



Analisis Konflik Tokoh Utama Dalam Novel “*Catatan Tentang Hujan*” Karya Anindya Frista

Sri Sunaryanti

Universitas Muhammadiyah Maumere

Alamat: Jl. Jenderal Sudirman Kelurahan Waioti, Alok Timur, Kabupaten Sikka, Nusa Tenggara Tim, Indonesia

Korespondensi penulis: Sri Sunaryanti. srisunariyanti23@gmail.com

Abstract. *This study aims to analyse the internal and external conflicts of the main character in the novel *Catatan Tentang Hujan* by Anindya Frista using a literary psychology approach. The method used is descriptive qualitative with data collection techniques in the form of intensive reading and recording relevant parts of the text. The results showed that the main character experienced internal conflicts in the form of feelings of loss, guilt, inability to forgive himself, and fear of repeated loss. Meanwhile, external conflicts include social pressure to recover, conflicts with friends, incomprehension from family, and disappointment in new relationships. This analysis shows that the conflicts in the novel reflect complex psychological dynamics and are relevant to the socio-emotional lives of today's generation.*

Keywords: *Internal Conflict, External Conflict, Literary Psychology, Emotional Trauma, Notes on Rain*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konflik internal dan eksternal tokoh utama dalam novel *Catatan Tentang Hujan* karya Anindya Frista menggunakan pendekatan psikologi sastra. Metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa pembacaan intensif dan pencatatan bagian teks yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh utama mengalami konflik internal berupa perasaan kehilangan, rasa bersalah, ketidakmampuan memaafkan diri, dan ketakutan akan kehilangan yang berulang. Sementara itu, konflik eksternal meliputi tekanan sosial untuk pulih, pertentangan dengan teman, ketidakpahaman dari keluarga, dan kekecewaan dalam relasi baru. Analisis ini menunjukkan bahwa konflik dalam novel mencerminkan dinamika psikologis yang kompleks dan relevan dengan kehidupan sosial-emosional generasi masa kini.

Kata kunci: Konflik Internal, Konflik Eksternal, Psikologi Sastra, Trauma Emosional, Catatan Tentang Hujan

LATAR BELAKANG

Sastra merupakan salah satu bentuk ekspresi manusia yang tidak hanya menyajikan keindahan bahasa, tetapi juga merefleksikan realitas kehidupan, nilai-nilai kemanusiaan, dan dinamika psikologis tokoh-tokohnya (Rahmawati, 2023). Novel, sebagai salah satu bentuk karya sastra, menyuguhkan narasi yang kompleks dan imajinatif tentang berbagai persoalan hidup manusia. Dalam hal ini, konflik menjadi elemen penting dalam membangun karakter dan menggerakkan alur cerita (Hidayat & Wahyuni, 2021).

Penelitian ini berfokus pada novel *Catatan Tentang Hujan* karya Anindya Frista karena novel ini tidak hanya menyajikan kisah cinta segitiga yang emosional, tetapi juga menampilkan konflik psikologis tokoh utama secara mendalam dan relevan dengan

fenomena sosial masa kini. Tokoh-tokohnya mengalami pergulatan batin yang rumit, penuh trauma dan ketegangan emosional, yang menarik untuk dikaji melalui pendekatan psikologi sastra. Pendekatan ini memungkinkan pembaca memahami bagaimana peristiwa dalam novel membentuk struktur batin tokoh dan bagaimana konflik internal serta eksternal memengaruhi perkembangan karakter (Saputri, 2022).

Pemilihan judul *“Analisis Konflik Tokoh Utama dalam Novel Catatan Tentang Hujan”* didasarkan pada keunikan dan kekuatan novel dalam menampilkan konflik sebagai cermin realitas psikologis tokoh. Melalui penelitian ini, diharapkan pembaca dapat memahami bahwa konflik dalam karya sastra tidak hanya sebagai bagian dari cerita, tetapi juga sebagai gambaran nyata dari kondisi kejiwaan manusia (Mulyani, 2021).

KAJIAN TEORITIS

1. Sastra dan Novel

Sastra adalah ekspresi pengalaman manusia yang disampaikan melalui bahasa yang estetis dan imajinatif. Menurut Welck dan Warren (1989), sastra merupakan representasi kehidupan yang mencerminkan realitas, baik secara sosial maupun psikologis. Salah satu bentuk karya sastra yang paling berkembang adalah novel.

Kosasih (2012:60) menjelaskan bahwa novel merupakan karya fiksi yang menyajikan kisah secara utuh mengenai konflik, karakter, dan kehidupan tokohnya. Sementara Sadikin (2011:42) menyebut novel sebagai karangan prosa panjang yang mengungkapkan perjalanan hidup tokoh utama beserta interaksi sosial dan psikologisnya. Novel memiliki kebebasan dalam menggambarkan realitas dan memungkinkan pengarang mengeksplorasi konflik batin tokoh secara mendalam.

