



Bentuk Gejala Tokoh Obsesif-Kompulsif dalam Novel *Aroma Karsa* Karya Dewi Lestari

Sultoni Rijalur Rachman¹, Ninda Almaidatul Jannah²
Universitas Negeri Malang
sulton.rachman21@gmail.com¹, nindaalma986@gmail.com²

DOI: <https://doi.org/10.32528/bb.v7i1.15>

First received: 08-01-2022

Final proof received: 31-03-2022

ABSTRAK

Penelitian ini mendeskripsikan bentuk gejala gangguan obsesif-kompulsif yang diderita tokoh Jati. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian psikologi sastra. Data penelitian berupa bagian-bagian teks berisi penggalan cerita dengan sumber data dari novel *Aroma Karsa* karya Dewi Lestari. Berdasarkan analisis data, ditemukan gejala obsesif-kompulsif tokoh memiliki ciri khas terhadap aroma yang sesuai dengan tipe *checking* dan *hoarding*. Pada tipe *checking*, Jati wujudkan dalam bentuk tindakan membaui aroma yang ditemui dan dari benda-benda yang disimpan. Pada tipe *hoarding*, Jati wujudkan dalam bentuk tindakan menghalusinasi dan menuliskan kesan-kesan aroma yang tercium. Seluruh tindakan tersebut didasarkan atas naluri dan dorongan ingin tahu. Jati tidak pernah terbuka dan selalu mengisolasi diri atas perilakunya yang abnormal. Hal ini membuatnya tidak menyadari akan gangguan obsesif-kompulsif yang diderita. Tokoh lain akhirnya tidak dapat memahami Jati.

Kata kunci: Gangguan Obsesif-Kompulsif; Novel *Aroma Karsa*

ABSTRACT

This study described the form of obsessive-compulsive disorder symptoms suffered by the Jati character. This study used a qualitative approach to the type of literary psychology research. The research data was in the form of text sections containing fragments of stories with data sources from the *Aroma Karsa* by Dewi Lestari's novel. Based on data analysis, it was found that the character's obsessive-compulsive symptoms have a characteristic of aroma that is in accordance with the type of checking and hoarding. On the *checking* type, Jati actualized in the form of an act of smelling a pleasant aroma found and from objects that are stored. On the *hoarding* type, Jati actualized in the form of the act of hallucinating and writing down the impressions of smells. The whole action is based on instinct and curiosity. Jati never opens up and always isolates himself for his abnormal behavior. This makes his unaware of obsessive-compulsive disorder. The other characters are finally unable to understand Jati.

Keywords: Obsessive-Compulsive Disorder; *Aroma Karsa* Novel

1. PENDAHULUAN

Fenomena obsesif-kompulsif atau disebut sebagai *Obsessive-Compulsive Disorder* (OCD) digolongkan dalam kajian psikologi abnormal. Hal tersebut merupakan salah satu dari gangguan kejiwaan yang terjadi hanya pada sebagian kepribadian seseorang. Perilaku abnormal umumnya dianggap sebagai perilaku menyimpang karena berbeda dengan perilaku kebanyakan orang (Gea, 2013). Orang yang mengalami OCD masih dapat melakukan aktivitas sosial. Namun, penderita OCD lebih dikenal dengan sifat yang tidak toleran, sangat tertutup, tidak suka humor, lebih sensitif, dan sulit untuk berteman (Amdan, Yudha, & Aristi, 2012). Oleh karena itu, kepribadian dan interaksi penderita OCD termasuk unik dan berbeda dengan orang normal.

Gangguan obsesif-kompulsif atau merupakan bagian dari klasifikasi gangguan kecemasan. Menurut Amdan, Yudha, & Nindi (2012), OCD adalah gangguan kejiwaan yang merupakan gabungan dari dua sikap utama, yakni obsesif dan kompulsif. Kedua hal tersebut merupakan perilaku yang secara berulang-ulang akan muncul. Obsesif adalah suatu khayalan, gagasan, dorongan yang berulang, tidak diinginkan, dan mengganggu yang tampaknya terlihat konyol, aneh bahkan menakutkan. Sedangkan kompulsif adalah suatu desakan atau paksaan untuk melakukan sesuatu yang dapat meringankan rasa tidak nyaman akibat obsesi. (Widiastuti, 2014).

Setiap penderita OCD memiliki jenis gejala yang berbeda-beda. Secara umum OCD dibagi menjadi empat tipe yang didasari atas obsesi dan tindakan dari penderita (Ikhsan, Nurhayati, & Windarto, 2019). Tipe tersebut meliputi (1) tipe *checking* ditandai dengan memeriksa keadaan dari suatu benda secara berulang-ulang, (2) tipe *washing* ditandai dengan membersihkan diri dan lingkungannya secara berlebihan, (3) tipe *hoarding* ditandai dengan mengumpulkan dan menyimpan barang yang dimiliki, dan tipe (4) *symmetry orderliness* ditandai dengan mengatur posisi dari suatu benda hingga urut, sejajar, dan simetris.

