

SELF ACCEPTANCE PADA TOKOH UTAMA DALAM NOVEL MIDNIGHT

LIBRARY KARYA MATT HAIG

SKRIPSI

Diajukan Untuk dipertahankan
dalam Ujian Sidang Sarjana Sastra
Program Studi Sastra Inggris

Oleh

Mutiara Putri

NPM. 041118102



FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU BUDAYA

UNIVERSITAS PAKUAN

BOGOR

2022

**@Hak Cipta Milik Universitas Pakuan Bogor,
Tahun 2021 Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan Universitas Pakuan Bogor.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin Universitas Pakuan Bogor.

**PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN
SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA**

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi berjudul **SELF ACCEPTANCE PADA TOKOH UTAMA DALAM NOVEL MIDNIGHT LIBRARY KARYA MATT HAIG** adalah benar karya saya dengan arahan dari pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka di akhir skripsi ini.

Dengan ini melimpahkan hak cipta karya tulis saya ini kepada Universitas Pakuan Bogor.

Bogor, Juni 2022



(Mutiara Putri)

(041118102)

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh

Nama : Mutiara Putri

NPM : 041118102

Judul : *SELF ACCEPTANCE PADA TOKOH UTAMA DALAM NOVEL MIDNIGHT LIBRARY KARYA MATT HAIG*

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji pada tanggal 30 Juni 2022 dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Sastra dan Program Studi Sastra Inggris Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya Universitas Pakuan.

DEWAN PENGUJI

Menyetujui

Ketua Sidang : Sasongko S Putro M.M.

Pembimbing I : Ni Made Widisanti M.Hum.

Pembimbing II : Shita Dewi Ratih M.Hum.

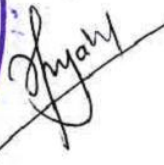
Pembaca : Dr. Henny Suharyati, M.Si.

Ditetapkan di : Bogor

Tanggal : Oktober 2024

Dekan Fakultas

Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya Ketua Program Studi



Dr. Henny Suharyati, M.Si.

Dyah Kristyowati, M.Hum

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunian-Nyalah dapat diselesaikan skripsi yang berjudul "*SELF ACCEPTANCE PADA TOKOH UTAMA DALAM NOVEL MIDNIGHT LIBRARY KARYA MATT HAIG*". Skripsi ini membahas mengenai *self acceptance* pada tokoh utama dan bagaimana tokoh utama dapat menyikapi juga menggambarkan *self acceptance* tersebut.

Selama penelitian dan penulisan skripsi ini, ada beberapa hambatan, namun berkat bantuan, dorongan serta bimbingan baik berupa moril maupun materil dari berbagai pihak, akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, penulis haturkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang telah memberikan banyak sekali bantuan dan bimbingan yaitu: ibu Ni Made Widisanti, M.Hum selaku pembimbing I, ibu Shita Dewi Ratih M.Hum. selaku pembimbing II.

Ucapan terima kasih juga ditunjukan keluarga, terutama Ibu dan Kakak penulis yang telah memberikan dukungan tiada henti-hentinya, juga kepada Alfa yang selalu menemani dalam pengerjaan skripsi ini sampai larut malam. Ucapan terima kasih juga penulis ucapkan kepada teman-teman angkatan 2018, khususnya kepada Sandi, Nida, Joy dan teman-

teman seperjuangan lainnya. kepada teman kerja yang lainnya yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang telah membantu serta memberikan dukungan.

Sangat disadari bahwa di dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan. Penulis mengharapkan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini agar menjadi lebih baik. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca khususnya para mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya Universitas Pakuan.

Bogor, 30 Juni 2022

ABSTRAK

Skripsi ini menganalisis tentang *self acceptance* terhadap kajian tokoh utama dan menunjukkan bagaimana tokoh utama menyikapi juga menggambarkan masalah *self acceptance* yang mempengaruhi kesehatan mental dalam dirinya. Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode analisis deskriptif kualitatif bersama teori psikoanalisis Sigmund Freud dengan kajian psikologi perkembangan. Hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa tingkat *self acceptance* dapat mempengaruhi kehidupan seseorang. cara tokoh utama menyikapi *self acceptance* dalam dirinya yakni dengan menjalani kehidupan di *Midnight Library* sedangkan tokoh utama menggambarkan *self acceptance* dengan menerima dirinya juga masa lalunya serta menjalani kehidupan yang lebih baik.

Kata Kunci: *Midnight Library*, kesehatan mental, *self acceptance* dan kehidupan.

ABSTRACT

This thesis analyzes self-acceptance to the study of the main character and shows how the main character responds and also describes the problem of self-acceptance that affects his mental health. The analytical method used in this research is descriptive qualitative analysis method along with Sigmund Freud's psychoanalytic theory with developmental psychology studies. The results of the research that has been done, show that the level of self-acceptance can affect a person's life. The way the main character responds to self-acceptance in himself is by living life in the Midnight Library, while the main character describes self-acceptance by accepting himself and his past and living a better life.

Keywords: Midnight Library, mental health, *self acceptance* and life.

DAFTAR ISI

@Hak Cipta Milik Universitas Pakuan Bogor, Tahun 2021 Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang.....	ii
PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Dan Batasan Masalah.....	6
1.3 Rumusan Masalah.....	7
1.4 Tujuan Penelitian.....	7
1.5 Metode Penelitian.....	8
1.5.1 Data dan Sumber Data.....	9
1.5.2 Teknik Analisis Data.....	10
1.6 Sistematika Penulisan.....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
2.1 Unsur Intrinsik.....	13
2.1.1 Tokoh dan Penokohan.....	13
2.1.2 Alur.....	16
2.1.2.1 Konflik.....	17
2.1.3 Simbol.....	18
2.1.4 Tema.....	19
2.1.5 Ironi.....	20
2.2 Unsur ekstrinsik.....	20
2.2.1 Psikologi Sastra.....	21
2.2.2 Teori Sigmund Freud.....	22
2.2.3 Perkembangan Kepribadian.....	26

2.2.4 Gangguan Kepribadian	26
2.2.5 Gangguan Kecemasan	26
2.2.6 Penerimaan Diri (<i>self acceptance</i>)	29
2.2.7 Faktor-faktor yang membentuk penerimaan diri (<i>self acceptance</i>)	31
2.2.8 Penelitian Terdahulu	33
BAB III PEMBAHASAN	37
3.1 Ringkasan Cerita	37
3.2 Analisis Novel <i>Midnight Library</i>	39
3.2.1 Tokoh Dalam Novel <i>Midnight Library</i>	40
3.2.2 Analisis 3 Dimensi Tokoh	41
3.2.3 Alur	52
3.2.3.1 Konflik	54
3.2.4 Simbol	55
3.2.5 Latar Tempat	61
3.2.6 Tema	64
3.2.7 Ironi	65
3.3 <i>Self acceptance</i> pada tokoh Nora	67
BAB IV KESIMPULAN	121
SYNOPSIS	124
DAFTAR PUSTAKA	125
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	128

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia adalah makhluk konflikologis (*homo conflictus*), yaitu makhluk yang selalu terlibat dalam perbedaan, pertentangan dan persaingan baik sukarela maupun terpaksa. Hal ini menyebabkan konflik menjadi gejala sosial yang lumrah di dalam masyarakat. Konflik tidak hanya terjadi di kalangan masyarakat namun bisa juga terjadi konflik batin dengan diri sendiri.

"Konflik bukanlah suatu fenomena yang obyektif dan nyata, tetapi, ia ada dibenak orang-orang yang terlibat. Hanya saja perwujudannya, seperti sedih, berdebat, atau berkelahi yang terlihat nyata. Karena itu, untuk menangani konflik, seseorang perlu bersikap empati, yaitu memahami keadaan sebagaimana dilihat oleh para pelaku penting yang terlibat". (Leonard Greenhalgh oleh A. Dale Timpe dalam *Managing people*).

Konflik pada dasarnya berawal dari hal-hal yang bersifat abstrak, tapi kemudian konflik juga dapat berakibat buruk sampai ke tingkat nyata.

"konflik adalah perjuangan memperoleh status, nilai, kekuasaan, di mana tujuan mereka yang berkonflik tidak hanya memperoleh keuntungan, tetapi juga untuk menundukkan saingannya."

Robert M.Z. Lawang (2008)

Konflik dalam kehidupan terkadang menjadi sebuah masalah yang sifatnya tidak kenal waktu, bisa terjadi pada waktu yang tidak terduga dan sebagai individu, manusia dituntut untuk menghadapinya. Sebagian manusia ada yang tidak dapat menghadapi masalahnya, namun ada juga yang dapat menghadapi masalah tersebut. Dalam hal ini kita seringkali berdebat dan sulit berdamai dengan diri sendiri, Hal ini disebut sebagai *self acceptance*. Menurut Jersild dalam Prasetyono, *serba-serbi anak autis*, (Yogyakarta: Diva Press, 2008), h. 11, *self acceptance* adalah kesediaan untuk menerima dirinya yang mencakup keadaan fisik, psikologi sosial dan pencapaian dirinya, baik kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki.

Hurlock (2006) mengemukakan bahwa *self acceptance* atau biasa disebut penerimaan diri, merupakan kemampuan menerima segala hal yang ada pada diri sendiri baik kekurangan maupun kelebihan yang dimiliki, sehingga apabila terjadi peristiwa yang kurang menyenangkan maka individu tersebut akan mampu berpikir logis tentang baik buruknya masalah yang terjadi tanpa menimbulkan perasaan, permusuhan, perasaan rendah diri, malu, dan rasa tidak aman. Sari(2002) dalam Rahayu & Sri, 2012: hal 4, menyatakan bahwa individu yang memiliki *self acceptance*

akan mengetahui segala kelebihan dan kekurangannya, dan mampu mengelolanya. Schultz (1991) sependapat dengan hal di atas, menyatakan bahwa orang yang menerima dirinya adalah orang yang dapat menerima kelemahan-kelemahan dan kekuatan-kekuatan mereka tanpa keluhan atau kesusahan.

