pirang.

I wasn’t asleep for a couple days or a week or two – Awake, yeah, but completely empty, like someone had been feasting on my blood (Niven, 2018: 4).

Kutipan di atas menggambarkan bagaimana Finch begitu kesulitan untuk tidur di malam hari. Bisa dibayangkan ia sudah tidak pernah tidur hampir dua sampai tiga minggu berturut-turut. Hal ini memang tidak normal dialami oleh manusia. Dilihat

dari sudut pandang biologi, orang yang memiliki gangguan obsesif kompulsif cenderung memiliki keseimbangan hormonal yang terganggu. Kondisi tubuh dipengaruhi oleh hormon, walau jumlahnya sangat sedikit, tapi keseimbangan dan kekurangan hormonal bisa menimbulkan gejala yang tidak nyaman. Dalam kasus ini, pada pria kekurangan *hormon testosteron* atau kelebihan kadar *estrogen* di tubuhnya akan memicu timbulnya sederet masalah, salah satunya yang menimpa tokoh Finch ini. Tubuhnya memiliki ketidakseimbangan hormon sehingga membuat kualitas tidurnya terganggu.

The thing I know about bipolar disorder is that it's a label. One you give crazy people. I know this because I've taken junior-year psychology and I've seen movies and I've watched my father in action for almost eighteen years, even though you could never slap a label on him because he would kill you (Niven, 2018: 271).

Kutipan di atas merupakan curahan hati Theodore Finch yang berpikir mengenai gangguan bipolar. Sebenarnya ia paham bagaimana bipolar ini bereaksi terhadap seseorang karena ia sendiri pernah mempelajarinya ketika belajar psikologi di tahun pertamanya sekolah dan sering menonton berbagai film yang berhubungan dengan gangguan bipolar itu sendiri. Ketika masih tinggal bersama sang ayah, Finch sendiri melihat dan merasa ada yang tidak beres dengan psikologis ayahnya. Sikap, emosi dan perilakunya seolah-olah serupa dengan apa yang dipelajarinya tentang gangguan bipolar. Dari situ ia dapat menyimpulkan bahwa ayahnya memang mengidap gangguan bipolar namun enggan untuk memberi tahu karena pasti akan membuatnya marah. Faktor biologis memang berperan terhadap terjadinya gangguan bipolar ini yang mana orang tua yang mengidap penyakit ini cenderung akan menurun kepada anaknya. Itu sebabnya kenapa Finch selama ini mengidap gangguan mental atau yang disebut dengan bipolar ini karena ia mempunyai hubungan darah dengan si penderita yang memiliki gangguan bipolar yaitu menurun dari sang ayah.

"I get these headaches sometimes. It's like my brain is firing so fast that it can't keep up with itself. But it's not just a headache I feel, I can see it, like it's made up of a million colors, all of them blinding (Niven, 2018: 139).

Data di atas menunjukkan bagaimana faktor biologi ini berpengaruh terhadap orang yang mengidap gangguan obsesif kompulsif. Finch sering mengalami sakit kepala yang tidak biasa sehingga membuatnya sering tidak pergi ke sekolah. Finch berkata jika sakit kepalanya itu seperti merasakan otaknya menyala sangat cepat membuatnya susah untuk dikendalikan. Sakit kepalanya ini terdengar aneh dan sulit dipahami, ia merasakan ada sesuatu yang mengendalikan otaknya, suara-suara yang terdengar berubah menjadi cahaya yang sangat terang seperti memotong dirinya menjadi dua bagian dan membutakannya matanya. Hal ini terjadi karena orang yang mengidap OCD ini memiliki gangguan keseimbangan hormon, yang mana ketidakseimbangan dan kekurangan hormonal ini bisa menimbulkan berbagai gejala yang tidak nyaman.