Permasalahan yang terkait OCD rata-rata diakibatkan oleh tekanan yang terjadi dalam hidup. Kemunculan gangguan kepribadian tersebut berawal dari *stress*. Terdapat sepuluh peristiwa kehidupan yang dapat memicu terjadinya stres, yaitu mulai dari kematian pasangan, kehilangan anggota keluarga, masalah keuangan, pertengkaran dalam keluarga, perceraian, tunawisma, pengangguran, anggota keluarga yang tiba-tiba mencoba bunuh diri, terpenjara, dan anggota keluarga yang menderita sakit. (Spurgeon, Jackson, & Beach, 2001). Melalui stres yang dialami secara terus menerus mengakibatkan mental tidak terkontrol dan pikiran terganggu. Oleh karena itu, individu yang mengalami stres rentan untuk terkena gangguan kepribadian OCD.

Sindrom OCD walau termasuk gangguan jiwa pada taraf yang ringan, namun riset menunjukkan banyak masyarakat yang mengidap gangguan tersebut. Perlu adanya perhatian yang lebih mendalam mengenai OCD. Riset yang dilakukan oleh Fyer, dkk membuktikan bahwa OCD merupakan sebuah gangguan mental yang terjadi 1—3% dari populasi manusia selama setahun (Fyer, Lisitz, Manunuzza, & Aronowitz, 2005). Menurut Bebbington dalam (Nuttin, et al., 2003), prevalensi manusia mengidap OCD di dunia berkisar antara 2—3%. Menurut Flament dalam (Abramowitz, Whiteside, & Deacon, 2005), gangguan ini rata-rata terjadi pada 2—3% orang dewasa, dan 1% pada

anak-anak maupun remaja. Setengah dari para penderita sulit untuk disembuhkan dan kebanyakan menderita berbagai macam kesulitan.

Novel *Aroma Karsa* karya Dewi Lestari merupakan karya sastra yang di dalamnya berisi perilaku tokoh obsesif-kompulsif yang kemudian dapat dibedah menggunakan kajian psikologi sastra. Pendekatan psikologis lebih ditekankan pada telaah penokohan atau perwatakan dalam karya sastra (Minderop, 2016). Hal ini dibuktikan dengan fokus cerita yang lebih membahas mengenai perilaku tokoh Jati yang abnormal. Dewi Lestari menggambarkan bagaimana perilaku tokoh Jati yang terobsesi secara berlebihan terhadap aroma. Perilaku tersebut ditunjukkan dengan kebiasaan-kebiasaan aneh dalam menikmati dan membuat suatu aroma.

Novel *Aroma Karsa* bercerita tentang pencarian Puspa Karsa, tanaman legendaris dari dongeng peninggalan kerajaan Majapahit. Tanaman tersebut dipercaya dapat mengabulkan segala permohonan dan lokasinya hanya dapat diidentifikasi oleh aroma. Tokoh Jati yang dijuluki sebagai “hidung tikus” memiliki kemampuan penciuman yang tajam, dipercaya untuk melakukan ekspedisi pencarian Puspa Karsa. Melalui ekspedisi tersebut, berbagai misteri mulai terkuak. Tentang jati diri Jati yang memiliki obsesi berlebihan terhadap aroma, hubungan orang-orang terdekat Jati, hingga sosok sebenarnya dari Aroma Karsa.

Terdapat penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini. Penelitian tersebut dilakukan oleh Widiastuti (2014) dengan berjudul *Gangguan Obsesif Kompulsif Tokoh Nikha Dalam Novel Sekotak Kertas Karya Narnie January: Pendekatan Psikologi Kepribadian*. Penelitian terdahulu dengan penelitian ini sama-sama membahas tokoh obsesif-kompulsif. Kebaruan penelitian ini dengan penelitian terdahulu terletak pada pembahasan secara mendalam gangguan obsesif-kompulsif. Penelitian ini lebih fokus membahas bukan hanya gejala, melainkan mengelompokkan gangguan obsesif-kompulsif berdasarkan jenis, tipe, dan ciri khas.

Penelitian ini penting untuk dilakukan karena isu mengenai perilaku seseorang yang menderita obsesif-kompulsif memiliki gejala dan tipe yang berbeda-beda. Berdasarkan paparan tersebut, dilakukan sebuah penelitian mengenai bentuk gejala tokoh obsesif-kompulsif dalam novel *Aroma Karsa* karya Dewi Lestari.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan jenis penelitian psikologi sastra. Psikologi sastra dipilih karena penelitian ini fokus mengkaji perilaku tokoh yang berperan dalam karya sastra. Untuk memperdalam analisis digunakan teori psikologi abnormal sebagai teori penunjang. Data penelitian berupa bagian-bagian teks yang berisi penggalan cerita dengan sumber data dari novel *Aroma Karsa* karya Dewi Lestari. Instrumen kunci penelitian ini adalah peneliti sendiri. Penafsiran teks dilakukan dengan logika pemahaman dan kemampuan interpretatif. Instrumen pengamatan dan analisis data berdasarkan fokus penelitian bentuk gejala tokoh obsesif-kompulsif.