Self acceptance didasari oleh *self esteem* (harga diri).

Coopersmith dalam Desmita (2012:165) Perasaan harga diri mengacu pada evaluasi yang dibuat individu itu dan biasanya menjaga yang berkenaan dengan dirinya sendiri, hal ini mengekspresikan suatu sikap setuju atau tidak setuju dan menunjukkan tingkat dimana individu itu meyakini dirinya sendiri sebagai mampu, penting, berhasil dan berharga. Dapat dikatakan bahwa *self-esteem* sebagai bagian tertentu pada sikap atau sebagai sebuah sikap terhadap objek tertentu.

Lerner dan Spanier (dalam Ghufroon & Risnawita, 2011) berpendapat bahwa *self esteem* (harga diri) merupakan tingkat penilaian yang diberikan oleh individu untuk dirinya sendiri, baik dalam penilaian yang positif maupun penilaian ataupun negatif yang selanjutnya dihubungkan dengan konsep diri individu tersebut. "*Self esteem merupakan evaluasi yang dilakukan oleh individu pada dirinya sendiri dengan pandangan yang positif maupun sebaliknya menghargai diri dengan cara negative*". (Ghufroon, M.N & Risnawita, 2011, hlm.40.)

Melalui *self esteem*, seorang remaja dapat mengevaluasi dirinya sendiri berdasarkan perasaan keberhargaan dirinya yang bisa berupa perasaan-perasaan positif atau negatif dan melalui hal tersebut seseorang dapat meningkatkan *self acceptance* dalam dirinya (Rosenberg dalam Mruk, 2006).

Self acceptance semakin sering di perbincangkan bukan hanya di kalangan para remaja tapi juga orang dewasa karena pada kehidupan mereka di era yang serba modern ini, menjadikan mereka sering membandingkan diri dengan orang lain, tidak bisa menerima kejadian di masa lalu yang membuat nilai untuk mencintai diri sendiri menjadi rendah. Hal ini menjadi penting karena Apabila *self acceptance* seseorang rendah, maka hal tersebut dapat menimbulkan hal-hal yang negatif pula seperti permasalahan gangguan pada kesehatan mental, keraguan, kecemasan berlebih, permasalahan belajar, Juga mengalami beberapa kesulitan seperti kemunduran, kegagalan dan kerugian.

Alasan mengapa novel *Midnight Library* dipilih untuk menjadi penunjang dalam penelitian ini adalah, novel *Midnight Library* berfokus pada tema *self acceptance* dan konflik batin antara tokoh dengan dirinya. kemudian, di dalam novel ini terdapat banyak pesan-pesan moral dan nilai akan kehidupan untuk kita agar lebih menerima dan mencintai

diri sendiri. Terlebih karya-karya dari Matt Haig sendiri bertema tentang *self love*, dan *mental health*.

Sedangkan alasan diangkatnya topik ini adalah karena tema novel *Midnight Library* yang mengangkat tentang *self acceptance* yaitu penerimaan diri yang dialami tokoh Nora dimana hal tersebut masih banyak dianggap bahwa *self acceptance* tidak berpengaruh dalam kehidupan terlebih pada kesehatan mental.

Dengan menerima diri sendiri, kita mampu berdamai dengan kondisi dan apa yang ada pada diri kita, baik itu kelebihan maupun kekurangan. Masih ada yang berpendapat bahwa penerimaan diri artinya kita tidak berkembang. Kita berhenti di tempat dan tidak mengusahakan perubahan dalam hidup. Pandangan ini jelas salah kaprah, karena dengan menerima diri sendiri kita akan tahu letak dari ketidakmampuan dan kekurangan kita sehingga kita bisa memperbaikinya.

Novel *Midnight Library* adalah salah satu karya Matt Haig yang berkaitan dengan kajian psikologi. Substansi Psikoanalisis dalam novel tersebut bukan hal baru bagi Matt Haig. ia juga pernah menulis Novel serupa berjudul '*Reasons to be alive*' yang menjadikannya buku terlaris *Sunday Times* nomor satu dan berada di 10 besar Inggris selama 46 minggu.

Pada tahun 2020, *Matt Haig* merilis novelnya *Midnight Library*, yaitu tentang seorang wanita bernama Nora, menceritakan Pada malam ia ingin bunuh diri, dia berakhir di "*The Midnight Library*": perpustakaan antara hidup dan mati dengan jutaan buku yang berisi kisah hidupnya jika dia membuat beberapa keputusan berbeda. Di perpustakaan ini, dia kemudian mencoba menemukan kehidupan di mana dia paling puas. *Midnight Library* terpilih untuk "Buku Fiksi tahun ini" pada *The Booker Prize* di Inggris tahun 2021. *Midnight Library* diadaptasi untuk radio dan disiarkan dalam sepuluh episode di BBC Radio 4 pada Desember 2020.

1.2 Identifikasi Dan Batasan Masalah

Di dalam novel ini tokoh utama mengalami keadaan dimana ia tidak bisa menerima dirinya akan segala hal yang telah ia jalani di masa lalu dan masa sekarang sehingga berdampak pada kesehatan mentalnya. Seperti saat Nora merasa tidak memiliki alasan untuk hidup dan merasa bahwa hidup orang-orang disekitarnya akan lebih baik tanpa kehadirannya. Masih banyak Masalah Nora yang membuatnya merasa bersalah akan diri sendiri. Saat ia berusaha untuk membenarkan dirinya, Nora merasa bahwa hal itu adalah suatu tindakan yang negatif.

Oleh karena itu, identifikasi masalah terletak pada *self acceptance* tokoh utama dan dampak psikologis yang ditimbulkannya dikarenakan tokoh Nora tidak bisa menerima dirinya sendiri secara utuh dan selalu menyalahkan dirinya atas apa yang terjadi sehingga hal tersebut berpengaruh pada kesehatan mental Nora. Guna mengkaji persoalan tersebut lebih dalam, maka masalah dibatasi hanya pada tokoh dan aspek psikologisnya dengan didukung oleh unsur instrinsik dan ekstrinsik. Unsur instrinsik yang digunakan dalam menelaah persoalan ini adalah tokoh penokohan, simbol, alur, latar, tema dan ironi. sedangkan unsur ekstrinsik yang digunakan adalah pendekatan psikologi sastra dengan teori psikoanalisis Sigmund Freud yang berkaitan dengan perkembangan kepribadian.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan batasan masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana *Self acceptance* disajikan berdasarkan kajian terhadap tokoh utama dan bagaimana cara tokoh utama menyikapi dan masalah *self acceptance* tersebut dalam novel *Midnight Library* karya Matt Haig.

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah maka tujuan penelitian ini Untuk menunjukkan bagaimana *self acceptance* disajikan berdasarkan kajian terhadap tokoh utama dan untuk menunjukkan bagaimana tokoh utama menyikapi masalah *self acceptance* dalam dirinya.

1.5 Metode Penelitian

Metode penelitian adalah tata cara yang dilakukan secara sistematis untuk mengumpulkan informasi atau data serta melakukan investigasi terhadap data yang telah di dapat. jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif. Karena data-data yang dikumpulkan berupa karya sastra naratif serta teori dan pemahaman yang digunakan untuk menunjang analisis. dengan menganalisis dan menjabarkan hal-hal yang berkaitan dengan *self acceptance* serta pengaruhnya terhadap psikologis Tokoh utama dengan Pendekatan Psikologi sastra yakni kajian psikoanalisis Sigmund freud yang berkaitan dengan perkembangan kepribadian dengan melibatkan dua unsur baik intrinsik maupun ekstrinsik yang relevan dengan topik yang dibahas.

Metode deskriptif dapat diartikan sebagai prosedur pemecahan masalah yang diselidiki dengan menggambarkan keadaan subjek atau objek dalam penelitian dapat berupa orang, lembaga, masyarakat dan yang lainnya yang pada saat

sekarang berdasarkan fakta-fakta yang tampak atau apa adanya. Menurut Nazir (1988: 63) dalam Buku Contoh Metode Penelitian, "*metode deskriptif merupakan suatu metode dalam meneliti status sekelompok manusia, suatu objek, suatu set kondisi, suatu sistem pemikiran ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang*".

Sedangkan teknik pengumpulan data yang digunakan oleh penulis dalam penelitian ini ialah teknik tinjauan pustaka atau *library research*. Sebagai penguat pembahasan novel *Midnight Library* ini. Tinjauan Pustaka merupakan teknik pengumpulan data dengan mengadakan studi penelaah terhadap buku-buku, literature-literature, catatan-catatan, dan laporan-laporan yang ada hubungannya dengan masalah yang dipecahkan (Nazir, 2003: 111).

Sumber data dibagi menjadi dua yaitu sumber data primer dan sekunder. Sumber data primer yang digunakan dalam penelitian ini adalah novel *Midnight Library* karya Matt Haig yang dipublikasikan pada tahun 2020. Sedangkan sumber data sekunder diperoleh dari hasil penelitian yang telah dipublikasikan baik berupa buku, jurnal, skripsi, dan bacaan lainnya.

1.5.1 Data dan Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah novel *Midnight Library* karya Matt Haig yang dipublikasikan pada tahun 2020. Sedangkan data yang dianalisis adalah *self acceptance* tokoh utama.

1.5.2 Teknik Analisis Data

Menurut (Moleong, 2010), teknis analisis data adalah proses kategori urutan data, mengorganisasikannya ke dalam satu pola, kategori dan satuan uraian dasar. Ia membedakan dengan penafsiran yaitu memberikan arti yang signifikan terhadap analisis, menjelaskan pola uraian dan mencari hubungan di antara dimensi-dimensi uraian. Dalam penelitian ini teknik analisis data dimulai dengan membaca keseluruhan novel *Midnight Library* untuk memahami cerita beserta unsur intrinsik dan ekstrinsik dalam novel tersebut, kemudian memilah dan mencatat semua kutipan kalimat maupun paragraf yang terdapat pada prolog dan dialog yang dibutuhkan untuk kepentingan penelitian.