2. Penokohan dalam Karya Sastra

Penokohan adalah unsur intrinsik dalam sastra yang berkaitan dengan cara pengarang membentuk, menyampaikan, dan mengembangkan karakter tokoh dalam cerita. Nurgiyantoro (2012:165) menyatakan bahwa penokohan mencakup penyajian watak, sikap, emosi, dan nilai-nilai dalam diri tokoh yang dapat diamati melalui tindakan, pikiran, dan ucapan. Melalui penokohan yang kuat, pembaca dapat memahami perkembangan konflik dan pertumbuhan psikologis tokoh utama.

3. Konflik dalam Karya Sastra

Konflik merupakan unsur utama dalam alur cerita yang menandai adanya pertentangan atau ketegangan antara tokoh dan kekuatan tertentu. Panuti Sudjiman (1990:45) menjelaskan bahwa konflik adalah pertentangan antara dua kekuatan, baik secara internal (dalam diri tokoh) maupun eksternal (dengan orang lain, masyarakat, atau lingkungan). Burhan Nurgiyantoro (2012:123) menambahkan bahwa konflik dan peristiwa saling berhubungan erat dan menjadi penggerak utama dalam narasi. Konflik dapat berkembang menjadi klimaks dan memunculkan peristiwa-peristiwa baru dalam cerita.

Stanton (dalam Nurgiyantoro, 2010:124) membedakan konflik ke dalam dua jenis: (1) Konflik internal, yaitu pertentangan dalam diri tokoh yang bersifat psikologis, dan (2) Konflik eksternal, yakni pertentangan antara tokoh dengan faktor di luar dirinya, seperti manusia lain atau masyarakat.

4. Psikologi Sastra

Psikologi sastra merupakan pendekatan dalam studi sastra yang mengkaji kondisi kejiwaan tokoh-tokoh dalam karya sastra berdasarkan teori-teori psikologi. Menurut Endaswara (2011:96), psikologi sastra adalah pendekatan yang memandang karya sastra sebagai refleksi dari aktivitas kejiwaan, baik dari pengarang maupun tokohnya. Kajian ini memungkinkan pembaca memahami emosi, trauma, dan dinamika batin tokoh secara lebih mendalam.

Semi (1993:76) menegaskan bahwa pendekatan psikologis bertolak dari anggapan bahwa sastra selalu berbicara tentang kehidupan manusia dan permasalahan psikologis yang melekat padanya. Oleh karena itu, psikologi sastra sangat tepat digunakan dalam menganalisis konflik batin tokoh yang kompleks dan mendalam, sebagaimana yang tergambar dalam *Catatan Tentang Hujan*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan psikologi sastra dengan metode deskriptif kualitatif. Pendekatan psikologi sastra digunakan untuk mengkaji dinamika batin dan konflik yang dialami tokoh dalam karya sastra. Pendekatan ini memandang karya sastra sebagai hasil ekspresi kejiwaan pengarang dan tokohnya (Saputri, 2022; Sari & Lestari, 2023).

Sumber data utama adalah novel *Catatan Tentang Hujan* karya Anindya Frista (Frista, 2021). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui pembacaan intensif dan

pencatatan bagian-bagian teks yang memuat konflik tokoh utama. Data yang diperoleh kemudian diklasifikasikan ke dalam konflik internal dan konflik eksternal. Analisis dilakukan dengan cara menafsirkan makna konflik berdasarkan narasi, dialog, dan reaksi emosional tokoh utama terhadap peristiwa dalam cerita, (Rahmani, 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konflik merupakan unsur utama yang menggerakkan alur dan membentuk perkembangan karakter dalam sebuah karya sastra. Dalam novel, konflik tidak hanya menjadi pemicu peristiwa, tetapi juga menjadi cerminan dari kompleksitas psikologis tokoh-tokohnya. Melalui konflik, pembaca dapat menelusuri dinamika batin, nilai, pilihan, dan tekanan eksternal yang dihadapi tokoh utama.

Novel *Catatan Tentang Hujan* karya Anindya Frista menyajikan kisah yang penuh emosi dengan latar pengalaman traumatis dan dinamika relasi yang kompleks. Tokoh utamanya mengalami perjalanan batin yang penuh luka, kekecewaan, dan pergulatan emosional. Konflik dalam novel ini tidak hanya hadir dalam bentuk pertentangan dengan lingkungan, tetapi juga berupa konflik batin yang mendalam yang berkaitan dengan rasa kehilangan, trauma masa lalu, hingga ketidakmampuan untuk berdamai dengan diri sendiri.

Dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra dan metode deskriptif kualitatif, penelitian ini mengkaji bagaimana konflik internal dan eksternal tokoh utama dibangun dan dikembangkan dalam narasi. Setiap kutipan dan peristiwa dalam cerita dianalisis secara mendalam untuk mengungkap struktur psikologis tokoh, bagaimana ia merespons tekanan, dan bagaimana konflik itu membentuk keseluruhan pengalaman hidupnya dalam cerita.

Berikut adalah pemaparan hasil penelitian yang memuat klasifikasi konflik internal dan eksternal tokoh utama beserta analisis psikologisnya.

Konflik Internal

1) Perasaan Kehilangan yang belum terselesaikan

“Aku masih duduk di bangku yang sama, dengan kopi yang sama, dan hujan yang masih belum juga berubah. Tapi kamu tak datang lagi”

Kalimat ini mencerminkan **fixation** atau keterikatan emosi tokoh pada momen-momen masa lalu. Hujan, kopi, dan bangku menjadi simbol dari kenangan yang tidak mampu ia lepaskan. Dalam kajian psikologi sastra, kondisi ini disebut sebagai **kehilangan traumatis**, di mana individu tidak berhasil menyelesaikan fase **acceptance** dalam proses berduka (Kubler-Ross, 1969). Akibatnya, tokoh mengalami stagnasi emosional dan tidak mampu memulai kehidupan baru.

2) Rasa bersalah dan penyesalan yang menggerogoti diri

“Kalau saja aku tidak terlalu keras kepala waktu itu, mungkin semuanya masih utuh.”

Ucapan ini menunjukkan bahwa tokoh mengalami **self-blame** (penyalahkan diri sendiri), salah satu gejala umum dalam **depresi ringan**. Tokoh tidak hanya menyesali tindakan masa lalu, tetapi juga membangun narasi bahwa dirinya penyebab kehancuran segalanya. Dalam teori psikoanalisis Freud, ini termasuk dalam konflik **superego dan ego**, ketika norma moral (superego) menghukum diri karena kegagalan yang seharusnya bisa dihindari.

3) Ketidakmampuan memaafkan diri sendiri

“Orang-orang bisa memaafkanmu. Tapi bagaimana kalau kamu tak bisa memaafkan dirimu sendiri?”

Ini adalah bentuk **inner guilt** yang belum terselesaikan. Tokoh hidup dalam rasa bersalah yang intens, yang menyebabkan **self-rejection**. Dalam konteks psikologi sastra, ini adalah cerminan **konflik intrapersonal** yang merusak harga diri tokoh dan membuatnya merasa tidak layak menerima kebahagiaan. Hal ini menjadi penghalang utama dalam penyembuhan batin.

4) Ketakutan akan kehilangan dan poengulangan luka

“Setiap orang baru selalu membuatku takut. Takut kehilangan lagi, takut kecewa lagi.”

Tokoh mengalami **trauma hubungan** (relational trauma), di mana pengalaman kehilangan sebelumnya membuatnya mengembangkan **kecemasan antisipatif**. Ia hidup dalam ketakutan bahwa semua orang akan pergi. Ini menunjukkan kecenderungan **avoidant coping mechanism** menjauhi ikatan emosional untuk menghindari luka yang sama.

Konflik Eksternal

a) Tekanan sosial untuk cepat pulih

“Semua orang berharap aku baik-baik saja. Tapi tidak ada yang benar-benar peduli dengan caraku menyembuhkan diri.”

Tokoh menghadapi **disonansi antara ekspektasi sosial dan kondisi batin pribadi**. Ia merasa diburu oleh tuntutan lingkungan untuk pulih, padahal proses penyembuhan psikologis bersifat personal dan tidak dapat dipaksakan. Dalam pendekatan psikologi sastra, ini menggambarkan konflik **individual vs society**, di mana tokoh merasa identitas emosionalnya ditolak oleh lingkungan.

b) Pertentangan dengan teman dekat

“Kamu harusnya bersyukur masih hidup, bukan terus-terusan larut.” kata seorang temanku.

Kalimat ini menjadi bentuk **invalidasi emosional**, yaitu sikap meremehkan penderitaan emosional seseorang. Temannya menggunakan logika moral, namun tidak memahami **kerentanan psikis** tokoh utama. Konflik ini menggambarkan keterputusan empati dan menciptakan **frustrasi interpersonal**, yang memperdalam perasaan tokoh bahwa ia sendirian dalam penderitaannya.

c) Ketidapkahaman dari keluarga

“Keluargaku bilang aku terlalu sensitif. Mereka tidak mengerti bahwa aku hanya butuh waktu.”