"Some people call it manic depression. It's a brain disorder that causes extreme shifts

*in mood and energy. It runs in families, but it can be treated.”
I continue to breathe, even if I’m not smiling anymore, but here is what is happening:
my brain and my heart are pounding out different rhythms (Niven, 2018: 271).*

Data di atas terjadi ketika Finch sedang berkonsultasi dengan konselornya bernama Embryo membicarakan penyakit yang dideritanya. Banyak hal yang memungkinkan Finch menderita gangguan mental karena tanda-tandanya dimiliki oleh tokoh Finch tersebut. Embryo menyebutkan jika Finch memang mengidap depresi sehingga memiliki gangguan mental yang menyebabkan suasana hatinya bisa berubah dengan ekstrem. Semua ini terjadi juga disebabkan oleh faktor genetik dengan orang yang memiliki gangguan mental sehingga cenderung lebih besar kemungkinan untuk menurun pada keturunannya. Finch sendiri merasakan itu semua karena penyakitnya menurun dari sang ayah. Jika kecemasannya muncul, otak dan hatinya merasakan kecemasan yang kalut, tangannya dingin, bagian leher belakang menjadi panas, dan tenggorokannya kering.

c. Perilaku Obsesi Kompulsif Bunuh Diri

*Is today a good day to die? This is something I ask myself in the morning when
I wake up (Niven, 2018: 1).*

Data di atas menunjukkan bagaimana Finch selalu dihantui pikiran untuk melakukan bunuh diri. Keinginannya ini terus terus datang dalam pikirannya. Jika ia tidak menuruti obsesinya itu, Finch akan merasa kecemasannya semakin parah sehingga ia tidak bisa mengontrolnya dengan baik. Dalam keadaan seperti itu, Finch selalu mencari cara untuk merancang percobaan bunuh dirinya sampai menemukan waktu yang tepat untuk melakukannya. Karena ia berpikir bahwa percobaan bunuh dirinya harus dirancang dengan baik agar kematiannya terlihat keren dan damai.

Kecemasan yang dirasakan tokoh Finch ini mengakibatkannya terus mencari cara bagaimana ia dapat melakukan tindak bunuh diri. Finch selalu membaca artikel tentang kasus bunuh diri sehingga membuatnya hapal betul tokoh-tokoh yang telah berhasil melakukan tindak bunuh diri. Dengan wawasannya itu ia merasa dapat dengan mudah mengikuti jejak mereka dalam merenggut nyawa. Sebagai orang yang gemar menulis, ia pun senang mengutip *quotes* dari para tokoh yang telah melakukan bunuh diri sebagai bahan pegangannya karena ia berpikir mereka adalah contoh yang keren dan hebat dalam melakukan aksinya. Hal ini dapat dilihat dalam data berikut:

*And then I go up to my room, climb onto a chair, and contemplate the mechanics
of hanging.
Interesting fact: Hanging is the most frequently used method of suicide in
the United Kingdom because, researchers say, it’s viewed as being both quick
and easy (Niven, 2018: 140).*

Data di atas menunjukkan bagaimana Finch yang begitu terobsesi untuk bunuh diri. Finch selalu membaca artikel dari orang-orang yang telah melakukan aksinya untuk bunuh diri sebagai bahan agar ia bisa menirunya. Sampai pada akhirnya ia menemukan ide untuk bunuh diri dengan cara gantung diri, hal ini sering dilakukan

orang di kerajaan Inggris. Cara ini dianggap mudah dan cepat untuk merenggut nyawa seseorang karena hanya membutuhkan tali panjang yang disesuaikan dengan berat badan seseorang. Ketika Finch sudah matang memikirkan mempersiapkan percobaan bunuh dirinya, ia merasa hal ini tidak akan efektif dilakukan karena ia memiliki tubuh yang tinggi juga plafon rumahnya yang rendah seakan berpikir itu tidak akan berhasil untuk dilakukan.

With the garage door still closed, I sit, hands on the wheel, thinking how easy it would be to just keep sitting here. I am very calm, as if I'm in science class conducting an experiment. The rumble of the engine is a kind of lullaby. I force my mind to go blank, like I do on the rare occasions I try to sleep (Niven, 2018: 161).