Setelah memilah data tersebut, akan diambil beberapa kutipan kalimat maupun paragraf dalam novel tersebut yang akan menjadi analisis data, dilanjutkan dengan mengidentifikasi unsur intrinsik dalam novel tersebut seperti, tokoh, latar, alur, ironi, tema dan simbol dan unsur ekstrinsik novel seperti *self acceptance* pada tokoh

utama yang akan dikaitkan dengan teori-teori unsur intrinsik dan ekstrinsik seperti pendekatan psikologi sastra yang berkaitan dengan perkembangan kepribadian. Setelah itu akan ditarik kesimpulan dari analisis data tersebut.

1.6 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari beberapa bagian yang telah disusun dengan ketentuan dan peraturan penulisan yang telah ditentukan. Hal tersebut berguna agar penelitian tidak menyimpang dari ketentuan yang telah ditentukan. Sistematika dalam analisis novel *Midnight Library* karya Matt Haig adalah sebagai berikut :

BAB I : PENDAHULUAN

Bagian ini terdiri dari: latar belakang masalah, identifikasi dan batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, metode penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II : TINJAUAN PUSTAKA

Bagian ini terdiri dari unsur-unsur intrinsik berupa tokoh dan penokohan,

konflik, latar, alur, simbol dan unsur ekstrinsik berupa kajian psikologi sastra, perkembangan kepribadian, *self acceptance* serta penelitian yang relevan berkaitan dengan novel *Midnight Library* karya Matt Haig.

BAB III : PEMBAHASAN

Bagian ini terdiri dari ringkasan cerita dan pembahasan mengenai *Self acceptance* terhadap tokoh Nora yang terdapat pada novel *Midnight Library* karya Matt Haig.

BAB IV : KESIMPULAN

Bagian ini berisikan kesimpulan dari seluruh penulisan ini terdiri dari hasil analisis yang dipaparkan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada bab sebelumnya.

SYNOPSIS

DAFTAR PUSTAKA

RIWAYAT HIDUP PENULIS

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Dalam bab ini akan diuraikan beberapa teori yang berkaitan dengan penelitian terhadap novel *Midnight Library* karya Matt Haig sebagai bahan acuan dalam bab berikutnya. Teori-teori yang dimaksud meliputi teori intrinsik (*intrinsic*) dan teori ekstrinsik (*extrinsic*) yang diperoleh dari buku-buku dan media internet.

Kemudian unsur-unsur intrinsik tersebut meliputi tokoh penokohan, alur, latar tempat, tema, ironi dan simbol. Sedangkan unsur-unsur ekstrinsik menggunakan pendekatan psikologi sastra, kajian perkembangan kepribadian dan *self acceptance*.

2.1 Unsur Intrinsik

Menurut Nurgiyantoro dalam buku teori *Pengkajian Fiksi* unsur intrinsik (*intrinsic*) adalah unsur-unsur yang membangun karya sastra itu sendiri. Unsur intrinsik dalam sebuah novel adalah unsur yang (secara langsung) turut serta membangun cerita. Kepaduan antara Intrinsik inilah yang membuat sebuah novel berwujud.

2.1.1 Tokoh dan Penokohan

Abrams mengemukakan (1999: 32-33) (dalam Nurgiyantoro, 2013: 247) bahwa tokoh cerita (*character*)

adalah orang-orang yang ditampilkan dalam suatu karya naratif atau drama yang oleh pembaca ditafsirkan memiliki kualitas moral dan kecenderungan tertentu seperti yang diekspresikan dalam ucapan dan apa yang dilakukan oleh tindakan. Tidak berbeda halnya dengan Abrams, Baldic (2001: 37) menjelaskan bahwa tokoh adalah orang yang menjadi pelaku dalam cerita fiksi atau drama. sedangkan Panuti Sudjiman mengatakan bahwa yang dimaksudkan dengan tokoh ialah individu rekaan yang mengalami peristiwa dan berkelakuan dalam cerita (sudjiman, 1991: 16).

Endraswara (dalam Minderop, 2016; 81) berpendapat bahwa tokoh ialah figure yang dikenal sekaligus mengenai tindakan psikologis. Tokoh merupakan "eksekutor" dalam sastra. Dengan mempelajari tokoh, pembaca akan mampu menelusuri jejak psikologisnya. Penelitian tokoh menjadi bagian dari aspek intrinsik (struktur) sastra. (Endraswara, 2008: 79). Frans Mido mengemukakan dalam buku yang berjudul *Cerita rekaan dan seluk beluknya*, bahwa tokoh dalam karya sastra dapat dianalisis melalui tiga dimensi, yaitu Dimensi fisiologis, sosiologis dan psikologis (Mido, 1994: 21).

1). Dimensi fisiologis (fisik) adalah penggambaran fisik tokoh seperti jenis kelamin, umur, keadaan tubuh, ciri-ciri keadaan tubuh yaitu seperti raut muka dan sebagainya.

Selain itu termasuk pula pakaian dan perlengkapan yang dikenakan oleh sang tokoh.

2). Dimensi sosiologis tokoh dapat dilihat melalui status pekerjaan, jabatan dan keluarga, pandangan hidup, kepercayaan dan agama, ideologi, aktivitas sosial, organisasi kegemaran, suku bangsa dan lain-lain.

3). Dimensi psikologis yaitu entalitis: norma-norma, moral yang dipakai, tempramen, perasaan-perasaan, dan keinginan pribadi, sikap dna watak, kecerdasan, keahlian dan kecakapan khusus.

Tokoh merupakan rekaan pengarang, hanya pengarang yang mengenal mereka. Maka tokoh-tokoh perlu digambarkan ciri-ciri lahir, sifat serta sikap batinnya agar wataknya juga dikenal oleh pembaca. Yang dimaksudkan dengan watak adalah kualitas tokoh, kualitas nalar dan jiwanya yang membedakannya dengan tokoh lain. (Sudjiman, 1991: 23).

Baldic mengemukakan (dalam Nurgiyantoro: 247) bahwa penokohan (*Characterization*) adalah kehadiran tokoh cerita fiksi atau drama dengan cara langsung maupun tidak langsung dan mengundang pembaca untuk mentafsirkan kualitas dirinya lewat kata dan tindakan. Dalam menyajikan dan menentukan karakter (watak) para tokoh. Pada umumnya

pengarang menggunakan dua metode yakni secara langsung (*telling*) dan tidak langsung (*showing*) (Minderop: 76-77).

1. Metode *telling* (langsung) mengandalkan pemaparan watak tokoh pada eksposisi dan komentar langsung dari pengarang. Perwatakan tokoh sangat terasa sehingga para pembaca dapat memahami dan menghayati perwatakan tokoh. Metode langsung atau *direct method (telling)* mencakup: karakterisasi melalui penggunaan nama tokoh, penampilan tokoh, tuturan pengarang (Minderop, 2005: 8).

2. Metode *showing* (tidak langsung), memperlihatkan pengarang menempatkan diri diluar kisah dengan memberikan kesempatan untuk menampilkan perwatakan mereka melalui *dialog* dan *action*. (Pickering & Hoeper, 1981: 27) (dalam Minderop: 2016).

Berdasarkan pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwa tokoh dan penokohan adalah pelaku rekaan yang dilukiskan perwatakannya oleh pengarang secara langsung maupun tidak langsung yang fungsinya dapat menghidupkan jalan cerita dan memberikan keartistikan dalam sebuah karya fiksi.

2.1.2 Alur

Plot atau Alur menurut Stanton (1965: 14) adalah cerita yang berisi urutan kejadian, namun setiap kejadian

dihubungkan secara sebab akibat, peristiwa yang lain. (Nurgiyantoro: 167). Serupa halnya dengan Stanton, Kenny (1966: 14) (dalam Nurgiyantoro: 2013, 187) mengemukakan bahwa plot sebagai peristiwa-peristiwa yang ditampilkan dalam cerita yang bersifat tidak sederhana karena pengarang menyusun peristiwa-peristiwa berdasarkan kaitan sebab dan akibat.

2.1.2.1 Konflik

Konflik (*conflict*) menurut Nurgiyantoro (2013: 178) adalah kejadian yang tergolong penting. Konflik merupakan unsur yang esensial dalam perkembangan plot dalam sebuah teks fiksi. Konflik merujuk pada pengertian sesuatu yang bersifat tidak menyenangkan yang terjadi dan dialami oleh tokoh-tokoh cerita. Menurut Wellek dan Warren dalam buku *Teori Kesusastraan*, mengemukakan bahwa konflik dapat di definisikan sebagai sesuatu yang "dramatis" mengacu pada pertarungan antara dua kekuatan yang seimbang menyiratkan adanya aksi dan aksi balasan (Wellek & Warren, 2014: 262).

Menurut Stanton (1965: 16) (dalam Nurgiyantoro, 2013: 181) bentuk konflik dibedakan ke dalam dua kategori: konflik fisik dan batin, konflik eksternal dan konflik internal:

1. Konflik eksternal adalah konflik yang terjadi antara seorang tokoh dengan sesuatu yang diluar dirinya. Konflik eksternal dapat dibedakan ke dalam dua kategori, yaitu konflik fisik (*Man against environment*) adalah konflik yang disebabkan adanya perbenturan antara tokoh dan lingkungan alam. Konflik sosial (*Man against man*) konflik yang disebabkan kontak sosial antar manusia.
2. Konflik internal atau konflik kejiwaan, konflik batin, (*Man against himself*) adalah konflik yang terjadi dalam hati dan pikiran jiwa seorang tokoh (atau tokoh-tokoh cerita).