Terdapat lima tahapan pengumpulan data penelitian ini. Teknik utama yang dilakukan meliputi (1) membaca novel *Aroma Karsa* karya Dewi Lestari secara berulang-ulang, (2) mengidentifikasi unit-unit teks dalam novel *Aroma Karsa* karya

Dewi Lestari sesuai dengan aspek yang diteliti dan indikatornya masing-masing dengan mengacu pada fokus penelitian, (3) menandai data yang telah ditemukan sesuai dengan kategorisasi aspek dan indikator, (4) memberikan kode pada setiap data yang ditemukan sesuai dengan kategorisasi aspek dan indikator, dan (5) jika data belum memadai kembali ke tahap pertama. Terdapat enam tahapan yang digunakan untuk menganalisis data penelitian ini. Tahapan tersebut meliputi (1) klasifikasi data, (2) sajian data, (3) deskripsi data, (4) interpretasi data, (5) verifikasi data, dan (6) jika analisis data belum memadai kembali ke tahap pertama.

Pengecekan keabsahan data penelitian ini menggunakan uji kredibilitas. Uji kredibilitas dipilih karena untuk memastikan data dapat dipercaya dan sesuai dengan aspek dan indikator penelitian. Selain uji kredibilitas, pengecekan keabsahan data penelitian ini menggunakan ketekunan pengamatan. Ketekunan pengamatan dipilih karena untuk memastikan data dengan akurat.

3. PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini mendeskripsikan tentang temuan penelitian mengenai bentuk gejala tokoh Jati sebagai penderita obsesif-kompulsif dalam novel *Aroma Karsa*. Penelitian ini menemukan gejala obsesif-kompulsif Jati masuk dalam kategori tipe *checking* dan tipe *hoarding*. Kedua tipe tersebut dipaparkan melalui tabel berikut.

Tabel 1: Gejala Obsesif-Kompulsif Jati.

No.	Tipe <i>Checking</i>	Tipe <i>Hoarding</i>
1.	Membraui segala aroma yang ditemui	Menghalusinasikan kesan-kesan aroma yang tercium
2.	Membraui perubahan aroma dari benda-benda yang disimpan	Menuliskan kesan-kesan aroma yang tercium

Berdasarkan pada hasil temuan, bagian pembahasan mengenai gejala obsesif-kompulsif Jati dibagi menjadi dua bagian, yaitu tipe *checking* dan tipe *hoarding*. Kedua pembahasan tersebut disajikan sebagai berikut.

a. Tipe *Checking*

Salah satu jenis gejala yang dialami oleh tokoh OCD adalah *tipe checking*. Jenis ini ditunjukkan dengan obsesi tokoh untuk selalu memeriksa keadaan dari suatu benda atau objek secara berulang-ulang. Berdasarkan novel *Aroma Karsa*, tokoh Jati hadir sebagai seseorang yang menderita OCD dengan tipe ini. Tokoh tersebut memiliki gejala memeriksa keadaan atau suatu hal dengan membaui secara berulang dan membaui perubahan aroma dari benda-benda yang disimpan. Hal tersebut dapat dilihat dari data berikut.

- (1) “Lebih jauh dari itu, ke kebun-kebun kecil yang berbatasan dengan area TPA, **Jati mengendus buah-buah masih hijau dan mengeluarkan aroma pati getir, kotoran codot yang menempel di kulit buah mangga mengkal,**

rumpun kemangi yang bergesek dan menebarkan tipis aroma sitral, wangi bunga pepaya jantan yang jika malam-malam begini sering disangka orang sebagai wangi kantil dan cepat-cepat mereka pergi sambil mengumamkan doa karena menyangka ada kuntilanak.” (Aroma Karsa, 2018:95)

Pada data (1) menjelaskan mengenai lingkungan sekitar yang memancarkan sebuah aroma yang berbeda-beda. Aroma terbentuk dari kandungan yang dimiliki oleh setiap makhluk hidup ataupun sebuah benda mati. Individu normal hanya dapat mencium aroma yang benar-benar pekat baginya. Individu dikatakan normal secara relatif dekat sekali dengan integrasi jasmaniah maupun rohaniah yang ideal, secara psikis dan mental kurang lebih stabil sifatnya, tidak banyak memendam konflik-konflik batin dalam dirinya, bersifat tenang, dan jasmaniahnya sehat selalu. (Kartono, 1989). Secara jasmaniah, individu normal harusnya hanya dapat mencium aroma yang benar-benar busuk atau aroma yang benar-benar wangi. Pada data di atas menunjukkan bahwa Jati dapat membaui apa saja dan dapat mengerti aroma yang terkandung di dalamnya. Bahkan, Jati dapat mengetahui lokasi sumber aroma tersebut hanya dengan membauihnya saja. Perilaku Jati ini menyimpang dan dikategorikan masuk dalam individu abnormal. Hal tersebut selaras dengan Weiten yang mengungkapkan bahwa penyimpangan (*deviance*) adalah salah satu karakteristik individu abnormal karena berbeda dengan anggapan masyarakat pada umumnya (Weiten, 2002).

