



TRAUMA PSIKOSOSIAL TOKOH UTAMA DALAM MEMOAR BROKEN STRINGS KARYA AURELIE MOEREMANS: KAJIAN PSIKOLOGI TRAUMA

Dafin Firly Althaf¹⁾, Anas Ahmadi²⁾

¹⁾ Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia
Email: dafinalthaf.22020@mhs.unesa.ac.id

²⁾ Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia
Email: anasahmadi@unesa.ac.id

Abstract

This study aims to describe the forms of psychosocial trauma experienced by the main character in the memoir *Broken Strings* by Aurelie Moeremans and to analyze their impact on the character's psychological condition and social life based on Judith Lewis Herman's trauma theory. This research employed a descriptive qualitative approach using the content analysis method. The data consisted of narratives, dialogues, and monologues representing the main character's traumatic experiences. Data were collected through reading and note-taking techniques and analyzed using the Miles and Huberman interactive model, which includes data reduction, data display, and conclusion drawing. The findings reveal that the main character experiences five forms of psychosocial trauma: *intrusion*, *constriction*, *hyperarousal*, *interpersonal disturbance*, and self-blame. These traumatic experiences lead to impaired concentration, decreased self-confidence, negative self-image, difficulties in establishing social relationships, and prolonged fear. Nevertheless, the main character gradually undergoes a recovery process by realizing that the violence experienced was not her fault, enabling her to reconstruct a more positive self-identity. This study confirms that Judith Lewis Herman's trauma theory is highly relevant for examining the representation of psychosocial trauma in contemporary literary works, particularly those depicting manipulative and abusive interpersonal relationships.

Keywords: psychosocial trauma, Judith Lewis Herman, *Broken Strings*.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk trauma psikososial yang dialami tokoh utama dalam memoar *Broken Strings* karya Aurelie Moeremans serta menganalisis dampaknya terhadap kondisi psikologis dan kehidupan sosial berdasarkan teori trauma Judith Lewis Herman. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode analisis isi (*content analysis*). Data penelitian berupa narasi, dialog, dan monolog yang merepresentasikan pengalaman traumatis tokoh utama. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui metode baca dan catat, sedangkan analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan simpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh utama mengalami lima bentuk trauma psikososial, yaitu *intrusion*, *constriction*, *hyperarousal*, gangguan hubungan interpersonal (*interpersonal disturbance*), dan kecenderungan menyalahkan diri sendiri. Trauma tersebut berdampak pada gangguan konsentrasi, menurunnya kepercayaan diri, citra diri yang negatif, kesulitan membangun hubungan sosial, serta munculnya ketakutan yang berkepanjangan. Meskipun demikian, tokoh utama secara bertahap menunjukkan proses pemulihan melalui kesadaran bahwa kekerasan yang dialaminya bukan merupakan kesalahannya, sehingga mampu membangun kembali identitas diri secara lebih positif. Penelitian ini menegaskan bahwa teori trauma Judith Lewis Herman relevan untuk mengungkap representasi trauma psikososial dalam karya sastra kontemporer, khususnya yang mengangkat relasi interpersonal yang manipulatif dan abusif.

Kata Kunci: trauma psikososial, Judith Lewis Herman, *Broken Strings*.



PENDAHULUAN

Isu kesehatan mental menjadi perhatian penting dalam kajian sastra kontemporer karena karya sastra mampu merepresentasikan pengalaman psikologis manusia secara mendalam. Salah satu persoalan yang banyak muncul ialah trauma psikososial yang berkembang akibat hubungan interpersonal yang manipulatif, kekerasan emosional, serta tekanan sosial yang berlangsung dalam waktu lama. Trauma semacam ini tidak hanya memengaruhi kondisi psikologis individu, tetapi juga membentuk cara berpikir, perilaku, identitas diri, dan kemampuan menjalin hubungan sosial. Dalam konteks tersebut, memoar *Broken Strings* karya Aurelie Moeremans menghadirkan representasi pengalaman traumatis tokoh utama yang mengalami relasi abusif sehingga menarik dikaji melalui perspektif psikologi trauma.