2.1.3 Simbol

Simbol menurut kamus *Webster* dalam buku *Psikologi Sastra* karya Albertine Minderop merupakan sesuatu yang berarti atau mengacu pada sesuatu yang berdasarkan hubungan nalar, asosiasi, konvensi, tanda yang dapat dilihat dari sesuatu yang tidak terlihat. Simbol adalah suatu macam tanda (lukisan, perkataan, lengana, dan sebagainya) yang menyatakan sesuatu hal yang mengandung makna tertentu. Misalnya: matahari berlambang pria, bulan lambang perempuan, mawar merah lambang gadis cantik, dan lain-lain. (Minderop: 246)

Simbol dalam kesusastaan dapat berupa ungkapan tertulis, gambar, benda, latar, peristiwa dan perwatakan yang biasanya digunakan untuk untuk memberi esan dan memperkuat makna dengan mengatur dan mempersatukan arti secara keseluruhan (Minderop: 91).

2.1.4 Tema

Tema merupakan suatu gagasan sentral, sesuatu yang hendak diperjuangkan dalam suatu tulisan atau karya fiksi. Jadi tema merupakan pokok utama yang menjadi permasalahan dalam sebuah karya sastra dimana tema tersebut mewakili gagasan utama atau ide pokok dari cerita keseluruhan. (Semi,1984:33). Satantoon dan Kenny (dalam Nurgiyantoro, 1995:67) menyatakan, tema adalah makna yang dikandung dalam sebuah cerita. Tema dapat dikatakan gagasan dasar umum yang menompang sebuah karya. Dengan demikian tema adalah ide atau inti persoalan yang ingin disampaikan oleh pengarang. untuk menentukan persoalan yang merupakan sebuah tema, langkah pertama yang dilakukan dapat dilihat dari persoalan mana yang paling menonjol. Kedua dapat dilihat secara konstitutif, persoalan mana yang banyak menimbulkan konflik. Cara ketiga dapat ditentukan dari waktu penceritaan yaitu waktu yang diperlukan untuk menceritakan peristiwa-peristiwa ataupun tokoh-tokoh dalam karya sastra.

2.1.5 Ironi

Unsur penting dalam karya sastra berikutnya adalah ironi. Secara umum ironi dimaksudkan sebagai cara untuk menunjukkan bahwa sesuatu berlawanan dengan apa yang telah diduga sebelumnya. Ironi dapat ditemukan dalam hampir semua cerita. Menurut Robert Stanton (2012: 71) ada dua jenis ironi yang dikenal luas yaitu ironi dramatis dan ironi verbal. Ironi dramatis atau ironi alur dan situasi biasanya muncul melalui kontras *diametric* antara penampilan dan realitas. Antara maksud dan tujuan seorang karakter dengan hasilnya, atau antara harapan dengan apa yang sebenarnya terjadi. Lalu ironi verbal digunakan untuk menyebut cara berekspresi yang mengungkapkan makna berkebalikan.

2.2 Unsur ekstrinsik

Menurut Nurgiyantoro (2013: 30) dalam buku teori Pengkajian Fiksi, unsur ekstrinsik adalah unsur yang berada di luar teks sastra yang mempengaruhi pembangunan cerita dalam sebuah karya sastra, namun tidak ikut menjadi bagian di dalamnya. walau demikian, menurut Wellek & Warren (1956) dalam Nurgiyantoro (2013: 30) mengemukakan bahwa unsur ekstrinsik dalam sebuah novel haruslah tetap dipandang sebagai sesuatu yang penting.

2.2.1 Psikologi Sastra

Pengertian Psikologi Sastra secara sempit dapat diartikan sebagai ilmu tentang jiwa. Sedangkan sastra adalah ilmu tentang karya seni dengan tulis-menulis. Maka jika diartikan secara keseluruhan, psikologi sastra merupakan ilmu yang mengkaji karya sastra dari sudut kejiwaannya. Menurut Wellek dan Austin (1989:90), Istilah psikologi sastra mempunyai empat kemungkinan pengertian. Yang pertama adalah studi psikologi pengarang sebagai tipe atau sebagai pribadi. Kedua adalah studi proses kreatif. Yang ketiga studi tipe dan hukum-hukum psikologi yang diterapkan pada karya sastra. Dan yang keempat mempelajari dampak sastra pada pembaca (psikologi pembaca).

Pendapat Wellek dan Austin tersebut memberikan pemahaman akan begitu luasnya cakupan ilmu psikologi sastra. Psikologi sastra tidak hanya berperan dalam satu unsur saja yang membangun sebuah karya sastra. Mereka juga Menyebutkan bahwa Dalam sebuah karya sastra yang berhasil, psikologi sudah menyatu menjadi karya seni, oleh karena itu, lugas peneliti adalah menguraikannya kembali sehingga menjadi jelas dan nyata apa yang dilakukan oleh karya tersebut. Menurut Ratna (2004:350), *"Psikologi Sastra adalah analisis teks dengan mempertimbangkan relevansi dan peranan studi psikologis"*. Artinya, psikologi turut

berperan penting dalam penganalisisan sebuah karya sastra dengan bekerja dari sudut kejiwaan karya sastra tersebut baik dari unsur pengarang, tokoh, maupun pembacanya. Dengan dipusatkannya perhatian pada tokoh-tokoh, maka akan dapat dianalisis konflik batin yang terkandung dalam karya sastra.

Secara umum dapat disimpulkan bahwa hubungan antara sastra dan psikologi sangat erat hingga melebur dan melahirkan ilmu baru yang disebut dengan "Psikologi Sastra" Artinya, dengan meneliti sebuah karya sastra melalui pendekatan Psikologi Sastra, secara tidak langsung kita telah membicarakan psikologi karena dunia sastra tidak dapat dipisahkan dengan nilai kejiwaan yang mungkin tersirat dalam karya sastra tersebut.

2.2.2 Teori Sigmund Freud

Teori perkembangan (psikoanalisis) Sigmund Freud mengemukakan bahwa kehidupan jiwa memiliki tiga tingkat kesadaran, yakni sadar atau *conscious*, prasadar atau *preconscious* dan tak sadar atau *unconscious*. Topografi atau peta kesadaran ini dipakai untuk mendiskripsi unsur cermati (*awareness*) dalam setiap event mental seperti berfikir dan berfantasi, Sampai dengan tahun 1920- an, teori tentang konflik kejiwaan hanya melibatkan ketiga unsur kesadaran tersebut. Baru pada tahun 1923, Freud

mengenalkan tiga model struktural yang lain, yakni id, ego serta Superego. Berikut ini penjelasan mengenai komponen struktural tingkat kesadaran yang dikemukakan oleh Sigmund Freud, yaitu:

a) ID

Id adalah sistem kepribadian yang asli, dibawa sejak lahir. Dari id ini kemudian akan muncul ego dan superego. Saat dilahirkan, id berisi semua aspek psikologik yang diturunkan, seperti insting, *impuls* dan *drives*. Id berada dan beroperasi dalam *daerahunansdous*, mewakili subjektivitas yang tidak pernah disadari sepanjang usia. Id berhubungan erat dengan proses fisik untuk mendapatkan energi psikis yang digunakan untuk mengoperasikan sistem dari struktur kepribadian lainnya. Id beroperasi berdasarkan prinsip kenikmatan (*pleasure principle*), yaitu berusaha memperoleh kenikmatan dan menghindari rasa sakit.

Bagi Id, kenikmatan adalah keadaan yang relatif inaktif atau tingkat energi yang rendah, dan rasa sakit adalah tegangan atau peningkatan energi yang mendambakan kepuasan. Jadi ketika ada stimuli yang memicu energi untuk bekerja - timbul tegangan energi - id beroperasi dengan prinsip kenikmatan; berusaha mengurangi atau menghilangkan tegangan itu; mengembalikan diri ke tingkat energi yang rendah. *Pleasure principlediproses* dengan dua cara, tindak

refleks (*reflex actions*) dan proses primer (*primary process*).

Tindak refleks adalah reaksi otomatis yang dibawa sejak lahir seperti mengejapkan mata - dipakai untuk menangani pemuasan rangsang sederhana dan biasanya segera dapat dilakukan. Proses primer adalah reaksi membayangkan atau mengkhayal sesuatu yang dapat mengurangi atau menghilangkan tegangan - dipakai untuk menangani stimulus kompleks, seperti bayi yang lapar membayangkan makanan atau puting ibunya. Proses membentuk gambaran objek yang dapat mengurangi tegangan, disebut pemenuhan hasrat (*nosh fulfillment*), misalnya: mimpi, lamunan, dan halusinasi psikotik.

b) Ego

Ego berkembang dari id agar orang mampu menangani realita; sehingga ego beroperasi mengikuti prinsip realita (*reality principle*); usaha memperoleh kepuasan yang dituntut Id dengan mencegah terjadinya tegangan baru atau menunda kenikmatan sampai ditemukan objek yang nyata-nyata dapat memuaskan kebutuhan. Prinsip Fealita itu dikerjakan melalui proses sekunder (*secondary process*), yakni berfikir realistik menyusun rencana dan menguji apakah rencana itu menghasilkan objek yang dimaksud.

Proses pengujian itu disebut uji realita (*reality test*) melaksanakan tindakan sesuai dengan rencana yang telah difikirkan secara realistik. Dari cara kerjanya dapat difahami sebagian besar daerah operasi ego berada di kesadaran, namun ada sebagian kecil ego beroperasi di daerah prasadar dan daerah tak sadar Ego adalah eksekutif (pelaksana) dari kepribadian, yang memiliki dua tugas utama; pertama, memilih stimuli mana yang hendak direspon dan atau insting mana yang akan dipuaskan sesuai dengan prioritas kebutuhan.

C) Superego

Superego adalah kekuatan moral dan etik dari kepribadian, yang beroperasi memakai prinsip idealistik (*idealistic principle*) sebagai lawan dari prinsip Kepuasan Id dan prinsip realistik dari Ego. Superego berkembang dari ego, dan seperti ego dia tidak mempunyai energi sendiri. Sama dengan ego, superego beroperasi di tiga daerah kesadaran. Namun berbeda dengan ego, dia tidak mempunyai kontak dengan dunia luar (sama dengan Id) sehingga kebutuhan kesempurnaan yang diperjuangkannya tidak realistik (Id tidak realistik dalam memperjuangkan kenikmatan).