Data di atas merupakan gambaran bagaimana Finch melakukan obsesinya untuk bunuh diri. Dia menemukan suatu artikel yang mengatakan bahwa, "Angka rata-rata bunuh diri dengan menghirup asap knalpot di Amerika Serikat menurun sejak pertengahan tahun 60-an, sejak pengendalian emisi diperkenalkan. Di Inggris, tempat pengendalian emisi nyaris tak ada, angkanya mencapai dua kali lipat." (Niven, 2018: 161). Finch pergi ke garasi rumahnya, menyalakan mesin mobil kemudian ia duduk di lantai menghirup asap dari kendaraan tersebut. Dengan santai ia duduk menikmati suara bisung mesin yang menyala menghirup karbon monoksida yang keluar dari kendaraan itu. Gas karbon monoksida ini merupakan gas beracun yang dihasilkan dari proses pembakaran. Apabila seseorang menghirup karbon monoksida dalam jumlah banyak dapat menyebabkan hipoksia (kondisi kekurangan oksigen) dan pada kasus yang fatal akan mengakibatkan kematian.

I like it deeper, where the water feels heaviest. Water is better than running because it blocks everything out. Water is my special power, my way to cheat the Asleep and stop it from coming on. I want to go even deeper than this, because the deeper the better. I want to keep going (Niven, 2018: 224).

Data di atas menunjukkan bagaimana Finch dalam melakukan aksi percobaan bunuh dirinya selalu mengikuti perkembangan kasus kematian yang sedang ramai diberitakan. Finch mencoba untuk mengikuti cara untuk bunuh diri dengan menenggelamkan dirinya ke dasar air. Pada saat itu ia pergi ke sebuah danau bernama "Blue Hole" untuk berenang bersama Violet. Padahal sebenarnya ia sendiri memiliki niatan untuk melakukan percobaan bunuh dirinya di sana namun tidak memberitahukan itu semua pada Violet. Ia menyelam ke dasar danau jauh lebih dalam sampai yang dia lihat hanya kegelapan tanpa cahaya dan sepi tanpa suara. Cukup lama dia menahan napas di dalam sampai pada akhirnya pikirannya untuk bunuh diri buyar karena memikirkan Violet yang sedang menunggunya di atas permukaan air danau.

I find the sleeping pills in my mom's medicine cabinet. I take the whole bottle back to my room and drop half the contents down my throat.

I stretch out on the floor of my closet, the bottle in my hand. I try to imagine my body shutting down, little by little, going totally numb. I almost feel the heaviness coming over me, even though I know it's too fast (Niven, 2018: 278).

Data di atas menggambarkan bagaimana Finch yang berusaha untuk melakukan percobaan bunuh dirinya dengan meminum pil tidur dengan jumlah yang banyak. Ia menemukan botol obat tidur di lemari ibunya dan menuangkan separuh isinya itu ke tenggorokannya. Kemudian ia pergi ke kamar mandi meminum air dari wastafel untuk menelan obat-obat itu. Hal serupa ini dilakukan oleh Cesare Pavese, yaitu orang yang telah melakukan bunuh diri dengan meminum pil dalam jumlah yang banyak sekaligus. Seperti yang diungkapkan Finch "*Let's see what Cesare Pavese felt. Let's see if there's any valiant acclamation to this.*" yang artinya 'Mari kita lihat apa yang Cesare Pavese rasakan. Mari kita lihat apakah ada pengakuan yang berani untuk ini.' Badannya mulai merasakan berat dan tidak berdaya, pikirannya berkata bahwa pil yang ia minum tadi mungkin sedang bekerja untuk menghancurkan tubuhnya saat itu. Dalam menghadapi gangguan mentalnya, berbagai cara selalu ia lakukan untuk menghilangkan kecemasan yang selalu menimpa dirinya, termasuk melakukan obsesinya untuk bunuh diri.