Beberapa penelitian sebelumnya telah mengkaji *Broken Strings* dari perspektif yang berbeda. Fawziyyah dan Fuadiyah (2026) menelaah representasi trauma melalui aspek kebahasaan menggunakan pendekatan psikolinguistik, sedangkan Latumeten dan Janah (2026) memusatkan perhatian pada kekerasan berbasis gender dan proses pemulihan korban melalui perspektif feminisme. Penelitian lain mengenai trauma dalam karya sastra juga telah dilakukan, tetapi sebagian besar menggunakan teori Freud, DSM-V, atau behaviorisme Skinner sehingga belum secara khusus mengulas trauma psikososial menggunakan teori trauma Judith Lewis Herman. Kondisi tersebut menunjukkan masih adanya ruang penelitian mengenai trauma psikososial yang terbentuk melalui relasi manipulatif dan tekanan sosial dalam karya sastra kontemporer Indonesia.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan mendeskripsikan bentuk trauma psikososial yang dialami tokoh utama dalam memoar *Broken Strings* serta menganalisis dampaknya terhadap kondisi psikologis dan kehidupan sosial tokoh berdasarkan teori trauma Judith Lewis Herman. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi sastra, khususnya mengenai representasi trauma psikososial dalam sastra kontemporer

Indonesia, sekaligus memberikan pemahaman mengenai pengaruh relasi interpersonal yang manipulatif terhadap pembentukan trauma dan proses pemulihan individu.

TINJAUAN PUSTAKA

Kajian mengenai trauma dalam karya sastra telah banyak dilakukan dengan berbagai pendekatan. Penelitian Fawziyyah dan Fuadiyah (2026) mengkaji *Broken Strings* melalui pendekatan psikolinguistik dan menunjukkan bahwa pilihan diksi, pola narasi, serta ekspresi emosional tokoh merepresentasikan pengalaman trauma secara mendalam. Sementara itu, Latumeten dan Janah (2026) menyoroti kekerasan berbasis gender serta proses pemulihan tokoh melalui perspektif feminisme. Di sisi lain, penelitian mengenai trauma dalam karya sastra Indonesia umumnya berfokus pada trauma akibat kekerasan keluarga, kehilangan, maupun tekanan psikologis dengan menggunakan teori psikoanalisis Freud, DSM-V, atau behaviorisme Skinner.

Meskipun demikian, penelitian-penelitian tersebut belum secara khusus mengkaji trauma psikososial sebagai dampak dari relasi interpersonal yang manipulatif, kontrol emosional, ancaman psikologis, serta kekerasan yang berlangsung secara berulang. Selain itu, penggunaan teori trauma Judith Lewis Herman dalam kajian sastra kontemporer Indonesia, khususnya terhadap memoar *Broken Strings*, masih relatif terbatas. Dengan demikian, masih terdapat celah penelitian mengenai bagaimana pengalaman traumatis memengaruhi kondisi psikologis sekaligus kehidupan sosial tokoh secara menyeluruh.

Kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada penggunaan teori trauma Judith Lewis Herman untuk menganalisis trauma psikososial tokoh utama dalam memoar *Broken Strings*. Penelitian ini tidak hanya mengidentifikasi bentuk-bentuk trauma, tetapi juga menjelaskan hubungan antara relasi manipulatif, tekanan sosial, dan dampaknya terhadap identitas diri, relasi interpersonal, serta proses pemulihan tokoh. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi sastra, khususnya dalam



memahami representasi trauma psikososial pada karya sastra kontemporer Indonesia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode analisis isi (*content analysis*). Objek material penelitian adalah memoar *Broken Strings* karya Aurelie Moeremans, sedangkan objek formalnya berupa trauma psikososial yang dialami tokoh utama. Data penelitian berupa narasi, dialog, dan monolog yang merepresentasikan pengalaman traumatis tokoh utama. Pengumpulan data dilakukan melalui teknik baca dan catat dengan memilih data yang relevan sesuai fokus penelitian.

Analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan simpulan. Seluruh data dianalisis menggunakan teori trauma Judith Lewis Herman untuk mengidentifikasi bentuk trauma psikososial serta dampaknya terhadap kondisi psikologis dan kehidupan sosial tokoh utama. Keabsahan data dilakukan melalui ketekunan pengamatan, kecukupan referensi, dan triangulasi teori sehingga interpretasi yang dihasilkan memiliki dasar akademik yang kuat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bentuk Trauma Psikososial Tokoh Utama

Analisis menunjukkan bahwa tokoh utama dalam memoar *Broken Strings* mengalami trauma psikososial sebagai akibat hubungan interpersonal yang manipulatif, penuh kontrol, kekerasan psikologis, dan kekerasan seksual yang dilakukan oleh Bobby. Berdasarkan teori trauma Judith Lewis Herman, trauma yang dialami tokoh utama diwujudkan dalam lima bentuk utama, yaitu *intrusion*, *constriction*, *hyperarousal*, gangguan hubungan interpersonal (*interpersonal disturbance*), dan kecenderungan menyalahkan diri sendiri. Kelima bentuk tersebut muncul secara bertahap seiring meningkatnya intensitas kekerasan yang dialami tokoh selama menjalani hubungan tersebut.