Berdasarkan data (1) menunjukkan kebiasaan aneh Jati yang dapat dikategorikan sebagai bagian dari tipe *checking*. Bentuk gejala obsesif-kompulsif Jati masuk dalam tipe *checking* karena Jati selalu memeriksa suatu hal walau dengan indra penciuman. Hal tersebut selaras dengan opini Durand dan Barlow yang mengungkapkan bahwa kompulsif dimaknai sebagai suatu perilaku atau tindakan mental yang dilakukan secara berulang-ulang, ritualistik, dan menyita banyak waktu yang dilakukan oleh penderita karena merasa terdorong untuk melakukannya (Durand & Barlow, 2006). Sikap kompulsif Jati ditandai dengan perilaku membaui suatu aroma yang ada di sekitarnya. Hal ini dilakukan secara berulang hingga menjadi kebiasaan.

Perilaku Jati dalam membaui segala aroma yang ditemui merupakan tindakan yang dilakukan secara tidak sadar. Hal tersebut terjadi karena dorongan insting/naluri yang dimiliki. Dorongan insting/naluri bekerja secara otomatis melalui saraf olfaktori. Saraf yang dimiliki Jati berbeda dari kebanyakan individu lainnya. Saraf tersebut sangat peka, bekerja dengan cepat sehingga menjadi dorongan yang kuat. Jadi, Jati merasa terdorong untuk melakukan ritual berupa tindakan membaui segala aroma di sekitar.

Jati tergolong menderita gangguan obsesif-kompulsif karena perilaku yang ditunjukkan tergolong dalam tipe *checking*. Perilaku Jati dalam membaui seluruh aroma yang ada di sekitar hanya dilakukan oleh Jati. Tidak pernah Jati menyuruh ataupun memaksa tokoh lain untuk melakukannya juga. Individu yang mengalami obsesif-kompulsif diketahui sering menyembunyikan gejala yang dialami. Hal tersebut terjadi karena mereka merasa malu sehingga menyebabkan keterlambatan diagnosa (Syafaatul & Hamidah, 2017). Beberapa kasus yang terjadi, terdapat individu menjadi terhambat

dalam proses pengobatan karena terus menerus menyembunyikan kondisi obsesif-kompulsif yang diderita (Mishra, 2007). Jati sering melakukan perilaku aneh secara diam-diam karena Jati merasa tokoh lain tidak akan memahami apa yang dirasakan. Hal ini membuat Jati maupun tokoh lain tidak menyadari akan gangguan obsesif-kompulsif yang diderita.

- (2) “Bagi Kahlil dan rekan-rekan di Attarwalla, **banyak ekstrak buatan jati yang baunya tak karuan. Ada yang bisa memancing keributan kalau sebentar saja tutup botolnya terbuka. Ada yang bisa membubarkan satu toko jika sedikit saja tumpah. Ada juga yang tak berbau sama sekali sehingga tak jelas apa gunanya disimpan. Cuma jati yang bersikeras bahwa semua yang ia simpan memiliki aroma.** Cuma jati yang tahu kegunaan dari itu semua.” (Aroma Karsa, 2018:191)

Pada data (2) menjelaskan mengenai perilaku Jati yang menyimpan beberapa ekstrak misterius. Setiap ekstrak memiliki aroma yang tidak wajar bagi peracik parfum. Jati selaku peracik parfum harusnya hanya menyimpan ekstrak-ekstrak untuk bahan dasar parfum. Hal ini menunjukkan bahwa kesehatan mental Jati mengalami gangguan. Kondisi individu dinyatakan sehat menurut WHO adalah suatu keadaan pada individu di mana fisik, mental, kehidupan sosial yang lengkap, tidak memiliki penyakit atau luka serius dan cacat (Wiramihardja, 2017). Hal yang terjadi pada Jati masuk dalam kategori gangguan jiwa karena mengalami masalah pada hal perilaku. Gangguan jiwa merupakan sindrom yang terjadi pada seseorang meliputi gangguan signifikan secara klinis terhadap pengaturan emosi, perilaku, atau pada fungsi kognitif (Holley, K., Butcher, & Mineka, 2018).