*I push the Saturn to ninety-five.
I slam the gas harder.
Then, precise fraction of a moment before my heart might explode or the engine might explode, I lift my foot up and off and go sailing across the old, rutted pavement, Little Bastard carrying me on its own as we fly up over the ground and land hard. (Niven, 2018: 57-58).*

Data di atas terjadi ketika Finch merasakan kecemasannya di malam hari sehingga hal ini membuatnya sulit untuk tidur. Setiap malam ia berusaha keras untuk menyingkirkan kecemasannya yang berlebih ini dengan berbagai cara ia lakukan. Hal yang selalu muncul ketika kecemasannya itu datang adalah timbulah obsesi untuk bunuh diri. Hingga pada saat itu ia pergi mengendarai mobilnya meninggalkan Little Bastard dengan kecepatan tinggi, 95 mil per jam. Ia menikmati itu, mengendalikan mobil yang seperti melayang di atas tanah dengan kondisi jantungnya yang berdetak kencang. Dalam pikirannya, ia membayangkan badannya akan ditelan dalam rongsokan logam dan ledakan api dari mobil yang dikendarainya itu seolah-olah itu adalah hal yang gagah berani. Sampai pada saat mobil itu berhenti, tangannya sama sekali stabil dan tidak gemetar sama sekali. Obsesinya untuk bunuh diri ini membuat dirinya seperti kehilangan akal, melakukan hal yang dapat membahayakan dirinya sendiri namun dianggapnya itu adalah hal biasa.

Berdasarkan hasil analisis di atas dapat disimpulkan bahwa obsesi tokoh Theodore Finch dalam novel *All The Bright Places* karya Jenniver Niven terjadi karena adanya berbagai faktor yang membuatnya mengalami gangguan obsesif kompulsif (OCD). Faktor-faktor tersebut di antaranya adalah faktor psikologis, biologis, dan sosial yang berpengaruh terhadap perkembangan kepribadian tokoh Theodore Finch. Sehingga karena permasalahan ini, berbagai dampak negatif dirasakan tokoh Finch, seperti ketakutan adaptif dan maladaptif, kecemasan berlebih, dan adanya obsesi kompulsif tokoh untuk bunuh diri.

Permasalahan obsesi tokoh Theodore Finch dalam novel ini memiliki pesan moral yang baik untuk disampaikan kepada orang lain khususnya pembaca. Dalam novel ini, seorang tokoh remaja bernama Theodore Finch mengalami gangguan mental yang rentan terjadi pada seorang remaja. Hal ini terjadi karena permasalahan internal di dalam keluarga, kedua orang tuanya bercerai sehingga membuat Finch kurang mendapatkan perhatian dan kasih sayang. Seharusnya Finch dapat bercerita mengeluarkan beban permasalahan hidupnya pada salah seorang yang dapat ia percaya dan tidak memilih untuk bunuh diri. Sebab, sejatinya setiap manusia pasti diberikan permasalahan hidup. Namun demikian, dalam konsep agama, Tuhan tidak akan memberikan ujian melebihi batas kemampuan hambanya. Bunuh diri bukanlah solusi dalam permasalahan inii. Hal yang seharusnya dilakukan adalah menghubungi terapis, konselor, psikiater, guru, teman, dan/atau orang terkasih untuk mendapat pertolongan.

IV. PENUTUP

Berdasarkan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa obsesi tokoh Theodore Finch dalam novel *All The Bright Places* karya Jenniver Niven digambarkan dalam beberapa komponen, di antaranya berdasarkan gangguan obsesif kompulsif atau OCD. Gangguan obsesif kompulsif ini terjadi pada Finch yang selalu merasakan kecemasan berlebih di dalam dirinya. Kecemasan berlebih ini membuat Finch kehilangan kontrol atas dirinya sendiri. Sehingga, ia seringkali melakukan aksi-aksi yang dapat membahayakan dirinya. Penyebab gangguan obsesif kompulsif ini terjadi karena adanya ketakutan adaptif dan maladaptif, faktor sosial, psikologis, dan biologis. Berbagai faktor tersebut tersirat pada permasalahan Finch sebagai remaja yang dibesarkan dalam keluarga *broken home*. Perceraian orang tuanya berdampak buruk pada pola pikirnya. Ayahnya diduga pengidap bipolar sehingga ia meyakini juga jika penyakit mental yang ada pada dirinya diturunkan dari sang ayah. Sebagai pengidap gangguan mental, Finch terobsesi untuk bunuh diri. Ia berpikir bahwa hidupnya di dunia tidak berguna dan hanya menambah beban orang tuanya saja. Akibat pemikiran inilah Finch seringkali ditemukan melakukan aksi percobaan bunuh diri.