Bentuk pertama adalah *intrusion* atau munculnya kembali pengalaman traumatis secara berulang. Tokoh utama terus dibayangi rasa takut terhadap ancaman, kekerasan, dan manipulasi yang pernah dialaminya. Pengalaman tersebut tidak berhenti ketika peristiwa berlangsung, tetapi terus muncul dalam ingatan sehingga memengaruhi kondisi emosional dan cara tokoh memandang dirinya maupun lingkungan sekitarnya. Trauma tidak lagi menjadi pengalaman sesaat, melainkan berubah menjadi ketakutan yang terus mengikuti kehidupan tokoh.

Bentuk ketiga ialah *hyperarousal*, yaitu munculnya kecemasan dan kewaspadaan yang berlebihan. Tokoh utama hidup dalam keadaan selalu merasa terancam sehingga terus mengantisipasi kemungkinan terjadinya kekerasan berikutnya. Rasa aman yang seharusnya dimiliki dalam hubungan interpersonal berubah menjadi ketakutan yang berlangsung terus-menerus. Akibatnya, tokoh mengalami kesulitan untuk merasa tenang bahkan ketika ancaman tidak sedang terjadi.

Selain itu, penelitian menemukan adanya gangguan hubungan interpersonal (*interpersonal disturbance*). Trauma menyebabkan tokoh mengalami kesulitan mempercayai orang lain, menarik diri dari lingkungan sosial, serta kehilangan rasa aman dalam menjalin hubungan. Pengalaman manipulasi dan kekerasan membuat interaksi sosial tidak lagi dipandang sebagai ruang yang aman, melainkan sebagai sesuatu yang berpotensi menghadirkan ancaman baru.

Bentuk trauma terakhir ialah kecenderungan menyalahkan diri sendiri. Tokoh utama berkali-kali menganggap dirinya sebagai penyebab kekerasan yang dialami. Pola pikir tersebut merupakan hasil manipulasi psikologis yang dilakukan pelaku secara terus-menerus sehingga korban kehilangan kemampuan melihat situasi secara objektif. Akibatnya, korban lebih mudah menerima kesalahan sebagai bagian dari dirinya dibanding menyadari bahwa kekerasan berasal dari tindakan pelaku. Temuan ini memperlihatkan bahwa trauma psikososial tidak hanya



memengaruhi kondisi emosional, tetapi juga membentuk cara individu menilai identitas dirinya sendiri.

Dampak Trauma Psikososial terhadap Kondisi Psikologis Tokoh Utama

Trauma psikososial yang dialami tokoh utama memberikan dampak yang luas terhadap kehidupan psikologis maupun sosialnya. Dampak pertama terlihat pada gangguan konsentrasi. Pengalaman traumatis menyebabkan tokoh sulit memusatkan perhatian karena pikirannya terus dipenuhi rasa takut, kecemasan, dan ingatan terhadap berbagai bentuk kekerasan yang pernah dialami. Kondisi tersebut memengaruhi aktivitas sehari-hari serta kemampuan tokoh menjalankan pekerjaannya secara optimal.

Dampak berikutnya adalah menurunnya kepercayaan diri dan citra diri. Manipulasi emosional yang berlangsung terus-menerus membuat tokoh memandang dirinya sebagai pribadi yang tidak berharga. Penilaian negatif tersebut berkembang menjadi hilangnya rasa percaya terhadap kemampuan diri sendiri sehingga tokoh semakin bergantung pada pelaku dalam mengambil keputusan.

Trauma juga berdampak pada kehidupan sosial tokoh. Hubungan dengan lingkungan sekitar menjadi semakin terbatas karena tokoh mengalami kesulitan mempercayai orang lain. Pengalaman kekerasan membuatnya menarik diri dari interaksi sosial dan kehilangan rasa aman dalam membangun relasi baru. Isolasi sosial tersebut memperkuat kondisi psikologis yang telah mengalami tekanan akibat trauma.

