E-ISSN : 3064-2965
Volume 3 No. 2, November 2026
Jurnal Bahasa dan Sastra Indonesia serta Pembelajaran



ANALISIS PERJUANGAN MENGATASI TRAUMA MASA LALU PADA TOKOH UTAMA DALAM NOVEL "GARIS LUKA DI LANGIT BIRU" KARYA LULA HIKMAH

Deka Nabila Azzahra
dekanabilaazzahra@student.uir.ac.id
Jurusan Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia,
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Riau, Pekanbaru

Riwayat Artikel
Diterima
Juli 2026
Revisi
September 2026
Terbit
November 2026

ABSTRACT

Literary works are not only created as a form of entertainment but also serve as a medium to portray various psychological experiences encountered by human beings. One of the psychological issues frequently represented in literary works is trauma resulting from painful experiences in the past. This study aims to analyze the forms of past trauma experienced by the main character and the efforts made to overcome the trauma in the novel Garis Luka di Langit Biru by Lula Hikmah. This research employed a qualitative descriptive method using a literary psychology approach. The data source was the novel Garis Luka di Langit Biru, while the data consisted of words, sentences, dialogues, and narrations related to the psychological condition of the main character. Data were collected through documentation, intensive reading, and note-taking techniques. The data were analyzed through the stages of data reduction, data presentation, interpretation, and conclusion drawing. The findings reveal that the main character experiences psychological trauma characterized by fear, anxiety, insecurity, emotional instability, and social withdrawal. The recovery process is reflected through self-acceptance, forgiveness, courage to face the past, and social support from surrounding people. The originality of this study lies in its focus on the process of overcoming trauma through a literary psychology perspective, emphasizing character development and psychological resilience. Therefore, this study contributes to enriching literary psychology studies, particularly regarding trauma recovery represented in contemporary Indonesian novels.

Keywords:
literary psychology; trauma; novel; character; recovery

©2026 Universitas Bina Bangsa
How to cite (*in APA Style*): Azzahra, D. N. . (2026). Analisis perjuangan mengatasi trauma masa lalu pada tokoh utama dalam novel "Garis Luka di Langit Biru" karya Lula Hikmah. *Prakata: Jurnal Bahasa dan Sastra Indonesia Serta Pembelajaran*, *3*(2), 1–10. https://doi.org/10.46306/prakata.v3i2.383

E-ISSN : 3064-2965
Volume 3 No. 2, November 2026

PENDAHULUAN

Karya sastra merupakan salah satu bentuk ekspresi kreatif yang lahir dari hasil pengamatan, pengalaman, serta perenungan pengarang terhadap berbagai fenomena kehidupan manusia. Melalui karya sastra, pengarang tidak hanya menyampaikan cerita, tetapi juga menghadirkan berbagai persoalan sosial, budaya, moral, dan psikologis yang terjadi di tengah masyarakat. Oleh karena itu, karya sastra sering dipandang sebagai refleksi kehidupan karena mampu menggambarkan realitas manusia dari berbagai sudut pandang. Menurut Damayanti (2021), karya sastra memiliki fungsi sebagai media edukasi, hiburan, sekaligus refleksi yang memberikan pemahaman kepada pembaca mengenai kehidupan manusia. Salah satu bentuk karya sastra yang paling banyak diminati ialah novel karena memiliki ruang yang luas untuk mengembangkan karakter, konflik, dan alur cerita secara lebih mendalam sehingga mampu menggambarkan dinamika kehidupan tokoh secara kompleks (Hikmah & Ibrahim, 2023).

Novel sering menghadirkan tokoh yang mengalami berbagai konflik, baik konflik internal maupun konflik eksternal. Konflik tersebut menjadi unsur penting dalam membangun perkembangan karakter tokoh sepanjang cerita. Salah satu konflik yang banyak diangkat dalam novel-novel Indonesia kontemporer adalah trauma psikologis akibat pengalaman masa lalu. Trauma merupakan kondisi psikologis yang muncul sebagai akibat dari pengalaman yang memberikan tekanan emosional yang sangat kuat sehingga memengaruhi cara seseorang berpikir, bersikap, maupun berinteraksi dengan lingkungan sosialnya (Fadhila et al., 2025). Individu yang mengalami trauma biasanya menunjukkan gejala berupa rasa takut berlebihan, kecemasan, kesulitan mempercayai orang lain, hingga menarik diri dari lingkungan sosial. Kondisi tersebut tidak hanya menjadi perhatian dalam bidang psikologi, tetapi juga menjadi objek kajian penting dalam ilmu sastra karena pengarang sering menghadirkan tokoh dengan pengalaman traumatis sebagai pusat perkembangan cerita.