2.2.3 Perkembangan Kepribadian

Menurut Fitriyah lailatul & Moh Jauhar dalam buku *Pengantar Psikologi Umum* mengemukakan bahwa psikologi perkembangan adalah suatu ilmu yang merupakan bagian dari psikologi. Dalam ruang lingkup psikologi, ilmu ini termasuk psikologi khusus, yaitu psikologi yang mempelajari kekhususan daripada tingkah laku individu. Psikologi perkembangan merupakan cabang yang mempelajari secara sistematis perkembangan perilaku manusia secara ontogenik, yaitu mempelajari struktur jasmani, perilaku, maupun fungsi mental manusia sepanjang rentang hidupnya (*life span*) dan masa konsepsi hingga menjelang mati.

2.2.4 Gangguan Kepribadian

Kepribadian seseorang menurut Dadang Hiwari (2005) dalam buku kajian *Psikopat Paranoid dan Gangguan Kepribadian Lainnya* dapat mengalami gangguan kepribadian apabila kepribadian tersebut tidak lentur (fleksibel) dan sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sehingga mengakibatkan kesulitan dalam menjalankan fungsi sosial di rumah, di sekolah, tempat kerja, dan di masyarakat.

2.2.5 Gangguan Kecemasan

Kecemasan menurut Albertine Minderop dalam buku *psikologi sastra* adalah situasi apapun yang mengancam

kenyamanan suatu organisme. Berbagai konflik dan bentukfrustasi yang menghambat kemajuan individu untuk mencapai tujuan merupakan salah satu sumber kecemasan. Ancaman yang dimaksud dapat berupa ancaman fisik, psikis, dan berbagai tekanan yang mengakibatkan timbulnya kecemasan (Minderop: 28).

Menurut Tirtojiwo (2012) kecemasan adalah kondisi kesehatan mental yang membutuhkan pengobatan. Gangguan kecemasan umum (*generalized anxiety disorder*) misalnya ditandai dengan kekhawatiran perisisten (menetap) berupa kecemasan besar ataupun kecil. Gejala umum kecemasan meliputi: 1.) merasa khawatir, 2.) merasa tidak berdaya, 3.) memiliki rasa bahwa bahaya, panic atau malapetaka yang akan datang, 4.) pernapasan denyut jantung meningkat cepat (hiperventilasi), 5.) berkeringat dan gemetar, 6.) merasa lemah atau lelah (Tirtojiwo, 2012).

Menurut Tirtojiwo gangguan kecemasan dapat dikelompokkan dalam :

1. Serangan panic, yaitu kecemasan yang dapat muncul tiba-tiba dan menyebabkan kekhawatiran, sesak napas, palpitasi jantung atau nyeri dada, rasa takut atau terror seperti perasaan bahwa malapetaka akan datang.

2. *Agoraphobia*, adalah kecemasan ketika penderita merasa tertangkap atau malu untuk pergi misalnya meninggalkan rumah. Sehingga penderita menghindari tempat atau situasi yang menyebabkan serangan panik.
3. Fobia spesifik, ditandai dengan kecemasan yang signifikan ketika sedang berada pada objek atau situasi tertentu, penderita ada keinginan untuk menghindar.
4. Fobia sosial, ditandai dengan kecemasan signifikan yang dipicu oleh beberapa jenis situasi sosial atau kinerja dan keinginan untuk menghindar
5. Obsesif-kompulsif, gangguan (OCD) ditandai dengan terus-menerus, berulang, keinginan tidak tertahankan (obsesi) untuk melakukan tindakan irasional atau tanpa tujuan (kompulsif).
6. *Post traumatic stress disorder* (PTSD) ditandai oleh perasaan mengingat kembali peristiwa yang traumatis yang menyebabkan emosi yang intens dan reaksi fisik dengan keinginan untuk menghindarkan diri dari peristiwa yang traumatis.
7. Gangguan kecemasan umum, ditandai oleh kecemasan dan kekhawatiran berlebihan tentang suatu hal yang besar dan kecil yang menetap. Jenis gangguan

kecemasan ini sering dimulai pada usia dini dan sering terjadi bersamaan dengan gangguan kecemasan lain atau depresi.

2.2.6 Penerimaan Diri (*self acceptance*)

Menurut Dariyo Agoes (2007; 205), *self acceptance* ialah suatu kemampuan individu untuk dapat melakukan penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri. Hasil analisa atau penilaian terhadap diri sendiri akan dijadikan dasar bagi seorang individu untuk dapat mengambil suatu keputusan dalam rangka penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri. Sikap penerimaan diri dapat dilakukan secara realistis, tetapi juga dapat dilakukan secara tidak realistis.

(Chaplin, 2005: 250) Chaplin mengemukakan bahwa penerimaan diri adalah sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri, penerimaan diri ini mengandaikan adanya kemampuan diri dalam psikologis seseorang, yang menunjukkan kualitas diri. Hal ini berarti bahwa tinjauan tersebut akan diarahkan pada seluruh kemampuan diri yang mendukung. Kesadaran diri akan segala kelebihan dan kekurangan diri haruslah seimbang dan diusahakan untuk saling melengkapi satu sama lain, sehingga dapat menumbuhkan kepribadian yang sehat.

Hurlock menambahkan bila individu hanya melihat dari satu sisi saja maka tidak mustahil akan timbul kepribadian yang timpang. Semakin individu menyukai dirinya maka ia akan mampu menerima dirinya dan ia akan semakin diterima oleh orang lain yang mengatakan bahwa individu dengan penerimaan diri yang baik akan mampu menerima karakter-karakter alamiah dan tidak mengkritik sesuatu yang tidak bisa diubah lagi (Hurlock. E, 1979: 434).

Secara rinci Jersild (dalam Hurlock, 1974), menyebutkan ciri-ciri Penerimaan diri adalah :

- Orang yang menerima dirinya memiliki harapan yang realistis terhadap keadaannya dan menghargai dirinya sendiri. Artinya orang tersebut mempunyai harapan yang sesuai dengan kemampuannya.
- Yakin akan standar-standar dan pengetahuan terhadap dirinya tanpa terpaku pada pendapat orang lain.
- Memiliki perhitungan akan keterbatasan dirinya dan tidak melihat pada dirinya sendiri secara irasional. Artinya orang tersebut memahami keterbatasannya, namun tidak mengeneralisasi bahwa dirinya tidak berguna.
- Menyadari asset diri yang dimilikinya dan merasa bebas untuk menarik atau melakukan keinginannya.

- Menyadari kekurangan tanpa menyalahkan diri sendiri.
Orang yang menerima dirinya mengetahui apa saja yang menjadi kekurangan yang ada dalam dirinya.

2.2.7 Faktor-faktor yang membentuk penerimaan diri (*self acceptance*)

Menurut Hurlock (2008) ada beberapa faktor yang membentuk penerimaan diri seseorang, yaitu :

- Pemahaman diri (*self understanding*). Pemahaman diri merupakan persepsi diri yang ditandai oleh *genuiness*, realita, dan kejujuran. Semakin seseorang memahami dirinya, semakin baik penerimaan dirinya.
- Harapan yang realistis. Ketika seseorang memiliki harapan yang realistis dalam mencapai sesuatu, hal ini akan mempengaruhi kepuasan diri yang merupakan esensi dari penerimaan diri. Harapan akan menjadi realistis jika dibuat sendiri oleh diri sendiri.
- Tidak adanya hambatan dari *lingkungan* (*absence of environment obstacles*). Ketidakmampuan dalam mencapai tujuan yang realistis, dapat terjadi karena hambatan dari lingkungan yang tidak mampu dikontrol oleh seseorang seperti diskriminasi ras, jenis kelamin, atau agama. Apabila hambatan hambatan itu dapat dihilangkan dan jika keluarga, orang-orang yang berada disekelilingnya memberikan motivasi dalam

mencapai tujuan, maka seseorang akan mampu memperoleh kepuasan terhadap pencapaiannya.

- Sikap sosial yang positif. Jika seseorang telah memperoleh sikap sosial yang positif, maka ia lebih mampu menerima dirinya. Tiga kondisi utama menghasilkan evaluasi positif antara lain adalah:

- Tidak adanya prasangka terhadap seseorang, adanya penghargaan terhadap kemampuan-kemampuan sosial kesediaan individu mengikuti tradisi suatu kelompok sosial.

- Tidak adanya stress yang berat. Tidak adanya stres atau tekanan emosional yang berat membuat seseorang bekerja secara optimal dan lebih berorientasi lingkungan daripada berorientasi diri dan lebih tenang dan bahagia.

- Pengaruh keberhasilan. Pengalaman gagal dapat menyebabkan penolakan diri, sedangkan meraih kesuksesan akan menghasilkan penerimaan diri.

- Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik. Sikap ini akan menghasilkan penilaian diri yang positif dan penerimaan diri. Proses identifikasi yang paling kuat terjadi pada masa kanak-kanak.

- Perspektif diri yang luas. Seseorang yang memandang dirinya sebagaimana orang lain memandang dirinya akan mampu mengembangkan pemahaman diri daripada seseorang yang perspektif dirinya sempit.
- Pola asuh yang baik pada masa anak-anak. Pendidikan di rumah dan sekolah sangat penting, penyesuaian terhadap hidup, terbentuk pada masa kanak-kanak, karena itulah pelatihan yang baik di rumah maupun sekolah pada masa kanak-kanak sangatlah penting.
- Konsep diri yang stabil. Hanya konsep diri positif yang mampu mengarahkan seseorang untuk melihat dirinya secara tidak konsisten.

2.2.8 Penelitian Terdahulu

Dalam pelaksanaan penelitian dibutuhkan riset atau penelitian yang pernah dilakukan. Tak hanya sebagai referensi, bentuk penelitian yang pernah dilakukan tersebut juga sebagai bentuk perbandingan penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian yang sebelumnya sudah pernah ada.