Selain itu, penelitian menemukan adanya ketakutan berkepanjangan yang tetap muncul meskipun hubungan dengan pelaku telah berakhir. Trauma membuat tokoh terus berada dalam kondisi waspada sehingga membutuhkan waktu yang panjang untuk kembali merasa aman. Kondisi ini menunjukkan bahwa dampak trauma interpersonal tidak berhenti ketika kekerasan selesai, tetapi tetap memengaruhi kehidupan korban dalam jangka panjang.

Meskipun mengalami berbagai dampak tersebut, tokoh utama menunjukkan proses pemulihan. Tokoh mulai

memahami bahwa kekerasan yang dialaminya bukan merupakan kesalahannya, melainkan akibat relasi yang manipulatif dan tidak sehat. Kesadaran tersebut menjadi awal rekonstruksi identitas diri serta upaya membangun kembali kehidupan secara lebih mandiri. Dengan demikian, penelitian ini memperlihatkan bahwa proses pemulihan tidak berarti menghapus pengalaman traumatis, tetapi mengembangkan kemampuan untuk memaknai pengalaman tersebut sebagai bagian dari perjalanan hidup tanpa terus dikuasai oleh trauma. Temuan ini memperkuat teori Judith Lewis Herman yang menyatakan bahwa trauma interpersonal memengaruhi kondisi psikologis, hubungan sosial, serta proses pembentukan kembali identitas korban setelah mengalami kekerasan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa tokoh utama dalam memoar *Broken Strings* karya Aurelie Moeremans mengalami trauma psikososial sebagai akibat hubungan interpersonal yang manipulatif, penuh kontrol, serta disertai kekerasan psikologis dan seksual. Berdasarkan teori trauma Judith Lewis Herman, trauma tersebut direpresentasikan dalam lima bentuk, yaitu *intrusion*, *constriction*, *hyperarousal*, gangguan hubungan interpersonal (*disturbance in relationship*), dan kecenderungan menyalahkan diri sendiri. Kelima bentuk trauma tersebut memperlihatkan bahwa pengalaman kekerasan tidak hanya menimbulkan luka emosional, tetapi juga mengubah cara tokoh memandang dirinya, orang lain, dan lingkungan sosialnya.

Trauma yang dialami tokoh utama berdampak pada berbagai aspek kehidupan, meliputi gangguan konsentrasi, menurunnya kepercayaan diri, citra diri yang negatif, terbatasnya hubungan sosial, munculnya ketakutan yang berkepanjangan, serta hilangnya otonomi dalam mengambil keputusan. Meskipun demikian, tokoh utama secara bertahap mampu membangun proses pemulihan dengan menyadari bahwa kekerasan yang dialaminya bukan merupakan kesalahannya. Kesadaran tersebut menjadi titik awal rekonstruksi identitas diri sehingga tokoh mampu memaknai pengalaman traumatis sebagai pembelajaran