Kajian mengenai trauma dalam karya sastra telah banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Prameswari dan Yulianto (2025) meneliti trauma psikologis tokoh utama dalam novel Rumah untuk Alie dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra dan menemukan bahwa pengalaman traumatis membentuk perubahan kepribadian tokoh sepanjang cerita. Penelitian Kurrotuain et al. (2024) mengenai novel Garis Waktu karya Fiersa Besari menunjukkan bahwa aspek psikologi humanistik dapat menjelaskan proses aktualisasi diri tokoh setelah menghadapi berbagai tekanan hidup. Selain itu, Rahdani et al. (2026) mengkaji mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam novel Garis Luka dan menemukan bahwa tokoh menggunakan berbagai bentuk mekanisme pertahanan psikologis sebagai upaya mempertahankan keseimbangan emosinya. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa aspek psikologi sastra memiliki peranan penting dalam memahami perkembangan karakter tokoh dalam karya sastra.

Meskipun demikian, penelitian terdahulu umumnya lebih banyak berfokus pada bentuk trauma, konflik batin, atau mekanisme pertahanan diri tokoh. Penelitian tersebut belum banyak membahas secara mendalam mengenai proses perjuangan tokoh dalam mengatasi trauma hingga mencapai tahap pemulihan psikologis. Dengan kata lain, penelitian sebelumnya lebih menitikberatkan pada penyebab dan dampak trauma dibandingkan dengan proses penyembuhan yang dialami tokoh. Kondisi tersebut menunjukkan adanya research gap (state of the art) yang masih dapat dikembangkan dalam kajian psikologi sastra, khususnya mengenai dinamika perjuangan individu dalam menghadapi luka batin yang dialaminya.

Berdasarkan gap tersebut, penelitian ini menawarkan analisis yang lebih mendalam mengenai proses perjuangan tokoh utama dalam mengatasi trauma masa lalu melalui pendekatan

psikologi sastra. Penelitian ini tidak hanya mengidentifikasi bentuk trauma yang dialami tokoh, tetapi juga menjelaskan tahapan pemulihan psikologis, faktor-faktor yang memengaruhi proses penyembuhan, serta perubahan kepribadian tokoh setelah berhasil menghadapi pengalaman traumatisnya. Dengan demikian, penelitian ini memberikan perspektif yang lebih komprehensif mengenai hubungan antara pengalaman traumatis, perkembangan karakter, dan proses pemulihan psikologis dalam karya sastra.

Objek penelitian ini adalah novel Garis Luka di Langit Biru karya Lula Hikmah. Novel tersebut dipilih karena mengangkat persoalan trauma psikologis yang dialami tokoh utama akibat pengalaman masa lalu yang memengaruhi kehidupan sosial, emosional, dan cara pandangnya terhadap diri sendiri maupun orang lain. Pengarang menggambarkan proses pemulihan trauma secara bertahap melalui konflik internal maupun eksternal sehingga memberikan gambaran realistis mengenai perjuangan seseorang dalam menghadapi luka batin. Tema tersebut relevan dengan kondisi masyarakat saat ini karena persoalan kesehatan mental dan trauma semakin banyak menjadi perhatian dalam berbagai bidang ilmu pengetahuan.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk-bentuk trauma yang dialami tokoh utama serta menganalisis proses perjuangannya dalam mengatasi trauma masa lalu melalui pendekatan psikologi sastra. Penelitian ini penting dilakukan karena dapat memperkaya kajian sastra Indonesia, khususnya dalam bidang psikologi sastra yang membahas hubungan antara karya sastra dan kondisi kejiwaan tokoh. Selain itu, hasil penelitian diharapkan mampu memberikan pemahaman kepada pembaca bahwa proses penyembuhan trauma memerlukan keberanian, penerimaan diri, serta dukungan sosial yang memadai.

