

Implementasi Terapi Gestalt dalam Cerpen *Di Sebuah Cafe* Karya AD Donggo

Dwi Susilo Ayuningtyas*¹, Vera Agustiningrum², Eva Dwi Kurniawan³
^{1,2,3}Fakultas Bisnis dan Humaniora, Universitas Teknologi Yogyakarta
dwi.5201211043@student.uty.ac.id¹, vera.5201211026@student.uty.ac.id²,
eva.dwi.kurniawan@staff.uty.ac.id³

Info Artikel

ABSTRAK

Sejarah artikel:

Diterima 13 10, 2023
Direvisi 15 10, 2023
Diterima 15 10, 2023

Kata kunci:

Karya Sastra
Terapi Gestalt
Psikologi Sastra

Penelitian ini akan menungkapkan implementasi terapi gestalt yang terdapat pada karya sastra. Karya sastra yang akan dijadikan sumber penelitian adalah cerpen berjudul *Di Sebuah Kafe* karya AA Danggo. Masalah yang disampaikan adalah bagaimana perilaku dapat terbentuk dari kehadiran masa lalu menurut teori Gestalt yang terdapat pada cerpen *Di Sebuah Kafe* karya AA Danggo. Penelitian ini menggunakan pendekatan psikologi sastra. Metode yang digunakan yakni dengan menganalisis teks cerpen yang memiliki relevansi dengan terapi gestalt. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa terapi *gestalt* dalam aspek unfinished business mampu mengungkapkan dendam tokoh utama dengan berbicara langsung kepada tokoh kedua. Tokoh utama merasa menang karena sudah berhasil mengejek dan menerima masa lalunya.

1. PENDAHULUAN

Manusia bagi Socrates disebut sebagai *zoon politicon* atau hewan yang bermasyarakat, sementara Max Scheller menyebut manusia sebagai *Das Kranke Tier* atau hewan yang sakit yang selalu bermasalah dan gelisah (Drijarkara, 1978: 138). Manusia merupakan makhluk yang sangat menarik, karena kemampuannya dalam berpikir berbeda dengan makhluk hidup lainnya. Perbedaannya terletak pada manusia yang mempunyai akal dan tujuan hidup sementara hewan atau tumbuhan hanya mencari makan.

Persoalan mengenai manusia kerap dijadikan objek penceritaan dalam karya sastra. Hal ini menunjukkan bahwa karya sastra merupakan tiruan atau mimetik dari kehidupan. Karya sastra menurut pandangan strukturalisme adalah sebuah totalitas yang dibangun secara koherensif oleh berbagai unsur pembangunnya. Artinya, di satu pihak struktur karya sastra dapat diartikan sebagai susunan, penegasan, dan gambaran semua bahan dan bagian yang menjadi komponennya yang secara bersama-sama membentuk kebulatan yang indah (Gasong, 2019: 4). Karya sastra merupakan ungkapan pribadi manusia yang berupa pemikiran, ide, perasaan, pengalaman, semangat dan keyakinan dalam suatu bentuk gambaran kehidupan, yang dapat membangkitkan pesona dengan alat bahasa dan dilukiskan dalam bentuk tulisan (Sumardjo & Karnamisatra, 1986: 3). Persoalan manusia dalam karya sastra seperti yang tersajikan di dalam cerpen *Di Sebuah Cafe* karya AA Danggo. Cerpen tersebut mengisahkan tentang pergulatan pemikiran tokoh Iman dan Harun yang berimbas terhadap sikap atau perilaku di antara keduanya.

Masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah bagaimana perilaku dapat terbentuk dari kehadiran masa lalu menurut teori Gestalt yang terdapat pada cerpen *Di Sebuah Kafe* karya AA Danggo. Pendekatan yang akan digunakan untuk menjawab rumusan masalah tersebut menggunakan pendekatan psikologi sastra dan teori gestalt. Teori gestalt menggambarkan proses sudut pandang dengan mengatur elemen-elemen yang memiliki hubungan, pola, atau kesamaan menjadi satu kesatuan. Asumsi dasar terapi gestalt adalah bahwa individu memiliki kemampuan untuk mengatur diri sendiri ketika mereka menyadari apa yang terjadi di dalam dan di sekitar mereka.

Terapi Gestalt adalah pendekatan eksistensial, fenomenologis, dan berbasis proses yang dibuat berdasarkan premis bahwa individu harus dipahami dalam konteks hubungan berkelanjutan mereka dengan lingkungan (Corey, 2010: 212). Terapi gestalt bertujuan untuk membantu seseorang untuk mencapai kesadaran yang lebih utuh. Kesadaran utuh termasuk mengetahui lingkungan, menerima diri sendiri, tahu diri dan mampu melakukan hubungan. Ini adalah kecenderungan umum bagi seseorang untuk menempatkan

energi mereka dalam meratapi kesalahan masa lalu mereka dan merenungkan bagaimana hidup bisa dan seharusnya berbeda atau terlibat dalam resolusi dan rencana tanpa akhir untuk masa depan. Saat seseorang mengarahkan energi mereka menuju apa yang dulu atau apa yang mungkin terjadi atau hidup dalam ingatan tentang masa depan, kekuatan masa kini berkurang.