hidup. Temuan ini menegaskan bahwa teori trauma Judith Lewis Herman relevan untuk menjelaskan dinamika trauma psikososial dalam karya sastra kontemporer, khususnya yang mengangkat persoalan relasi interpersonal yang abusif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Anas. (2015). *Psikologi sastra*. Surabaya: Unesa University Press.
- Arthamevia, K. A., Rachmawati, K., & Pauji, D. R. (2026). PEMBENTUKAN TRAUMA TOKOH UTAMA DALAM NOVEL AKU TAK MEMBENCI HUJAN; PSIKOLOGI SASTRA. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Bahasa Indonesia*, 15(1), 72-84.
- Chamalah, E., & Nuryyati, R. (2023). Kepribadian Anak dalam Novel Sesuk Karya Tere Liye: Analisis Psikologi Sastra Sigmund Freud. *Jurnal Sastra Indonesia*, 12(2), 138-147.
- Creswell, J. W. (2022). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (6th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Damariswara, R., & Jadmiko, R. S. (2024). Analisis Nilai Perjuangan Tokoh Zainuddin dalam Novel *Buya Hamka* Tenggelmnya Kapal Van Der Wijck. *Stilistika: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra*, 17(2), 265–276.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2023). *The Sage handbook of qualitative research* (6th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Fadillah, Z. I. (2024). *Pentingnya kesehatan mental karyawan di tempat kerja terhadap kinerja karyawan*. 2(2).
- Fawziyyah, S., & Fuadiyah, S. (2026). Bahasa sebagai Representasi Trauma dalam Memoar Broken Strings Karya Aurelie Moeremans: Kajian Psikolinguistik. *JOURNAL OF SCIENCE AND SOCIAL RESEARCH*, 9(2), 2305-2311.
- Haq, I. A., Rohanda, R., & Ramadhan, G. (2025). FENOMENA RASISME TERHADAP ETNIS TIONGHOA PADA MEMOAR NGENEST KARYA ERNEST PRAKASA: STRUKTUALISME GENETIK LUCIEN GOLDMANN. *Pena Literasi: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 8(1), 71-83.
- Harusu, C. F., Nurlailatul Qadriani, & Nurmin Suryati. (2024). *Jurnal Penelitian Bahasa dan Sastra*. 2(3025).
- Herman, J. L. (1992). *Trauma and recovery: The aftermath of violence from domestic abuse to political terror*. New York: Basic Books.
- Isabillah, N., & Hikam, M. A. (2025). Analisis gaya bahasa dalam novel *Hujan* karya Tere Liye: Kajian stilistika. *Jurnal Bahasa dan Sastra Indonesia*, 12(1), 45–58.
- Khansa, R. M., & Ahmadi, A. (2024). BENTUK TRAUMA DAN RESPONS TRAUMA TOKOH KINA DALAM NOVEL HALAQAH CINTA KARYA LIN AIKO. 11.
- Latumeten, A. A. T., & Janah, U. (2026). WRITE TO HEAL: GENDER-BASED VIOLENCE AND RECOVERY WITHOUT ACCOUNTABILITY IN AURÉLIE MOEREMANS' MEMOIR *BROKEN STRINGS*. *Prologue: Journal on Language and Literature*, 12(1), 127-150.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2022). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Mustofa, M. Z., Sholehuddin, M., & Udin, S. (2025, May). Karakter tokoh dan nilai pendidikan karakter novel *Ikhlas Paling Serious* karya Fajar Sulaiman: Kajian psikologi sastra. In *Dalam Prosiding Seminar Nasional Inovasi Pendidikan dan Pembelajaran* (Vol. 1, No. 1, pp. 1225-1231).
- Nastiti, M. F., & Hanif, M. (2024). PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM Mendukung PEMULIHAN SISWA YANG Mengalami TRAUMA PSIKOLOGIS. 2(3).
- Nita Nurhayati, Nurfazria Legiawati, De San San Nurhayati, Jelita Maulida Nurhamidah, Khopipah Alfilani, Ifah Afivah, Via Anggita, & Muhammad Hanif Hukama. (2024). Analisis Novel "Tenggelmnya Kapal Van Der Wijck" Karya Hamka Menggunakan Pendekatan Psikologi. *Pragmatik* :



- Jurnal Rumpun Ilmu Bahasa dan Pendidikan*, 2(3), 168–177.
- Rahmasari, D. (2024). *ANALISIS BENTUK TRAUMA TOKOH UTAMA DALAM NOVEL EGOSENTRIS KARYA SYAHID MUHAMMAD: KAJIAN PSIKOLOGI SASTRA (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS JAMBI)*.
- Rizal, M. A. S. (2024). *Memperkuat Kesejahteraan Mental Melalui Sastra: Sebuah Tinjauan Literatur*. 4.
- Stea, T., Bonsaksen, T., Smith, P., dkk. (2024). *Are social pressure, bullying and low social support associated with depressive symptoms, self-harm and self-directed violence among adolescents? BMC Psychiatry*, 24(239).
- Suleko, S. M., Daud, R. T., Kumay, A., Mantulangi, F. P., & Dama, Y. (2026). *Luka Psikologis Tokoh Bendung dalam Novel Boy Candra Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud*. 3(1).
- Uroidli, A., Prayoga, S., Khotimah, S. K., & Surabaya, U. S. A. (2024). *ANALISIS FAKTOR PENYEBAB STRES AKADEMIK MAHASISWA TINGKAT AKHIR DAN UPAYA MENGATASINYA PERSPEKTIF TEORI PSIKOSOSIAL ERIC ERIKSON*. 8(1).
- van der Kolk, B. (2024). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. New York: Penguin Books.
- Wellek, Rene, & Warren, Austin. (1949). *Theory of literature*. New York: Harcourt Brace.
- Wijayanti, D., Suendarti, M. (2018). *Pengaruh Ketahananmalangan dan Kreativitas Belajar terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika*. (Vol. 1, No. 3, pp. 242-250).