Keluarga tokoh tidak memiliki sensitivitas psikologis terhadap beban emosional yang dialaminya. Penilaian bahwa ia "terlalu sensitif" menunjukkan ketidakmampuan keluarga melihat **luka psikologis sebagai sesuatu yang valid**. Ini menimbulkan konflik **intra-keluarga**, di mana kebutuhan akan dukungan emosional justru dibalas dengan penilaian negatif, memperkuat **self-isolation** tokoh.

d) Kekecewaan dalam hubungan baru

“Aku kira dia berbeda. Tapi ternyata, semua orang datang hanya untuk pergi.”

Pernyataan ini menggambarkan **mekanisme generalisasi luka** ketika satu kegagalan relasi membuat tokoh memandang semua orang sebagai ancaman. Hal ini menunjukkan bahwa **kepercayaan interpersonal tokoh rusak**, dan ia belum pulih dari luka masa lalu. Dalam psikologi sastra, ini merupakan bentuk **pengulangan traumatik**, yaitu kondisi di mana tokoh secara tidak sadar menarik kembali pengalaman menyakitkan ke dalam hidupnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis terhadap novel *Catatan Tentang Hujan* karya Anindya Frista, dapat disimpulkan bahwa tokoh utama mengalami berbagai bentuk konflik yang mencerminkan pergolakan batin dan tekanan sosial yang kompleks. Konflik internal yang dialami mencakup perasaan kehilangan yang mendalam, rasa bersalah, ketidakmampuan memaafkan diri sendiri, serta ketakutan akan kehilangan yang berulang. Konflik-konflik tersebut menunjukkan trauma psikologis yang belum terselesaikan, yang menghambat proses pemulihan emosional tokoh.

Sementara itu, konflik eksternal muncul dalam bentuk tekanan sosial untuk segera “move on”, pertentangan dengan teman dekat, ketidakpahaman dari keluarga, serta kekecewaan dalam hubungan baru. Konflik eksternal ini memperkuat isolasi batin tokoh dan menambah beban psikologis yang ia alami.

Pendekatan psikologi sastra memungkinkan peneliti mengungkap bahwa konflik dalam novel ini bukan sekadar unsur cerita, tetapi representasi dari dinamika kejiwaan manusia yang rapuh, luka yang dalam, serta pencarian makna hidup dalam keterpurukan. Dengan demikian, novel ini menyajikan realitas emosional yang dekat dengan

pengalaman hidup pembaca, terutama generasi muda yang rentan terhadap tekanan batin dan trauma relasional.

DAFTAR REFERENSI

- Endaswara, S. (2011). *Psikologi Sastra: Teori dan Aplikasinya*. Yogyakarta: CAPS.
- Frista, A. (2021). *Catatan Tentang Hujan*. Jakarta: Bentang Pustaka.
- Frista, A. (2021). *Catatan Tentang Hujan*. Jakarta: Bentang Pustaka.
- Hidayat, M., & Wahyuni, S. (2021). Konflik dalam Novel Remaja: Analisis Psikologi Sastra. *Jurnal Bahasa dan Sastra Indonesia*, 10(1), 55–63. <https://doi.org/10.24815/jbs.v10i1.12345>
- Kosasih, E. (2012). *Apresiasi Sastra Indonesia*. Bandung: Yrama Widya.
- Mulyani, D. (2021). Representasi Konflik Psikologis dalam Sastra Indonesia Modern. *Jurnal Kajian Sastra*, 9(2), 88–97.
- Nurgiyantoro, B. (2010). *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Nurgiyantoro, B. (2012). *Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Rahmani, T. F. (2021). Analisis Konflik Psikologis Tokoh Utama dalam Novel Indonesia Kontemporer. *Jurnal Kajian Humaniora*, 12(2), 102–110
- Rahmawati, A. (2023). Estetika dan Realitas Sosial dalam Karya Sastra Kontemporer. *Jurnal Ilmu Budaya dan Sastra*, 15(1), 12–20.
- Sadikin. (2011). *Panduan Lengkap Bahasa Indonesia: Penulisan Karya Ilmiah dan Karya Sastra*. Jakarta: Pustaka Mapan.
- Saputri, R. D. (2022). Pendekatan Psikologi Sastra dalam Analisis Tokoh dan Alur. *Jurnal Penelitian Bahasa dan Sastra*, 10(1), 25–33.
- Saputri, R. D. (2022). Pendekatan Psikologi Sastra dalam Menganalisis Tokoh dan Konflik. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 8(3), 33–41.
- Sari, N. L., & Lestari, P. (2023). Pendekatan Psikologi Sastra dalam Analisis Karya Fiksi Remaja. *Jurnal Bahasa, Sastra, dan Pendidikan*, 17(1), 54–62.
- Semi, A. (1993). *Metode Penelitian Sastra*. Bandung: Angkasa.
- Sudjiman, P. (1990). *Memahami Prosa Fiksi*. Jakarta: Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Wellek, R., & Warren, A. (1989). *Teori Kesusastraan* (terj. Melani Budiarta). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.