Terapi Gestalt menyadari bahwa masa lalu akan muncul secara teratur pada saat ini, biasanya karena beberapa kurangnya penyelesaian pengalaman masa lalu itu. Perasaan-perasaan yang tidak dapat diekspresikan pada masa lalu merupakan urusan yang tidak selesai (*unfinished business*) yang dapat menghambat perkembangan subjek saat ini. Badan dan perasaan merupakan indikator yang baik dan bisa dipercaya untuk melihat kondisi psikologis individu (Corey, 2010: 216).

2. METODE

Metode penelitian yang digunakan yaitu analisis deskriptif dengan teknik yang digunakan yaitu baca catat. Teks berupa kalimat atau paragraph yang memiliki relevansi dengan rumusan masalah dicatat untuk dijadikan sebagai data penelitian. Teori kajian yang digunakan adalah teori gestalt yang disampaikan oleh Gerald Corey. Pendekatan yang digunakan menggunakan psikologi sastra. Objek material dalam penelitian ini adalah cerpen *Di Sebuah Café* yang terdapat dalam antologi cerpen berjudul *Antara Masa Lalu dan Tali Leher* karya AA Donggo, terbitan Buku Kompas tahun 2005 pada cetakan pertama. Objek formal dalam penelitian ini adalah implemtasi terapi gesalt.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Cerpen *Di Sebuah Café* karya AD Donggo menceritakan tentang tokoh laki-laki bernama Iman yang bertemu tidak sengaja di sebuah kafe dengan tokoh Harun, yang dahulu merupakan rekan satu kampus. Harun merupakan anggota organisasi mahasiswa yang berasaskan agama, sementara Iman mengikuti organisasi mahasiswa yang berasaskan kebangsaan. Iman dan Harun memiliki perbedaan pendapat dan pandangan terkait kekuasaan.

Masa lalu dalam teori gestalt memiliki pengaruh terhadap perilaku di masa kini. Hal tersebut terlihat dari sikap Harun yang memberikan sambutan kepada Iman ketika bertemu di sebuah kafe. Sambutan yang diberikan Harun tidak lepas dari sikap pelayan yang tidak sopan kepada Iman. Iman dianggap sebagai pengganggu oleh petugas kafe sebab berpakaian seperti seorang gembel. Namun demikian, apa yang dilakukan oleh Harun, masih memberikan pertanyaan di benak Iman. Iman memerlukan jeda waktu untuk mengingat nama seseorang yang ditemuinya di sebuah kafe.

“Aku tercenung beberapa saat. Tiga puluh tahun memang jangka waktu yang cukup lama. Tapi apakah ingatan kepada sesuatu yang pernah terjadi di masa lampau akan hilang ditelan waktu? Tampaknya tidak. Itulah yang terjadi dengan laki-laki di depanku. Dia masih mengetahui namaku sedang aku tidak mengenal dan mengingat siapa dia” (Donggo, 2005: 33).

Setelah tidak ada tanda-tanda bahwa Iman mengenalinya, Harun langsung mengingatkannya dengan memberitahu namanya dan mengingatkan terkait saat menjadi mahasiswa organisasi pada kala itu. Mereka pernah mengalami saling adu pendapat terkait masa kekuasaan saat itu, yang menyebabkan adanya dendam dari Iman kepada Harun karena dia yang mampu memenangkan pendiriannya terkait masalah kekuasaan yang sedang dialami negaranya. Di bawah ini adalah kutipan percakapan antara Iman dan Harun saat Iman mulai membahas permasalahan masa lampau.

“Rezim yang kalian ajarkan tiga puluh tahun yang lalu mengajarkan, tidak menghargai manusia. Manusia direndahkan martabatnya. Orang-orang diculik dan dibunuh. Jiwa manusia tak pernah dihargai,” tegasku. Aku sengaja mengucapkan kata-kata itu untuk memancing reaksi Harun.

“Aku sangka masa lampau itu telah kaulupakan,” kata Harun kemudian.

(Donggo, 2005:36).

Perilaku Iman yang masih membahas permasalahan masa lampau membuat Harun berpikir bahwa tokoh Iman masih menyimpan dendam kepada dirinya terkait permasalahan masa kekuasaan saat itu. Dalam teori gestalt individu yang masih menyimpan persoalan yang belum selesai di masa lalu, akan termanifestasikan kepada perasaan yang tidak terekspresikan seperti dendam, kemarahan, kebencian, rasa sakit, kecemasan, kesedihan, rasa bersalah, dan pengabaian. Hal inilah yang ditunjukkan oleh tokoh Iman yang masih memiliki kekesalan yang mendalam pada tokoh Harun.