Berdasarkan data (2) menunjukkan perilaku yang dilakukan Jati masuk dalam kategori tipe *checking*. Bentuk gejala obsesif-kompulsif Jati masuk dalam tipe *checking* karena Jati selalu memeriksa aroma-aroma dari seluruh ekstrak-ekstrak yang di simpan. Jati membaui seluruh ekstrak secara berulang-ulang walaupun setiap ekstrak memiliki aroma yang aneh. Perilaku Jati berupa ritual yang bisa dilihat secara langsung. Hal tersebut terjadi karena biasanya kompulsif ditunjukkan dalam bentuk “*stereotyped*” atau berupa perilaku yang dilakukan secara berulang-ulang (Connolly, Simpson, & Petty, 2006). Jadi, sikap kompulsif Jati ditandai dengan membaui suatu aroma dari benda-benda yang disimpan.

Sikap kompulsif Jati dalam membaui perubahan aroma dari benda-benda yang disimpan didasarkan atas dorongan ingin tahu. Rasa ingin tahu yang besar membuat Jati penasaran dengan perubahan suatu aroma. Sikap kompulsif adalah dorongan yang membuat individu merasa tidak tertahankan untuk melakukan sesuatu hal. Kegiatan Jati merupakan bagian dari tindakan yang dilakukan secara sadar dan tidak tertahankan karena ada unsur kesengajaan untuk melakukan sebuah eksperimen (Meyer, Chapman, & Weaver, 2009). Jati selalu melakukan eksperimen dalam menguji kemampuan indra penciumannya terhadap berbagai aroma. Jati ingin mengetahui perbedaan aroma dari

berbagai ekstrak yang berbeda atau perubahan aroma dari objek yang sama. Hal tersebut terjadi karena dorongan rasa ingin tahu yang dimiliki.

Selain memaparkan bahasan hasil penelitian, pada bagian ini akan menyintesis dan membandingkan dengan penelitian yang relevan. Salah satu gejala obsesif-kompulsif Jati masuk dalam kategori tipe *checking*, sedangkan pada penelitian Widiastuti (2014) menampilkan salah satu gejala gangguan obsesif-kompulsif pada tokoh Nikha juga masuk kategori tipe *checking*. Walaupun keduanya masuk dalam kategori tipe *checking*, tapi bentuk perlakuan terhadap sikap obsesif atau kompulsif berbeda. Bentuk tindakan Jati diwujudkan dalam membaui aroma yang ada di sekitar dan dari benda-benda yang disimpan secara berulang sedangkan pada Nikha memeriksa kunci pintu secara berulang. Perbedaan antara Jati dan Nikha disebabkan oleh suatu dorongan kuat dan latar belakang di masa lalu. Sikap kompulsif Jati didasarkan atas naluri/insting, sedangkan pada Nikha didasarkan atas ketakutan akan datangnya bahaya.

Gangguan obsesif-kompulsif yang diderita oleh Jati dan Nikha menandakan gejala yang menyimpang. Gejala-gejala tersebut membuat Jati dan Nikha yang masih remaja memiliki perilaku berbeda dari kebanyakan orang. Hal ini membuat mereka secara psikis menjadi lebih tertekan dan memperburuk keadaan. Mereka akhirnya melakukan perilaku menyimpang tersebut secara diam-diam karena takut akan penilaian buruk dari tokoh lain. Perlu adanya pemahaman mengenai gangguan obsesif-kompulsif agar orang-orang terdekat dapat meringankan beban penderita. Orang-orang terdekat dapat memberikan motivasi dan arahan kepada penderita untuk didagnosa di psikiater.

b. Tipe Hoarding

Selain tipe *checking* terdapat jenis gejala OCD lainnya, yaitu tipe *hoarding*. Jenis ini ditandai dengan obsesi pada tokoh untuk selalu menyimpan, mengumpulkan, mengoleksi, menimbun suatu barang atau hal-hal yang disukai.. Pada kutipan novel Aroma Karsa, tokoh Jati hadir sebagai seseorang yang menderita OCD dengan tipe ini. Tokoh Jati memiliki obsesi berlebihan pada hal-hal yang berkaitan dengan wewangian. Hal-hal yang berkaitan dengan wewangian meliputi menghalusinasikan dan menuliskan kesan-kesan aroma yang tercium. Kedua hal tersebut dapat dilihat dari data berikut.

- (3) **“Jati sanggup menghabiskan berjam-jam mengkhayalkan beragam aroma yang belum ada dalam katalog penciumannya, sekaligus menelusuri ulang koleksi yang ia kumpulkan.** Banyak yang belum bisa Jati namai semata-mata karena pengetahuannya belum mencukupi. Ia menyimpan aroma-aroma tak berjudul itu di memori olfaktorinya seperti kumpulan data dalam lemari berkas. Kelak, jika ia bertemu nama dan wujudnya, Jati akan mencatat dalam benak, atau di buku catatannya.” (Aroma Karsa, 2018:96)

Pada data (3) menjelaskan mengenai perilaku Jati, yaitu mengkhayalkan setiap aroma yang tercium. Perilaku Jati tersebut tidak biasa dilakukan oleh kebanyakan orang. Patokan yang menunjukkan individu dianggap normal merujuk pada individu tersebut tidak menyimpang (Davison, Kring, & Neale, 2014). Perilaku abnormal adalah perilaku

seorang individu yang menyimpang dari norma sosial. Hal tersebut terjadi karena pada setiap suku atau masyarakat tertentu memiliki patokan dan norma tertentu, sehingga untuk perilaku yang sesuai dengan norma, maka akan diterima di masyarakat. Perilaku Jati jauh dari patokan norma sosial yang berlaku. Jati cenderung introvert dan menikmati seluruh kebiasaan berupa menghalusinasikan kesan-kesan aroma yang tercium.