Kebaruan (novelty) penelitian ini terletak pada fokus analisis terhadap proses pemulihan trauma yang dialami tokoh utama, bukan hanya pada bentuk trauma ataupun konflik batin yang muncul. Penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman traumatis tidak selalu berakhir pada penderitaan, tetapi dapat menjadi sarana pembentukan ketahanan psikologis (*psychological resilience*) dan perkembangan kepribadian seseorang. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian psikologi sastra, khususnya mengenai representasi trauma dan proses penyembuhan dalam novel Indonesia kontemporer.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami, mendeskripsikan, dan menginterpretasikan fenomena psikologis yang dialami tokoh utama dalam novel Garis Luka di Langit Biru karya Lula Hikmah secara mendalam. Menurut Sugiyono (2023), penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menghasilkan data berupa kata-kata, kalimat, dokumen, atau fenomena yang kemudian dianalisis secara sistematis untuk memperoleh makna yang utuh. Penelitian deskriptif digunakan karena penelitian ini tidak bertujuan menguji hipotesis, melainkan menggambarkan secara rinci bentuk trauma masa lalu serta proses perjuangan tokoh utama dalam mengatasi trauma tersebut berdasarkan data yang terdapat dalam novel.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan psikologi sastra. Pendekatan psikologi sastra dipilih karena mampu menjelaskan hubungan antara karya sastra dengan aspek kejiwaan tokoh yang terdapat di dalamnya. Psikologi sastra memandang tokoh sebagai representasi perilaku manusia yang memiliki pengalaman emosional, konflik batin, serta perkembangan kepribadian sebagaimana yang terjadi dalam kehidupan nyata. Dengan menggunakan pendekatan ini, peneliti dapat mengidentifikasi bentuk-bentuk trauma, penyebab munculnya trauma, dampak psikologis yang dialami

E-ISSN : 3064-2965
Volume 3 No. 2, November 2026

tokoh, serta proses pemulihan yang digambarkan oleh pengarang.

Sumber data utama dalam penelitian ini adalah novel Garis Luka di Langit Biru karya Lula Hikmah. Novel tersebut dipilih karena secara dominan mengangkat tema trauma psikologis, penyembuhan luka batin, serta perjuangan tokoh utama dalam menghadapi pengalaman masa lalu. Data penelitian berupa kata, frasa, kalimat, dialog antartokoh, narasi, maupun penggambaran peristiwa yang menunjukkan adanya pengalaman traumatis, respons psikologis tokoh, konflik batin, serta proses pemulihan yang dialami tokoh utama. Selain sumber data primer, penelitian ini juga menggunakan sumber data sekunder berupa buku-buku psikologi sastra, buku metodologi penelitian, artikel ilmiah nasional maupun internasional, serta penelitian terdahulu yang relevan dengan tema trauma psikologis dalam karya sastra.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi pustaka dan teknik baca-catat (*reading and note-taking*). Tahap pertama dilakukan dengan membaca novel secara keseluruhan untuk memperoleh pemahaman terhadap alur cerita, karakter tokoh, serta konflik yang terjadi. Tahap berikutnya dilakukan pembacaan secara berulang dan lebih mendalam untuk menemukan bagian-bagian yang berkaitan dengan pengalaman traumatis tokoh utama. Selanjutnya peneliti mencatat kutipan-kutipan penting yang menunjukkan bentuk trauma, penyebab trauma, dampak trauma terhadap kehidupan tokoh, serta berbagai upaya yang dilakukan tokoh untuk mengatasi luka batinnya. Data yang telah diperoleh kemudian diklasifikasikan berdasarkan kategori-kategori yang sesuai dengan fokus penelitian sehingga memudahkan proses analisis.