Penelitian terhadap Novel *Midnight Library* karya Matt Haig sebelumnya dilakukan terlebih dahulu oleh Amy Mastura Madjid dengan judul penelitian "*EARNED SECURE ATTACHMENT OF AVOIDANT PERSONALITY DISORDER CLIENT IN MATT HAIG'S THE MIDNIGHT LIBRARY*". Berdasarkan penelitian tersebut,

Mastura dalam tulisannya mengemukakan permasalahan-permasalahan yang muncul dalam kehidupan Nora sehingga menciptakan kelekatan aman yang dikembangkan oleh tokoh Nora Seed yang memiliki Gangguan kepribadian menghindar dengan konsep AvPD milik Milton, teori psikoanalisis milik Sigmund Freud, teori tahapan perkembangan psikososial milik Erikson, dan teori keterikatan milik Pearson.

Dalam tulisannya Mastura juga menyebutkan bahwa ketidakhadiran orang tua sebagai panutan mempengaruhi Nora untuk mengembangkan kepribadian yang tidak sehat. Kepribadian yang tidak sehat tersebut akhirnya mempengaruhi Nora untuk mengembangkan AvPD di masa dewasanya. Keterkaitan tersebut ditemukan Mastura dalam narasi-narasi yang diciptakan Matt Haig melalui penjabaran permasalahan yang muncul akibat latar belakang tokoh Nora dimana saat masa kanak-kanak hingga remaja tidak ada sosok orang tua sebagai panutan. Hasil penelitian Mastura juga menunjukkan bahwa Nora membangun kelekatan aman dari hubungannya dengan Mrs. Elm yang mengisi kekosongan peran orang tua bagi Nora dan membantunya memperbaiki kepribadian serta meredakan gejala AvPDnya.

Kemudian, penelitian kedua adalah Skripsi mengenai *Self acceptance* (penerimaan diri) pada novel *The Story Of My Life* karya Hellen Keller yang dilakukan oleh Maya

Anggraini dengan judul "*SELF-ACCEPTANCE OF DEAFBLINDNESS REFLECTED IN THE MAIN CHARACTER OF THE STORY OF MY LIFE MEMOIR (2014): A SOCIOLOGY OF LITERATURE*". Penelitian ini terfokus pada isu penerimaan diri terhadap buta dan tuli yang dialami tokoh utama. Maya menguraikan Apa saja upaya yang dilakukan tokoh utama terhadap keterbatasan yang dimilikinya untuk merefleksikan *self acceptance* pada dirinya.

Maya menyebutkan adanya indikator penerimaan diri didalam memoir tersebut yaitu penerimaan tubuh, perlindungan diri dari penilaian negative dari orang lain, merasa dan percaya pada kapasitas seseorang. Kedua, ada beberapa upaya yang dilakukan tokoh utama dalam menghadapi keterbatasannya seperti belajar aritmatika dan menggambar bentuk bumi. Teori yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah teori sosiologi sastra.

Selanjutnya, penelitian ketiga adalah skripsi mengenai *self acceptance* pada cerpen *MINUBAUZ* karya Yusuf Zaidan yang di tulis oleh Latifah Usman Hamdan dengan judul "*KONDISI PSIKOLOGIS TOKOH UTAMA DALAM CERPEN "MINUBAUZ" DALAM ANTOLOGI CERPEN AHLUL HAYY KARYA YUSUF ZAIDAN:ANALISIS PSIKOLOGI SASTRA*". Adanya peristiwa yang mengandung tekanan psikologis pada diri tokoh 'Aku' yang diteliti diambil berdasarkan peristiwa-peristiwa yang

didalamnya terdapat pertentangan id, ego dan superego ketika ia baru saja memasuki masa perimenopause, menopause dan fase akhir menopause. Usman mengemukakan berbagai mekanisme pertahanan ego digunakan tokoh aku untuk mengatasi masalah dalam hidupnya, yaitu escaping-avoiding, pengingkaran, dan rasionalisasi. Teori yang digunakan Usman dalam penelitiannya adalah teori structural dan teori psikologi sastra berupa psikoanalisis Sigmund Freud.

Persamaan yang ditemukan dalam ke tiga penelitian relevan tersebut adalah sama-sama membahas *tentang self acceptance*. Perbedaan terletak pada judul, teori yang digunakan dan judul novel. Namun, penelitian milik Amy Mastura Madjid dengan judul penelitian "*EARNED SECURE ATTACHMENT OF AVOIDANT PERSONALITY DISORDER CLIENT IN MATT HAIG'S THE MIDNIGHT LIBRARY*" merupakan yang paling relevan dengan penelitian *Self acceptance* pada tokoh Nora dalam novel *Midnight Library* karya Matt Haig. Walaupun penelitian digunakan pada novel yang sama, penelitian milik Mastura berfokus pada permasalahan-permasalahan yang muncul dalam kehidupan Nora sehingga menciptakan kelekatan aman yang dikembangkan oleh tokoh Nora Seed yang memiliki Gangguan kepribadian menghindar dengan konsep AvPD milik Milton.

BAB III

PEMBAHASAN

Setelah memaparkan landasan teori pada bab sebelumnya, maka pada bab ini akan memaparkan ringkasan cerita pada novel *Midnight Library*, kemudian akan dilanjutkan dengan menganalisis tokoh utama tersebut berdasarkan tiga dimensi yaitu dimensi fisiologis, sosiologis, dan psikologis. berdasarkan beberapa unsur pendukung lainnya, akan menganalisis faktor yang mempengaruhi *self acceptance* menggunakan kajian perkembangan kepribadian juga dilanjut dengan analisis *self acceptance* (penerimaan diri) yang terjadi pada tokoh utama.

3.1 Ringkasan Cerita

Novel *Midnight Library* karya Matt Haig di terbitkan pada 13 Agustus 2020 dan berisi 295 halaman. Novel ini menceritakan tentang seorang wanita bernama Nora Seed yang merasa bahwa hidupnya penuh penyesalan dan kegagalan. Dimulai dari kucingnya yang mati karena tertabrak mobil, kemudian ia di pecat dari beberapa pekerjaanya, dan kenangan pahit di masa lalu seperti tidak dapat melanjutkan impian ayahnya agar ia menjadi atlet renang, hal tersebut menjadi kenangan pahit karena ayahnya sudah meninggal,

kehidupannya diperparah dengan keluarnya ia dari band musik yang ia bangun bersama kakanya, lalu gagal menikah dengan tunangannya dan ia tidak ikut tinggal di Australia bersama sahabatnya, begitu banyak hal-hal yang tidak tercapai dan berujung gagal menjadikan pengalaman yang traumatik untuknya.

Beberapa tahun ini Nora juga mengonsumsi obat tidur dan anti depresan untuk mengurangi masalah tidur juga stress berkepanjangan yang dideritanya. Hingga pada hari ia dipecat dari pekerjaannya, moment tersebut membuat Nora merasa bahwa ia akan tenang dan semua orang akan baik-baik saja jika ia tidak ada di dunia ini dan memutuskan untuk mengakhiri hidupnya dengan meminum Tablet anti depressan lebih dari dosis yang ditentukan. Namun saat ia membuka mata, bukan di surga atau neraka, Nora justru berada di dalam sebuah perpustakaan dengan banyak buku di dominasi warna hijau. Yang lebih mengejutkan ada Mrs.Elm disana. Mrs.Elm adalah penjaga perpustakaan saat Nora masih sekolah dulu, ketika itu mereka sering berbincang bersama tentang masa depan atau kehidupan masing-masing.

Mrs.elm membantu Nora menjalani kehidupan-kehidupan sebelumnya yang Nora anggap gagal melalui *Midnight Library*, hal itu menyadari Nora bahwa takdir tidak bisa di ubah, semua tergantung bagaimana kita mau menjalani

dan menerima hidup, semua yang terjadi di masa lalu bukanlah salahnya, dan juga dari perjalanan di perpustakaan itu, Nora menyadari meskipun kehidupan yang ia anggap 'gagal' itu berlanjut, tetap ada hal yang membuatnya kehilangan dan harus ia relakan, bahkan kehidupan itu tidak berjalan seperti yang ia bayangkan, karena pada nyatanya setiap jalan hidup yang kita jalani selalu ada naik turun dan ikhlas terhadap sesuatu.

Setelah melewati tengah malam di perpustakaan dan menjalankan beberapa kehidupan masa lalu nya, Nora akhirnya kembali ke kehidupannya dimana ia sedang sekarat di kamarnya akibat meminum obat dosis berlebih, ia bertekad untuk menerima kehidupannya yang sekarang, memperbaiki hubungannya dengan orang-orang dan menjalani hidup yang lebih baik karena ia sadar, bahwa ia ingin hidup lebih lama dan menjalani banyak hal yang belum pernah ia rasakan. Nora berusaha menelpon seorang teman dan ia pun dibawa ke rumah sakit, setelah pulih, Nora menjalani kehidupan yang lebih baik dengan menerima dirinya juga semua masa lalunya.

3.2 Analisis Novel *Midnight Library*

Untuk selanjutnya, analisis akan dibagi menjadi sub-bab karena *self acceptance* berkaitan dengan setiap unsur intrinsik dari tokoh Nora Seed.

Sebelum menganalisis lebih dalam mengenai tokoh Nora, akan dijelaskan terlebih dahulu siapa saja tokoh yang ada dalam novel *Midnight Library* karya Matt Haig ini, termasuk tokoh tambahan, alur, simbol dan Latar tempat. Tujuannya adalah sebagai penunjang dalam menganalisis aspek *self acceptance* (penerimaan diri) dari tokoh utama.

3.2.1 Tokoh Dalam Novel *Midnight Library*

Menurut Nurgiyantoro (1995: 176) berdasarkan peranan dan tingkat pentingnya, tokoh terdiri atas tokoh utama dan tokoh tambahan. Tokoh utama adalah tokoh yang diutamakan penceritaannya dalam novel yang bersangkutan. Ia merupakan tokoh yang paling banyak diceritakan baik sebagai pelaku kejadian maupun yang dikenai kejadian.