Perilaku yang ditunjukkan data (3) merupakan bagian dari sikap obsesif Jati. obsesif adalah suatu gagasan, dorongan, khayalan atau halusinasi secara berulang, muncul diluar keinginan, dan sangat mengganggu sehingga tampak terlihat aneh, konyol bahkan menakutkan (Widiastuti, 2014). Sikap obsesif Jati ditunjukkan dengan memikirkan dan mengkhayalkan setiap aroma-aroma yang ditemui, baik aroma yang sudah diketahui atau yang baru diketahui. Jadi, perilaku Jati tergolong aneh sehingga termasuk bagian dari sikap obsesif.

Berdasarkan data (3) menunjukkan perilaku Jati yang masuk dalam kategori tipe *hoarding*. Bentuk gejala obsesif-kompulsif Jati masuk dalam tipe *hoarding* karena Jati menghalusinasikan kesan-kesan aroma yang tercium. Perilaku Jati ini dilakukan berulang-ulang hingga menghabiskan waktu berjam-jam. Penderita obsesif-kompulsif akan memberikan perhatian yang berlebih dan mengecek suatu hal secara berulang-ulang terhadap suatu permasalahan, apabila tidak dilaksanakan akan mengakibatkan individu tersebut mengalami kegelisahan. (Rompella, 2009). Jadi, perilaku Jati dalam menghalusinasikan kesan-kesan aroma ini membuatnya merasa nyaman dan kecanduan. Hal ini yang menjadi alasan Jati untuk tidak pernah berhenti dalam melakukan perilaku tersebut.

Perilaku Jati dalam menghalusinasikan kesan-kesan aroma yang tercium merupakan tindakan yang dilakukan secara tidak sadar. Hal tersebut terjadi karena dorongan insting/naluri yang dimiliki Jati. Dorongan insting/naluri bekerja secara otomatis melalui saraf olfaktori dan dirangsang oleh otak dalam bentuk khayalan. Khayalan-khayalan tersebut muncul atas respons aroma yang terhirup dan memberikan sensasi candu bagi Jati. Setiap aroma memberikan sensasi yang berbeda, sehingga Jati terus terdorong untuk membaui berbagai macam aroma. Jadi, Jati merasa terdorong untuk melakukan ritual berupa tindakan menghalusinasikan kesan-kesan aroma yang tercium.

Jati tergolong menderita gangguan obsesif-kompulsif karena perilaku yang ditunjukkan tergolong dalam tipe *hoarding*. Perilaku Jati dalam menghalusinasikan kesan-kesan aroma merupakan perilaku yang hanya dilakukan oleh Jati. Tidak pernah Jati terbuka kepada tokoh lain atas perilaku aneh yang diderita. Hal ini disebabkan karena Jati takut adanya stigma buruk dan penolakan oleh tokoh lain. Terdapat hal lain yang membuat penderita obsesif-kompulsif sering menyembunyikan gejala dan kondisi abnormal mereka pada orang lain adalah karena adanya stigma yang mengatakan obsesif-kompulsif sebagai penyakit mental yang cukup serius (Corrigan, Roe, & Tsang, 2011). Hal ini akhirnya membuat penderita obsesif-kompulsif, khususnya Jati khawatir terjadi suatu penolakan dan penghakiman atas perilakunya yang abnormal (Belloch, del Valle, Morillo, & Carrio, 2009).

- (4) “Dalam benaknya, memiliki olfaktorium pribadi dengan aturan main sendiri, bebas merdeka membuat bermacam-macam ekstrak yang meleburkan bahan nyata dan bahan kail tanpa batas. Kadang Suma dibuat mual **ketika Jati menuliskan berbagai formula menjijikkan, semisal parfum berjudul Pejagalan yang menggabungkan beberapa bunga dan rempah dengan darah keringat tapi keringat ketiak kartun basah rambut lembab, lalat hijau karat besi kayu nangka dan bangkai.** Kadang Suma dibuat tertawa ketika komponen keringat ketiak, kartun basah, dan lembut lembab muncul lagi bersama dengan wangi rami, rumput, dan tanah dalam formula parfum Jati yang berjudul Balap Karung.” (Aroma Karsa, 2018:265)