Teknik analisis data mengacu pada model analisis interaktif yang dikemukakan oleh Matthew B. Miles, A. Michael Huberman, dan Johnny Saldaña yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pada tahap reduksi data, peneliti menyeleksi data yang berkaitan dengan fokus penelitian, yaitu trauma masa lalu dan perjuangan tokoh utama dalam mengatasinya. Tahap selanjutnya adalah penyajian data, yaitu menyusun data secara sistematis berdasarkan kategori yang telah ditentukan agar memudahkan proses interpretasi. Tahap terakhir ialah penarikan kesimpulan melalui proses interpretasi terhadap data yang telah dianalisis dengan menghubungkannya pada teori psikologi sastra serta hasil penelitian terdahulu. Melalui tahapan tersebut diperoleh gambaran yang utuh mengenai dinamika psikologis tokoh utama dalam novel Garis Luka di Langit Biru.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bentuk Trauma Masa Lalu yang Dialami Tokoh Utama

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh utama dalam novel Garis Luka di Langit Biru mengalami trauma psikologis yang berasal dari pengalaman masa lalu yang penuh dengan tekanan emosional. Trauma tersebut menjadi penyebab utama munculnya berbagai konflik yang dialami tokoh sepanjang cerita. Pengarang menggambarkan bahwa pengalaman traumatis tidak hanya meninggalkan luka emosional sesaat, tetapi juga memengaruhi cara tokoh memandang dirinya sendiri, membangun hubungan sosial, serta mengambil keputusan dalam kehidupannya. Temuan ini sejalan dengan pendapat Fadhila et al. (2025) yang menyatakan bahwa pengalaman traumatis dapat meninggalkan dampak psikologis dalam jangka panjang sehingga memengaruhi perkembangan emosi dan perilaku seseorang.

Bentuk trauma pertama yang ditemukan adalah munculnya rasa takut yang terus-menerus. Tokoh utama digambarkan selalu dihantui oleh bayangan masa lalu sehingga sulit merasa aman ketika menghadapi situasi tertentu. Pengarang memperlihatkan bahwa ketakutan tersebut muncul sebagai bentuk respons psikologis terhadap pengalaman menyakitkan yang pernah dialami tokoh. Rasa takut tersebut tidak hanya muncul ketika tokoh mengingat peristiwa

traumatis, tetapi juga ketika menghadapi situasi yang memiliki kemiripan dengan pengalaman masa lalunya. Kondisi ini menunjukkan bahwa trauma membentuk mekanisme perlindungan diri yang menyebabkan individu lebih waspada terhadap lingkungan sekitarnya. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Jessica dan Napitupulu (2024) yang menjelaskan bahwa individu yang mengalami trauma cenderung menunjukkan kewaspadaan berlebihan sebagai bentuk perlindungan terhadap kemungkinan munculnya ancaman yang sama.

Selain rasa takut, trauma juga menyebabkan munculnya kecemasan yang berkepanjangan. Tokoh utama sering kali menunjukkan keraguan ketika harus mengambil keputusan maupun ketika menjalin hubungan dengan orang lain. Kecemasan tersebut muncul karena tokoh selalu membayangkan kemungkinan terburuk yang akan terjadi apabila ia kembali mempercayai orang lain. Pengarang menggambarkan kondisi tersebut secara realistis sehingga pembaca dapat memahami bagaimana trauma memengaruhi pola pikir seseorang. Dalam perspektif psikologi sastra, kecemasan merupakan salah satu bentuk konflik batin yang sering dialami individu setelah mengalami pengalaman traumatis. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Prameswari dan Yulianto (2025) yang menyatakan bahwa trauma tidak hanya meninggalkan luka emosional, tetapi juga memunculkan rasa cemas yang berkepanjangan sehingga menghambat proses adaptasi individu terhadap lingkungan sosial.

Trauma masa lalu juga menyebabkan tokoh mengalami krisis kepercayaan diri. Tokoh merasa dirinya tidak pantas memperoleh kebahagiaan dan sering menyalahkan dirinya sendiri atas berbagai peristiwa yang pernah terjadi. Perasaan bersalah tersebut berkembang menjadi citra diri yang negatif sehingga memengaruhi perkembangan kepribadiannya. Pengarang menunjukkan bahwa trauma tidak hanya melukai kondisi emosional seseorang, tetapi juga mengubah cara individu menilai dirinya sendiri. Temuan ini memperkuat penelitian Hidayah et al. (2024) yang menjelaskan bahwa pengalaman traumatis dapat membentuk konsep diri negatif apabila individu terus-menerus menyalahkan dirinya atas pengalaman yang dialaminya.