Berikut analisis tokoh-tokoh yang dimaksud dalam novel *Midnight Library* yaitu, Nora Seed sebagai tokoh utama, dikarenakan dari awal cerita novel sampai akhir menceritakan tentang perjalanan Nora di *Midnight library* untuk mengulang kehidupan yang ia sesali di masa lalu dimana itu menjadi pemicu depresi dan trauma di kehidupannya sekarang, sehingga ia sadar bahwa ia harus menerima kehidupan dan dirinya sendiri serta menjalaninya dengan lebih baik. Melalui ringkasan cerita di atas, jelas terlihat bahwa Nora Seed memiliki kuantitas kemunculan dan

mengalami konflik paling banyak dalam keseluruhan cerita dari awal sampai akhir.

Dalam Novel *Midnight Library* dapat dilihat adanya Tokoh tambahan yaitu Mrs. Elm. Menurut Nurgiyantoro (1995) tokoh tambahan adalah tokoh yang dimuat lebih sedikit dibanding tokoh utama. Tokoh tambahan akan dimunculkan jika kejadian dalam sebuah cerita secara langsung berkaitan dengan pemeran atau tokoh utama. Dalam novel ini, dapat ditarik sebagai contoh dari tokoh Mrs. Elm sebagai tokoh tambahan yang menjaga perpustakaan sekolah Nora dulu dan penjaga *Midnight Library* yang membantu perjalanan Nora Hingga Nora kembali sadar di kehidupannya yang asli.

Lalu ada tokoh pembantu yang hanya muncul di beberapa penggalan cerita seperti ayah dan ibu Nora, Ash sebagai pria yang pernah mendekati Nora, Neil sebagai Bos tempat Nora bekerja, Joe kakak laki-laki Nora, Ravi sebagai sahabat Joe, Dan sebagai pacar Nora, dan Izzy sebagai sahabat Nora. Aminuddin (dalam Nurgiyantoro, 1995:79-80) menyatakan Tokoh pembantu adalah tokoh yang memiliki peranan tidak penting dalam cerita dan kehadiran tokoh ini hanya sekedar menunjang tokoh utama.

3.2.2 Analisis 3 Dimensi Tokoh

Analisis diawali dengan gambaran mengenai deskripsi tokoh utama. Mido, (1994: 21) Dimensi fisiologis (fisik) adalah penggambaran fisik tokoh seperti jenis kelamin, umur, keadaan tubuh, ciri-ciri keadaan tubuh yaitu seperti raut muka dan sebagainya. Berdasarkan dimensi fisiologisnya Nora digambarkan sebagai seorang wanita berusia 35 tahun. *"Nineteen years before she dicided to die, Nora Seed sat in the warmth of the smalllibrary at Hzedene School in the town of Bedford."* (Haig, 2020:12)

Dari kutipan diatas, diketahui Nora duduk di perpustakaan nya saat berusia 16 tahun, maka 16 ditambah 19 yaitu 35. Kemudian ada kalimat pendukung yaitu percakapan antara Nora dan Neil *"I'm thirty five"*. (Haig, 2020:19). Jadi dapat disimpulkan bahwa Nora di kehidupan saat ini berusia 35 tahun.

Nora digambarkan memiliki rambut sehitam arang dan memiliki tahi lalat kecil di tangan kirinya. Ia juga bukan seseorang yang mendalami fashion atau selalu peduli akan penampilannya. Hal ini dapat dilihat dari pernyataan berikut.

"this was all true, and she imagined her appearance including makeup, free face, loose makeshift ponytail in the same secondhand green corduroy pinafore dress she had worn to work all week garnished

with the general air of tired despair would back her up". (Haig, 2020:18)

"she smoothed a stray strand of her coal black hair up towards her pony tail". (Haig, 2020:19)

"Nora stared down at the small mole on her left hand". (Haig, 2020:19)

Jadi dapat dikatakan bahwa Nora Seed adalah seorang wanita berumur 35 tahun dengan rambut hitam dan tahi lalat di tangan kirinya, ia pun bukan seseorang yang terlalu mementingkan penampilan, hal tersebut disebabkan oleh gangguan kesehatan mental yang ia derita sehingga mempengaruhi *Self acceptance* pada dirinya. Jersild (dalam Hurlock, 1974), menyebutkan ciri-ciri penerimaan diri adalah; Orang yang menerima dirinya memiliki harapan yang realistis terhadap keadaannya dan menghargai dirinya sendiri. Ketika seseorang mencintai dirinya, maka ia akan menghargai dirinya dengan berpakaian rapih, membeli makanan enak atau hal lain yang membuat dirinya merasa senang, sedangkan disini Nora melakukan sebaliknya. Seperti yang dijelaskan di pada dimensi fisiologis tokoh, Nora memiliki gangguan depresi yang menyebabkan rasa abai pada penampilan. Dikutip dari Utami, Silfa H. *Tanda Orang Alami Depresi, Perhatikan Orang Terdekat dan Rangkul*, 2019. WWW.suara.com.

"salah satu ciri orang yang sedang depresi adalah tidak memperhatikan penampilan. Mereka cenderung cuek dan tampil berantakan. Hal ini terjadi karena mereka sibuk dengan pikirannya hingga abai pada penampilan."

Penjelasan tersebut menunjukkan adanya pengaruh *self acceptance* terhadap dimensi fisiologis dari tokoh Nora yakni bagaimana cara ia berpenampilan.

Adapun tokoh tambahan yaitu Mrs.Elm yang menjadi jembatan antara Nora dan *Midnight Library* yang membantunya hingga menyelesaikan kehidupan yang berbeda di dalam perpustakaan itu. Mrs.Elm memiliki rambut pendek bewarna abu-abu, dan berusia 60 tahun. Hal ini dapat dilihat dari pernyataan berikut. "*the woman had arrived seemingly from nowhere. Smartly dressed, with short grey hair and a turtle-green polo neck jumper. About sixty, if Nora had to pin it down*". (Haig, 2020:36)

Selanjutnya adalah dimensi sosiologis tokoh. Dimensi sosiologis tokoh dapat dilihat melalui status pekerjaan, jabatan dan keluarga, pandangan hidup, kepercayaan dan agama, ideologi, aktivitas sosial, organisasi kegemaran, suku bangsa dan lain-lain.

Dalam novel, Nora menghabiskan hari-harinya dengan bekerja di tempat Neil, mengajar les piano dan menghabiskan waktu di apartmen bersama volt, kucingnya. diceritakan

pula bahwa Nora mengikuti renang sejak kecil, ketika ayahnya meninggal pun, ibu Nora menjemputnya menggunakan mobil. Selain itu kakak Nora, Joe, memiliki beberapa alat musik di kamarnya seperti piano dan gitar yang dihadiahkan dari kedua orang tua mereka.

" as soon as I started winning swimming races, I became seen and I didn't want to be seen." (Haig, 2020:88)

" I go to Joe's Room and catch a new red electric guitar beside his bed, I just know that he got the support from mom and dad. I walk to the corner where he put the white piano from dad on his 14th birthday and my finger automatically playing chopin nocturne op. 9 no 2" (Haig, 2020: 214)

" it was over an hour before Nora's mother came to pick her up, her brother stoned and numb in the backseat." (Haig, 2020: 37)

Kemudian, ketika dewasa dan hidup sendiri, Selain memenuhi kebutuhan pribadi, biaya sewa apartmen, Nora juga harus mengeluarkan biaya untuk perawatan kucingnya. Maka dapat dikatakan bahwa Nora berasal dari keluarga menengah keatas dan saat tinggal sendiri pun Nora memiliki pemasukan bulanan yang cukup untuk kehidupannya sehari-hari.

Berlanjut ke dimensi psikologis, Dimensi psikologis yaitu entalitas: norma-norma, moral yang dipakai,

temperamen, perasaan-perasaan, dan keinginan pribadi, sikap dan watak, kecerdasan, keahlian dan kecakapan khusus.

Nora di ceritakan memiliki gangguan depresi dan trauma, hal itu juga memicu pribadinya yang susah bersosialisasi dengan dunia luar dan lebih sering menutup diri. Menurut Anderson (dalam Sugiarti, 2008:6), *self acceptance* sangat berpengaruh bagaimana seseorang menjalani hidup. Seseorang yang mampu menerima dirinya, maka ia tidak akan takut memandang dirinya secara jujur, baik di dalam (hati/pikiran/perasaan) maupun di luar (perilaku, penampilan), karena kita tidak bisa lari dari diri sendiri, walau apapun yang kita lakukan. Penerimaan diri (*self acceptance*) ini diperlukan untuk menyatukan tubuh, pikiran dan jiwa. Dalam permasalahan yang di derita, Nora memilih untuk menghindar dari kemungkinan bahwa ia akan merasa kecewa dan takut pada masa depan, Bahkan ia juga menjaga jarak dengan Dan, pacarnya.

"Dan had texted her yesterday.

'Nora, I miss you can we talk? D x'

She'd said she was stupidly hectic (big lol). Yet it was impossible to text anything else. Not because she didn't fell for him, but because she did. And couldn't risk hurting him again. She'd ruined his life. **My life is chaos.**" (Haig, 2020:22)

Dalam kutipan diatas menunjukkan bagaimana Id Nora muncul. Id nya menginginkan kehidupan yang tenang sehingga Egonya mewujudkan dengan cara menghindari Dan, dilihat disaat Nora berbohong bahwa dirinya sibuk ketika Dan ingin berbicara dengannya. Hal itu terjadi karena Nora merasa tidak pantas menerima kebaikan yang diberikan Dan padanya, selain itu Nora merasa bersalah kepada Dan karena tiba-tiba membatalkan pernikahan mereka. Jika Nora memiliki tingkat *self acceptance* yang tinggi, maka Nora bisa membuka hati untuk Dan masuk dalam ke hidupnya dan berusaha untuk memperbaiki kesalahannya, namun yang ia lakukan justru sebaliknya. Nora juga sudah lama tidak berhubungan dengan sahabat satu-satunya, Izzy, yang tinggal di Australia, karena jarak yang jauh mereka jadi jarang berkomunikasi dan text pesan terakhir dari Nora pun tidak dibalas oleh Izzy. Izzy adalah satu-satunya sahabat Nora, ketika Izzy tidak berada di dekat Nora lagi, Nora kehilangan tempat untuk berbagi cerita sehingga setiap masalah yang datang ia pendam sendiri. Komunikasi mereka yang terputus sangat berpengaruh pada kehidupan sosial Nora. Dimana Nora sulit bersosialisasi dengan orang lain akibat dari permasalahan *self acceptance* dalam dirinya.