Penelitian sebuah karya sastra sangat menarik untuk dilakukan, baik dari unsur intrinsik maupun ekstrinsiknya. Dalam penelitian ini, dilakukan analisis mengenai obsesi tokoh Theodore Finch dalam novel *All The Bright Places*. Adapun kepada pembaca disarankan sebagai berikut:

1. Penelitian karya sastra, khususnya yang berfokus pada psikologi sastra perlu mendapatkan kajian yang lebih mendalam, serta memahami maksud yang disampaikan pengarang melalui aspek kejiwaan tokoh yang terdapat dalam cerita.
2. Dari hasil penelitian ini diharapkan pembaca dapat mengambil pesan moral dari peristiwa yang terjadi pada tokoh fiksi demi mewujudkan kualitas diri yang lebih baik: menjalani hidup dengan tabah dan ikhlas atas permasalahan hidup yang menimpa dan selalu berpikir positif tanpa harus mengambil tindakan yang dapat menyakiti diri sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwi, Hasan. 2007. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Balai Pustaka: Jakarta.
- Endraswara, Suwardi. 2008. *Metode Penelitian Psikologi Sastra*. Yogyakarta: Media Pressindo.
- Maslim, Rusdi. 2013. *Diagnosis Gangguan Jiwa*. Jakarta: Nuh Jaya.
- Nurgiyantoro, Burhan. 2018. *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Ratna, Nyoman Kutha. 2015. *Teori, Metode, dan Teknik Penelitian Sastra. Cetakan XIII*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sudikan. 2007. *Metode Penelitian Sastra Lisan*. Surabaya: Citra Wacana.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Surastina. 2018. *Pengantar Teori Sastra*. Yogyakarta: Elmatara.
- Oltmanns, Thomas. & Emery. Robert. 2013. *Psikologi Abnormal (Buku kedua)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Waluyo, Herman. 2003. *Drama: Teori dan Pengajarannya*. Yogyakarta: Hanandita.
- Wicaksono, Andri. 2017. *Pengkajian Prosa Fiksi (Edisi Revisi)*. Yogyakarta: Garudhawaca.
- Wiyatmi. 2011. *Psikologi Sastra Teori dan Aplikasinya*. Yogyakarta: Kanwa Publisher.
- Jurnal:**
- Apridita, Nurhidayah. 2011. *The Obsession of Control in The Character "Eve Blackwell" in Sydney Sheldon's Master of The Game*. Semarang: Universitas Diponegoro.
<http://eprints.undip.ac.id/33885/>
- Mahendra, Mustofa. 2010. *Obsesi Gadis Desa dalam Novel Trah Karya Atas S. Danusubroto (Sebuah Tinjauan Psikologi Sastra)*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret. <https://core.ac.uk/display/12351768>
- Nitami, Noviana. 2015. *Obsesi Terhadap Makanan dalam Novel Aruna dan Lidahnya Karya Laksmi Pamuntjak dan Implikasinya Terhadap Pembelajaran Bahasa dan Sastra Indonesia di SMA*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. <https://doi.org/10.15408/dialektika.v3i1.4182>
- Ratushima, Xmas. 2017. *Theodore Finch's Bipolar Disorder in Jennifer Niven's All the Bright Places*. Semarang: Universitas Dian Nuswantoro.
<http://eprints.dinus.ac.id/id/eprint/22688>
- Sattu, Delviana. 2016. *Obsesi Lara Cameron dalam Novel The Star Shine Down karya Sidney Sheldon*. Manado: Universitas Sam Ratulangi.
<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jefs/article/view/13948>
- Suprpto, dkk. 2014. *Kajian Psikologi Sastra dan Nilai Karakter Novel 9 dari Nadira Karya Leila S. Chudori*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
<https://www.neliti.com/id/publications/53934/kajian-psikologi-sastra-dan-nilai-karakter-novel-9-dari-nadira-karya-leila-s-chu>