Pada data (4) menjelaskan mengenai perilaku Jati dalam menuliskan segala kesan-kesan aroma yang tercium. Perilaku Jati ini terasa aneh ketika yang ditulis merupakan aroma-aroma dari berbagai sumber, baik sumber aroma yang wangi hingga busuk. Perbedaan dengan penderita gangguan obsesif-kompulsif adalah individu yang “normal” akan mampu menghentikan segala macam pemikiran-pemikiran negatif tersebut sehingga tidak sampai mengganggu dirinya; sedangkan bagi penderita gangguan obsesif-kompulsif tidaklah demikian. (Hoeksema, 2001). Jadi, Jati dapat dikategorikan sebagai individu yang abnormal karena Jati tidak dapat menghentikan pemikiran dan perilaku yang negatif. Perilaku yang negatif diwujudkan Jati dalam menuliskan kesan-kesan aroma yang tercium.

Berdasarkan data (4) menunjukkan wujud sikap obsesif Jati muncul ketika memikirkan suatu aroma dan cara memuaskannya adalah dengan menuliskannya di buku catatan. Hal ini sesuai dengan pendapat Fakhruddina yang mengungkapkan bahwa kecemasan dan perasaan yang dimunculkan oleh obsesif dapat menekan penderita yang mengalami stress berlebih (*distress*) sehingga membuat mereka berusaha mencari cara atau strategi yang dapat membuat merasa lebih baik (Fakhruddina, 2015). Strategi ini bisa berupa tindakan kompulsif atau ritual yang ditujukan untuk menurunkan *distress* tersebut. Jadi, perilaku Jati dalam menuliskan kesan-kesan aroma yang tercium agar menurunkan kecemasan yang dirasakan.

Berbeda dengan tindakan obsesifnya, tindakan ini dilakukan Jati secara sadar. Jati dapat sepenuhnya mengendalikan tindakan yang dilakukan. Hal tersebut terjadi karena reaksi dan jawaban atas sikap obsesif tersebut. Dorongan ini didasarkan atas keingintahuannya pada aroma yang sangat besar. perilaku kompulsif sering dilakukan oleh individu sebagai jawaban dari pikiran-pikiran obsesi yang biasanya akan muncul cukup sering sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari penderita atau menimbulkan *distress* yang sangat signifikan. (Nevid, Rathus, & Green, 2003). Jati tidak ingin kehilangan segala momen tersebut dan sesekali ingin mengenangnya dengan membaca hasil tulisannya lagi.

Selain memaparkan bahasan hasil penelitian, pada bagian ini akan menyintesis dan membandingkan dengan penelitian yang relevan. Salah satu gejala obsesif-kompulsif Jati masuk dalam kategori tipe *hoarding*, sedangkan pada penelitian

Widiastuti (2014) menampilkan salah satu gejala obsesif-kompulsif pada tokoh Nikha masuk kategori tipe *symmetry orderliness*. Kedua bentuk gejala obsesif-kompulsif yang dialami oleh tokoh Jati dan tokoh Nikha berbeda. Bentuk tindakan Jati diwujudkan dalam menghalusinasikan dan menuliskan kesan-kesan aroma yang tercium, sedangkan pada Nikha menghitung kertas, menghitung kotak-kotak, dan Menyusun kotak pensil secara berulang. Perbedaan antara Jati dan Nikha disebabkan oleh suatu dorongan kuat dan latar belakang di masa lalu. Sikap kompulsif Jati didasarkan atas dorongan ingin tahu, sedangkan pada Nikha didasarkan atas ketakutan akan datangnya bahaya.

Gangguan obsesif-kompulsif yang diderita oleh Jati dan Nikha walaupun masuk dalam tipe yang berbeda, namun keduanya menandakan gejala yang menyimpang. Gejala-gejala tersebut membuat Jati dan Nikha yang masih remaja memiliki perilaku berbeda dari kebanyakan orang. Hal ini membuat mereka secara psikis menjadi lebih tertekan dan memperburuk keadaan. Mereka akhirnya melakukan perilaku menyimpang tersebut secara diam-diam karena takut akan penilaian buruk dari tokoh lain. Perlu adanya pemahaman mengenai gangguan obsesif-kompulsif agar orang-orang terdekat dapat meringankan beban penderita. Orang-orang terdekat dapat memberikan motivasi dan arahan kepada penderita untuk mendiagnosis ke psikiater.

4. SIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian dan pembahasan bentuk gejala tokoh obsesif-kompulsif dapat disimpulkan sebagai berikut. Bentuk gejala Jati memiliki ciri khas terhadap aroma yang sesuai dengan tipe *checking* dan tipe *hoarding*. Pada tipe *checking*, Jati wujudkan dalam bentuk tindakan membaui aroma yang ditemui dan membaui aroma dari benda-benda yang disimpan. Pada tipe *hoarding*, Jati wujudkan dalam bentuk tindakan menghalusinasikan kesan-kesan aroma dan menuliskan kesan-kesan aroma yang tercium. Seluruh tindakan tersebut didasarkan atas naluri dan dorongan ingin tahu. Namun, Jati tidak menyadari akan gangguan obsesif-kompulsif yang diderita. Jati tidak pernah terbuka dan selalu mengisolasi diri atas perilakunya yang abnormal. Hal ini membuat tokoh lain tidak memahami gangguan obsesif-kompulsif yang diderita Jati.