Trauma yang dialami tokoh utama juga berdampak terhadap kehidupan sosialnya. Tokoh lebih memilih menghindari interaksi dengan orang lain karena khawatir akan mengalami luka yang sama. Sikap menutup diri tersebut menyebabkan tokoh merasa kesepian meskipun berada di tengah lingkungan yang ramai. Pengarang menggambarkan bahwa isolasi sosial bukan merupakan bentuk kebencian terhadap orang lain, melainkan mekanisme perlindungan diri yang dilakukan tokoh agar tidak kembali mengalami penderitaan emosional. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa trauma dapat menghambat kemampuan seseorang dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat. Temuan ini sesuai dengan penelitian Rahma et al. (2024) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peranan penting dalam proses pemulihan individu yang mengalami trauma.

Perjuangan Tokoh Utama dalam Mengatasi Trauma Masa Lalu

Selain menggambarkan dampak trauma terhadap kondisi psikologis tokoh utama, novel Garis Luka di Langit Biru juga menunjukkan bahwa proses pemulihan merupakan perjalanan panjang yang penuh tantangan. Pengarang tidak menggambarkan tokoh utama sebagai sosok yang langsung mampu bangkit dari keterpurukan. Sebaliknya, proses penyembuhan berlangsung secara bertahap melalui berbagai pengalaman yang membentuk perubahan cara berpikir, cara bersikap, dan cara memandang masa lalunya. Hal ini menunjukkan bahwa trauma merupakan pengalaman psikologis yang tidak dapat diselesaikan dalam waktu singkat, melainkan membutuhkan proses penerimaan dan penyesuaian diri secara berkelanjutan. Temuan ini

E-ISSN : 3064-2965
Volume 3 No. 2, November 2026

sejalan dengan pendapat Mardiyah et al. (2026) yang menyatakan bahwa pemulihan trauma merupakan proses dinamis yang dipengaruhi oleh kondisi psikologis individu serta lingkungan sosial di sekitarnya.

Tahap pertama dalam proses pemulihan adalah munculnya kesadaran bahwa tokoh tidak dapat terus hidup dalam bayang-bayang masa lalu. Pada awal cerita, tokoh cenderung menghindari segala sesuatu yang mengingatkannya pada pengalaman traumatis. Namun, seiring berkembangnya alur cerita, tokoh mulai menyadari bahwa menghindar bukanlah solusi yang mampu menghilangkan luka batin yang dialaminya. Kesadaran tersebut menjadi titik balik yang menandai dimulainya proses pemulihan. Dalam kajian psikologi sastra, kesadaran terhadap kondisi diri merupakan tahap awal yang penting karena individu mulai mengakui adanya masalah yang harus dihadapi. Dengan demikian, pengarang menunjukkan bahwa proses penyembuhan dimulai dari keberanian seseorang untuk menerima kenyataan yang pernah terjadi.

Langkah berikutnya yang dilakukan tokoh adalah menerima pengalaman masa lalunya sebagai bagian dari perjalanan hidup. Penerimaan diri menjadi salah satu proses yang paling sulit karena tokoh harus kembali menghadapi kenangan yang selama ini berusaha dilupakan. Pengarang menggambarkan bahwa penerimaan bukan berarti melupakan peristiwa yang pernah terjadi, melainkan menerima bahwa pengalaman tersebut telah menjadi bagian dari kehidupannya. Sikap tersebut memperlihatkan adanya perkembangan psikologis yang cukup signifikan. Individu yang mampu menerima masa lalunya akan lebih mudah membangun kehidupan baru dibandingkan individu yang terus berusaha menghindari kenyataan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Kurrotuain et al. (2024) yang menjelaskan bahwa penerimaan diri merupakan salah satu indikator penting dalam proses pertumbuhan psikologis seseorang setelah mengalami pengalaman yang menyakitkan.