Kekesalan tersebut disebabkan oleh kecurigaan tokoh Iman sebab mengetahui keberadaan tokoh Harun di masa lampau. Tokoh Harun menaruh curiga dengan pekerjaan tokoh Iman yang dianggap masih tidak memihak kepada prinsip yang dipegang oleh Iman.

“Itu bukan pekerjaanmu yang sebenarnya,” Harun curiga.

“Kauterus curiga. Aku paham, karena itulah salah satu ajaran rezim yang kaukerjakan, mencurigai semua orang, kemudian membunuh,” aku sedikit emosi.

“Aku tidak di posisi itu,” elak Harun.

“Jangan munafik. Setelah rezim yang kautegakkan runtuh, kaumau cuci tangan. Lalu sekarang kaupura-pura membela aku dari hinaan petugas kafe. Sudahlah, kauperhatikan dirimu. Kalau bukan karena rezim yang kautegakkan, kautidak akan berdasi dan berpakaian rapi menutupbadanmu. Kau kaya karena mendapat kemudahan dari rezim yang kautegakkan. Ketika dulu masih sama-sama mahasiswa, kita sama-sama kere. Aku yakin, kau masih ingat. Aku ingin melupakan semuanya, tapi melihatmu, semua masalah masa lampau bergetar kembali dalam ingatanku. Kenapa tidak, karena kau orang yang paling beringas waktu itu. Kautidak segan-segan menggunakan kekerasan terhadap teman-teman yang tidak sepaham dengan kelompok kalian.

Cara-cara seperti itu terus dipelihara oleh rezim yang kautegakkan,” emosiku makin meluap.

(Donggo, 2005: 37).

Pada akhirnya Iman meluapkan emosinya dengan mengatakan jika bukan karena rezim tersebut Harun tidak akan memiliki kehidupan yang baik dibandingkan dengannya. Sehingga dengan perkataan yang dirasa Harun tidak menyenangkan, dia tanpa menanggapi Iman kembali langsung pergi ke tempat awal di datang. Setelah kejadian tersebut tokoh Iman merasa menang dari tokoh Harun karena berhasil mengejeknya. Dengan begitu kepuasan tokoh Iman dalam menyelesaikan permasalahan masa lampainya hanya ingin egonya tidak kalah kembali dengan Harun. Sehingga dalam cerpen ini bagian yang merupakan *unfinished business* yaitu ketika Harun bertemu Iman yang sudah 30 tahun lalu berpisah dan mengingat kejadian masa lampau mereka yang menyakiti ego Iman karena merasa kalah pendapat dari Harun.

4. KESIMPULAN

Implementasi terapi gestalt dalam konsep terkait urusan yang tak selesai (*unfinished business*) dalam cerpen *Di Sebuah Café* yaitu pada tokoh Iman yang masih memiliki dendam pada tokoh Harun. Oleh karena itu belajar untuk menelaah lagi dengan pelan-pelan memori masa lalu kita. Apa saja yang pernah terjadi ketika itu, serta bagaimana perasaan seseorang dengan setiap detail peristiwa yang telah berlalu tersebut. Seseorang dapat melakukannya dengan cara yang disukai. Setiap manusia pasti memiliki permasalahan dalam kehidupannya masing-masing. Ada yang berusaha untuk menyelesaikannya, namun ada pula yang memilih lari dengan melupakannya. Keduanya memang sering kali terlihat sama yaitu seolah masalah sudah dapat diselesaikan. Ketikaseseorang merasa tidak nyaman saat sebuah peristiwa di masa lalu teringat kembali mungkin masih ada sesuatu yang belum selesai di dalam hidup yang butuh untuk diselesaikan.

REFERENSI

- Astuti, Linda. (2010). *Kajian Psikologis Tokoh Annisa Dalam Novel Perempuan Berkalung Sorban Karya Abidah El Khalieqy*. Nusa Tenggara Barat: Universitas Mataram Repository.
- Corey, Gerald. (2010). *Theory and Practice Of Counseling And Psychotherapy*. USA: Brooks/cole, cengage learning
- Donggo, AD. (2005). *Antara Masa Lalu dan Tali Leher*. Jakarta: PT Kompas Media Nusantara
- Drijarkara. (1978). *Percikan Filsafat*. Semarang: Kanisius.
- Gasong, Dina. (2019). *Apresiasi Sastra Indonesia*. Yogyakarta: DEEPUBLISH
- Sumardjo, Jakob., & Karnamisastra, Saini. (1986). *Apresiasi Kesustraan*. Jakarta: Gramedia
- Widagdho, Diantika. Permatasari. (2003). *Gangguan Kejiwaan Tokoh Nedena Dalam Novel Dadaisme Karya Dewi Sartika*. Semarang: Undip website.