5. REFERENSI

- Abramowitz, J., Whiteside, S., & Deacon, B. (2005). The Effectiveness of Treatment for Pediatric Obsessive-Compulsive Disorder: A Meta-Analysis. *Behavior Therapy*, 36 (1): 55—6.
- Amdan, Yudha, P., & Aristi, N. (2012). Kontruksi Identitas Sosial Penyandang Obsessive Compulsive Disorder. *Ejurnal Mahasiswa Universitas Padjajaran*, 1 (1): 1—17.
- Belloch, A., del Valle, G., Morillo, C., & Carrio, C. (2009). To Seek Advice or Not to Keep Advice About the Problem: the Help-seeking Dilemma for Obsessive Compulsive Disorder. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*.

- Connolly, S., Simpson, D., & Petty, C. (2006). *Psychological Disorder: Anxiety Disorders*. New York: Chelsea House Publishers.
- Corrigan, P. W., Roe, D., & Tsang, H. W. (2011). *Challenging the Stigma of Mental Illness: Lessons for Therapists and Advocates*. West Sussex, UK: WileyBlackwell.
- Davison, G. C., Kring, A. M., & Neale, J. M. (2014). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Durand, V., & Barlow, D. (2006). *Essentials of Abnormal Psychology*. CA: Thomson Wadsworth.
- Fakhruddina, F. (2015). *Penghayatan dan Zikir Surah An-Nas untuk Mengurangi Gejala Obsessive-Compulsive Disorder (OCD)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi. Universitas Ahmad Dahlan.
- Fyer, A., Lisitz, J., Manunazza, S., & Aronowitz, B. (2005). A direct Interview Study of Obsessive-Compulsive Disorder I. *Psychological Medicine*, 1611—1621.
- Gea, A. A. (2013). Perilaku Abnormal: Mitos dan Kenyataan. *HUMANIORA*, 4 (1): 692-704.
- Hoeksema, S. N. (2001). *Abnormal psychology (Edisi ke-2)*. New York: McGraw-Hill.
- Holley, J. M., K., N. M., Butcher, J. N., & Mineka, S. (2018). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ikhsan, H. Z., Nurhayati, O. D., & Windarto, Y. E. (2019). Sistem Pakar Mendeteksi Gangguan Obsessive Compulsive Disorder. *Transformatika*, 17 (1): 10—17.
- Kartono, K. (1989). *Psikologi Abnormal dan Abnormalitas Seksual*. Bandung: Mandar Maju.
- Lestari, D. (2018). *Aroma Karsa*. Yogyakarta: Bentang Pustaka.
- Meyer, R. G., Chapman, L. K., & Weaver, C. M. (2009). *Case Study in Abnormal Behavior*. Boston: Pearson Education.
- Minderop, A. (2016). *Psikologi Sastra: Karya Sastra, Metode, Teori, dan Contoh*. Jakarta: Pustaka Obor.
- Mishra, B. (2007). Management of treatment resistant obsessive compulsive disorder: An update on therapeutic strategies. *Departement of Psychiatry, SBC Medical Collage, Cuttack, India*.
- nama. (1999). *jdul*. Jakarta: ABC.

- Nevid, J., Rathus, S., & Green, E. (2003). *Abnormal psychology in changing world*. New Jersey: Prentice Hall.
- Nuttin, B., Gabriels, L., Cosyns, P., Meyerson, B., Andriewitch, S., Sunaert, S., . . . Demeulemeester, H. (2003). Long-term Electrical Capsular Stimulation on Patients with Obsessive-Compulsive . *Neurosurgery*, 52(6): 1263-1274.
- Rompella, N. (2009). *Obsessive Compulsive Disorder-The Ultimate Time Guide*. Maryland: The Scarecrow Press.
- Spurgeon, A., Jackson, C. A., & Beach, J. R. (2001). The Life Events Inventory: Rescaling Based on an Occupational Sample. *Occupational Medicine*, 51 (4): 287—293.
- Syafaatul, L., & Hamidah. (2017). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Obsessive Compulsive Disorder pada Remaja Putri dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 06 (1): 71—80.
- Weiten, W. (2002). *Psychology. Themes & Variations, Fifth Edition, Briefer Version*. Belmont, USA: Wadsworth – Thomson Learning.
- Widiastuti, R. (2014). Gangguan Obsesif Kompulsif Tokoh Nikha Dalam Novel Sekotak Kertas Karya Narnie January: Pendekatan Psikologi Kepribadian. *Sawerigading*, 20 (3): 473—483.
- Wiramihardja, S. A. (2017). *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: PT Refika Aditama.