Perjuangan tokoh juga terlihat melalui proses memaafkan dirinya sendiri. Pada beberapa bagian cerita, tokoh digambarkan terus-menerus menyalahkan dirinya atas berbagai peristiwa yang terjadi. Perasaan bersalah tersebut menyebabkan tokoh sulit berkembang karena selalu menganggap dirinya sebagai penyebab dari penderitaan yang dialaminya. Namun, melalui berbagai pengalaman hidup, tokoh mulai memahami bahwa tidak semua peristiwa buruk terjadi akibat kesalahannya sendiri. Kesadaran tersebut perlahan mengurangi rasa bersalah yang selama ini menjadi beban emosional dalam dirinya. Pengarang ingin menunjukkan bahwa memaafkan diri sendiri merupakan bagian penting dari proses penyembuhan trauma. Individu yang mampu menerima kekurangan dan kesalahan dirinya akan memiliki kesempatan lebih besar untuk bangkit dari pengalaman buruk yang pernah dialami.

Selain berdamai dengan dirinya sendiri, tokoh utama juga mulai membangun kembali hubungan sosial dengan orang-orang di sekitarnya. Pada awal cerita tokoh cenderung menutup diri dan menghindari interaksi dengan orang lain. Akan tetapi, setelah mengalami berbagai peristiwa, tokoh mulai membuka diri dan belajar mempercayai orang-orang yang benar-benar peduli terhadap dirinya. Kehadiran keluarga maupun sahabat memberikan dukungan emosional yang sangat berarti dalam proses pemulihan tersebut. Dukungan sosial membuat tokoh merasa tidak lagi menghadapi penderitaannya seorang diri. Temuan ini memperkuat pendapat Rahma et al. (2024) yang menyatakan bahwa lingkungan sosial memiliki peran yang sangat penting dalam membantu individu mengatasi tekanan psikologis akibat pengalaman traumatis.

Pengarang juga menggambarkan bahwa proses penyembuhan tidak selalu berjalan secara lurus. Dalam beberapa bagian cerita, tokoh kembali mengalami ketakutan dan kesedihan ketika menghadapi situasi yang mengingatkannya pada pengalaman masa lalu. Hal tersebut

menunjukkan bahwa proses pemulihan trauma tidak berlangsung secara instan. Seseorang yang telah menunjukkan perkembangan positif tetap memiliki kemungkinan mengalami kemunduran apabila dihadapkan pada pemicu trauma (*trigger*). Gambaran tersebut membuat cerita terasa lebih realistis karena sesuai dengan kondisi yang banyak dialami individu dalam kehidupan nyata. Oleh karena itu, pemulihan trauma harus dipahami sebagai proses yang memerlukan waktu, kesabaran, dan konsistensi.

Perjalanan tokoh utama juga menunjukkan tumbuhnya keberanian dalam menghadapi masa lalu. Jika sebelumnya tokoh selalu berusaha menghindari kenangan buruk, pada bagian akhir cerita ia justru berani menghadapi kenyataan tersebut. Tokoh mulai menyadari bahwa pengalaman traumatis tidak dapat dihapus dari kehidupannya, tetapi dapat dijadikan pelajaran untuk menjadi pribadi yang lebih kuat. Keberanian tersebut menjadi simbol perubahan psikologis yang dialami tokoh. Pengarang ingin menyampaikan bahwa keberanian bukan berarti seseorang tidak lagi memiliki rasa takut, melainkan mampu tetap melangkah meskipun rasa takut tersebut masih ada.

Interpretasi Temuan Penelitian

Berdasarkan hasil analisis, perjuangan tokoh utama dalam mengatasi trauma masa lalu menunjukkan bahwa pengarang menghadirkan konsep *psychological resilience* atau ketahanan psikologis melalui perkembangan karakter tokoh. Ketahanan psikologis merupakan kemampuan individu untuk bangkit kembali setelah mengalami pengalaman hidup yang sulit. Dalam novel ini, ketahanan tersebut terlihat dari kemampuan tokoh untuk menerima masa lalu, memperbaiki hubungan sosial, mengembangkan cara berpikir yang lebih positif, dan menemukan makna baru dalam kehidupannya. Dengan demikian, trauma tidak lagi dipandang sebagai akhir dari kehidupan seseorang, melainkan sebagai pengalaman yang dapat membentuk kedewasaan dan kekuatan mental.

Temuan penelitian ini memperlihatkan adanya persamaan dengan penelitian Prameswari dan Yulianto (2025), yaitu sama-sama menunjukkan bahwa pengalaman traumatis memengaruhi perkembangan kepribadian tokoh. Akan tetapi, penelitian ini memiliki perbedaan karena lebih memfokuskan analisis pada proses pemulihan trauma dibandingkan hanya mendeskripsikan bentuk trauma yang dialami tokoh. Selain itu, penelitian ini juga memperluas pembahasan mengenai peran dukungan sosial dan penerimaan diri dalam proses penyembuhan, sehingga memberikan perspektif baru dalam kajian psikologi sastra.

Hasil penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi sastra, khususnya mengenai representasi trauma dalam novel Indonesia kontemporer. Penelitian ini menunjukkan bahwa karya sastra tidak hanya berfungsi sebagai media hiburan, tetapi juga sebagai media edukasi yang mampu memberikan pemahaman mengenai pentingnya kesehatan mental, penerimaan diri, dan dukungan sosial dalam proses pemulihan trauma. Oleh karena itu, novel Garis Luka di Langit Biru tidak hanya memiliki nilai estetika sebagai karya sastra, tetapi juga memiliki nilai edukatif yang dapat memberikan inspirasi kepada pembaca dalam menghadapi berbagai persoalan kehidupan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa tokoh utama dalam novel Garis Luka di Langit Biru karya Lula Hikmah mengalami trauma masa lalu yang memberikan dampak besar terhadap kondisi psikologis, kepribadian, dan kehidupan sosialnya. Trauma tersebut ditunjukkan melalui munculnya rasa takut yang berlebihan, kecemasan yang berkepanjangan, rendahnya kepercayaan diri, kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial, serta ketidakstabilan emosi akibat kenangan

E-ISSN : 3064-2965
Volume 3 No. 2, November 2026

masa lalu yang terus menghantui kehidupannya. Berbagai bentuk trauma tersebut menunjukkan bahwa pengalaman menyakitkan yang dialami seseorang dapat memengaruhi cara berpikir, bersikap, dan berinteraksi dengan orang lain dalam jangka waktu yang lama.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa proses mengatasi trauma tidak berlangsung secara instan, melainkan melalui tahapan yang panjang dan penuh tantangan. Tokoh utama mampu bangkit secara perlahan melalui proses menerima kenyataan masa lalu, memaafkan dirinya sendiri, membangun kembali hubungan sosial, memperoleh dukungan dari orang-orang di sekitarnya, serta menumbuhkan keberanian untuk menghadapi pengalaman traumatis yang pernah dialaminya. Perjalanan tersebut menggambarkan bahwa proses pemulihan trauma membutuhkan ketahanan psikologis, kesabaran, dan dukungan sosial agar individu mampu keluar dari keterpurukan dan menjalani kehidupan yang lebih baik.

Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi sastra, khususnya mengenai representasi trauma dan proses pemulihan psikologis dalam novel Indonesia kontemporer. Kebaruan penelitian ini terletak pada analisis yang tidak hanya berfokus pada bentuk trauma yang dialami tokoh, tetapi juga mengkaji secara mendalam proses perjuangan tokoh dalam mencapai pemulihan psikologis. Temuan penelitian diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji trauma psikologis dalam karya sastra menggunakan pendekatan psikologi sastra maupun pendekatan interdisipliner lainnya. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pemahaman pembaca mengenai pentingnya penerimaan diri, keberanian, dan dukungan sosial dalam menghadapi pengalaman traumatis sehingga karya sastra dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran sekaligus media refleksi kehidupan.

DAFTAR PUSTAKA

Aurida, I., & Azizan, Y. R. (2026). *Konflik batin tokoh utama dalam novel Rumah untuk Alie karya Lenn Liu: Teori ketahanmalangan Paul G. Stoltz.* BAPALA, 13(1), 111–120.

Corey, G. (2017). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (10th ed.). Cengage Learning.

Damayanti, W. (2021). *Kajian kedidaktisan novel Perempuan Berkalung Sorban karya Abidah El Khalieqi.* Metamorfosis: Jurnal Bahasa, Sastra Indonesia, dan Pengajarannya, 14(1), 53–64.

Ekasani, K. A. (2025). *The use of figurative expression in The Doomsday Conspiracy by Sidney Sheldon.* International Journal of Linguistics, Literature and Culture, 1(1), 24–33.

Endraswara, S. (2013). *Metodologi Penelitian Sastra.* CAPS.

Fadhila, A. N., Subroto, D. E., Agustin, G. L., Awwaliya, M., & Sahlami, N. (2025). *Pengaruh pengalaman traumatis terhadap kesehatan mental siswa kelas VIII MTs Negeri 4 Serang.* Kampus Akademik: Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik, 2(1), 635–644.

Gladding, S. T. (2018). *Counseling: A Comprehensive Profession* (8th ed.). Pearson.

Hidayah, A. N., Malik, A., & Putri, L. D. (2024). *Konsep diri jurnalis perempuan: Studi fenomenologi tentang pengalaman traumatik jurnalis perempuan saat menjalankan profesinya.* Jurnal Komunikatif, 13(1), 1–15.

Hikmah, N., & Ibrahim, N. (2023). *Novel dengan berbagai konflik tokoh utama dan implikasinya terhadap pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA.* Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 9(14), 573–583.

Jessica, & Napitupulu, R. P. A. (2024). *Trauma yang membekas: Pengalaman orang dewasa yang bertahan dari child abuse.* Jurnal Ilmiah Zona Psikologi, 3(1), 140–149.

Kurrotuain, A., Raharjo, R. P., & Ahmadi, A. (2024). *Kajian psikologi humanistik Abraham Maslow pada tokoh dalam novel Garis Waktu karya Fiersa Besari.* Diksatrasia, 8(1), 1–13.

Mardiyah, A., Yuliani, E., Al-Husna, S. N., & Ardana, M. S. (2026). *Trauma psikologis anak binaan akibat pengkhianatan dan respons keluarga pasangan pada kasus asusila di LPKA Kelas I Medan.* Fatih: Journal of Contemporary Research, 3(1), 1–9.

Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2020). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (4th ed.). SAGE Publications.

Nurgiyantoro, B. (2019). *Teori Pengkajian Fiksi.* Gadjah Mada University Press.

Prameswari, S. S., & Yulianto, B. (2025). *Trauma psikologis tokoh utama dalam novel Rumah untuk Alie karya Len Liu: Kajian psikologi sastra.* Jurnal Bahasa dan Sastra Indonesia, 5(2), 435–447.

Prananda, G. (2024). *Psikologi Perkembangan Siswa Sekolah Dasar.* CV Sketsa Media.

Rahdani, D. A., Nissa, R. A., Nurohmah, A., & Hotimah, I. N. (2026). *Mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam novel Garis Luka.* Literature Research Journal, 4(1), 78–90.

Rahma, W. A., Pramujiono, A., & Indayani. (2024). *Nilai moral dan pendidikan dalam novel Tanah Para Bandit karya Tere Liye.* Belajar Bahasa: Jurnal Ilmiah Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, 9(1), 89–102.

Ratna, N. K. (2021). *Teori, Metode, dan Teknik Penelitian Sastra.* Pustaka Pelajar.

Saragih, W. (2024). *Konflik eksternal dan konflik internal tokoh utama dalam novel Posesif karya Lucia Priandarini.* Innovative: Journal of Social Science Research, 4(2), 3877–3886.

Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Edisi 2). Alfabeta.

Wellek, R., & Warren, A. (2016). *Theory of Literature.* Penguin Books.

Zahiroha, L. N., Latif, A., Rois, I. N., & Kurniawan, P. (2025). *Estetika bahasa emotif dan deskriptif sebagai penggerak emosi dalam novel Laut Bercerita.* Jurnal Ilmiah Sarasvati, 7(2), 64–89

E-ISSN : 3064-2965
Volume 3 No. 2, November 2026