`` hi Izzy, long time no chat. Miss you,
My friend. Would be WONDEROUS to catch up. X
'She added another 'X' and sent it. Within

a minute, Izzy had seen the message. Nora waited in vain for three dots to appear". (Haig, 2020:27)

Nora merasa aman dengan dirinya sendiri dan tidak nyaman menerima kedatangan orang lain. Hal ini menunjukkan bagaimana dampak dari *self acceptance* yang dimiliki Nora rendah sehingga ia tidak bisa keluar dari zona nyamannya saat hanya bersama Izzy dan ketika sahabatnya jauh, Nora tidak memiliki teman lain untuk berbincang. Dampak penerimaan diri dalam penyesuaian sosial menurut Hurlock (1974) yakni Orang yang memiliki *self acceptance* tinggi akan merasa aman untuk menerima orang lain, memberikan perhatiannya pada orang lain, menaruh minat terhadap orang lain, seperti menunjukkan rasa empati dan simpati.

Dimensi psikologis juga meliputi kecerdasan dan kecakapan khusus. Nora memiliki keahlian berenang dan ia pun memiliki otak yang cerdas, hal tersebut di tunjukan dalam kutipan berikut: *"I'm Kerry-Anne. Remember you from school. The swimmer. Super-brain. Didn't whatshisface, Mr Blandford, do an assembly on you once? Said you were going to end up at the Olympics?"* (Haig, 2020: 25).

Kutipan tersebut adalah ucapan dari seorang wanita bernama Kerry Anne yang mengenal Nora saat sekolah dulu. Ia menyebutkan kata *"the swimmer"* dan *"super brain"* selain itu Nora hampir menuju Olympics menjadi atlet renang. Hal

ini membuktikan bahwa Nora memiliki kemampuan di bidang akademik maupun non akademik. Kemudian ada percakapan antara Nora bersama Mrs Elm saat di perpustakaan sekolahnya dulu, " *'on venus it is pure acid' Mrs Elm pulled a paper tissue from her sleeve and delicately blew her nose. 'see? With a brain like yours you can do anything'*" (Haig, 2020: 13). Akibat tingkat *Self acceptance* rendah yang dimiliki Nora membuat kemampuannya tidak dikembangkan. Nora juga memiliki perasaan putus asa akan kehidupannya, ia merasa gagal dan tidak ada satupun hal yang berhasil ia gapai.

"Putus asa adalah emosi atau perasaan yang ditandai dengan kurangnya harapan, optimisme, dan gairah. Seseorang yang mengalami kondisi ini seringkali tidak memiliki harapan dalam hidup, atau sudah menyerah dengan keyakinannya untuk berubah menjadi lebih baik atau sukses di masa depan." Dikutip dari artikel [hellosehat.com](https://www.hellosehat.com) Ihda, (2021)

Dalam hal ini dapat dilihat dari sudut pandang Nora akan kehidupannya pada kutipan Novel *Midnight Library* halaman 31:

"after the wine a realization hit her total clarity. She wasn't made for this life. Every move had been a mistake, every decision a disaster, every day a retreat from who she'd imagined she'd be. Swimmer, musician, philosopher. Spouse, traveler, glaciologist, happy loved. Nothing. She

couldn't even manage 'cat owner'. (Haig, 2020: 31).

Depresi atau gangguan suasana hati yang menyebabkan terganggunya aktifitas sehari-hari ini ditetapkan oleh World Health Organization (WHO) sebagai krisis global dan memprediksi pada tahun 2020 gangguan depresi ini merupakan nomor dua penyumbang penyebab ketidakmampuan seseorang dalam kehidupannya setelah kardiovaskular. Lebih dari 350 juta jiwa penduduk dunia mengalami depresi sehingga WHO menetapkan depresi sebagai salah satu prioritas untuk ditangani (Kemenkes, 2014). secara dominan muncul adalah perasaan tidak berdaya dan kehilangan harapan. Akibat dari depresi yang paling parah adalah kecenderungan untuk melakukan bunuh diri. Dan hal tersebut terjadi pada Nora.

Selain itu sikap orang tua Nora pada saat ia masih remaja juga mempengaruhi psikis nya sehingga hal tersebut membuat tingkat *self acceptance* dalam diri Nora rendah. Diketahui bahwa kedua orang tuanya bercerai, Nora pun selalu di iming-iming untuk mengikuti renang karena menuju Olympic adalah impian ayahnya. Ayahnya tidak pernah mendengarkan dan selalu mengkritik setiap hal yang Nora lakukan kecuali itu berhubungan dengan renang. " *as well as being highly critical of everything Nora did, and everything Nora wanted and everything Nora believed,*

unless it was related to swimming. Nora's father had been a difficult man" (Haig, 2020: 89)

Saat Nora menang di pertandingan nasional, ia merasa bahwa tidak sanggup lagi menekuni renang, akhirnya Nora memutuskan untuk berhenti berenang dan membuat ayahnya kecewa, hal tersebut juga di sesali Nora terlebih Ayahnya meninggal ketika Nora berusia 16 tahun. Melihat raut kecewa dari ayahnya dan moment dimana ayahnya meninggal dunia, hal itu menjadi kenangan traumatik bagi Nora yang juga mempengaruhi *self acceptance* nya. Dimana sejak saat itu Nora merasa bahwa dirinya sudah gagal membuat ayahnya bangga dan bahagia. Faktor penerimaan diri menurut Hurlock (2008) adalah Tidak adanya hambatan dari lingkungan (*absence of environment obstacles*). Ketidakmampuan dalam mencapai tujuan yang realistis, dapat terjadi karena hambatan dari lingkungan yang tidak mampu dikontrol oleh seseorang. Apabila hambatan hambatan itu dapat dihilangkan dan jika keluarga, atau orang-orang yang berada disekelilingnya memberikan motivasi dalam mencapai tujuan, maka seseorang akan mampu memperoleh kepuasan terhadap pencapaiannya.

" She won races in local and then national competitions, but as she reached fifteen it became too much. The daily swims, length after length after length.

She pictured her father's face in the car when she said that she had to quit, she didn't want to swim in competitions anymore. That look of disappointment and profound frustration. " Haig, (2020: 88)

" she remembered the day her father died, when Mrs. Elm gently broke the news to her in the library" (Haig, 2020: 29)

Berdasarkan Analisis segi dimensi psikologis Nora, ia adalah seorang wanita yang cerdas dan menguasai banyak bidang. Namun karena tingkat *self acceptance* yang rendah kemampuan yang ia miliki tersebut tidak dikembangkan. Beberapa keputusan yang ia ambil juga trauma di masa lalu, seperti membuat ayahnya kecewa ketika ia berhenti berenang, meninggalkan kekasihnya untuk menghindar dari rasa takut akan masa depan dan rasa kecewa yang dipengaruhi oleh Id serta egonya dan lain hal tersebut membuat Nora merasa bersalah akan dirinya serta pada orang-orang disekitarnya, Nora menyalahkan dan tidak dapat menerima dirinya sendiri dimana hal itu disebabkan oleh tingkat *self acceptance* nya yang rendah dan Nora tidak mampu menyikapi hal itu sampai pada akhirnya mempengaruhi kesehatan mentalnya.

3.2.3 Alur

Stanton dalam Nurgiyantoro (1995:113) mengatakan bahwa alur adalah cerita yang berisi urutan kejadian, namun tiap

kejadian itu hanya dihubungkan secara sebab-akibat, peristiwa yang satu disebabkan atau menyebabkan peristiwa yang lain.

Pada prinsipnya, ada tiga jenis alur, yaitu pertama, alur garis lurus atau alur progresif atau alur konvensional adalah urutan peristiwa yang berurutan dari awal hingga akhir. Pengarang memilih peristiwa-peristiwa penting yang menurut pertimbangan pengarang harus dimasukkan dalam karyanya karena mendukung proses penceritaan. Kedua, alur flashback atau sort balik atau alur regresif adalah alur yang terjadi karena pengarang mendahulukan akhir cerita dan setelah itu Kembali ke awal cerita. Ketiga, alur campuran yaitu pemakaian alur garis lurus dan flashback sekaligus di dalam cerita fiksi.`

Pada novel *Midnight Library* Alur yang digunakan adalah Alur Campuran. dimana alur campuran berperan untuk menjelaskan secara detail pada akar kehidupan Nora diumurnya yang 35 tahun yaitu momen disaat ia hendak melakukan percobaan bunuh diri akibat tingkat *self acceptance* nya yang rendah juga masalah kesehatan mental yang ia derita. Kemudian alur campuran ini kembali ke masa kanak-kanak dan remaja Nora untuk menunjukan faktor penyebab yang membuat Nora tidak memiliki *self acceptance* ketika ia dewasa yang menjadi pengaruh akan kesehatan

mentalnya sehingga hal tersebut memicu Nora untuk melakukan percobaan bunuh diri. Setelah itu alur cerita ini kembali ke masa Nora ketika sudah dewasa dan menjalai kehidupan *Midnight Library* untuk menunjukkan bagaimana ia menyikapi masalah *self acceptance* dalam dirinya. diceritakan pada akar kehidupan Nora Karena pada awal bab ' *A Conversation About Rain*' adalah flashback 19 tahun lalu sebelum Nora memutuskan untuk mengakhiri hidupnya dimana ia sedang di perpustakaan sekolahnya bersama Mrs. Elm.

" Nineteen years before she decided to die, Nora Seed sat in the warmth of the small library at Hazeldene School in the town of Bedford. She sat at a low table staring at a chess board. 'Nora dear, it's natural to worry about your future', said the librarian, Mrs. Elm, her eyes twinkling." (Haig, 2020: 4).

Lalu pada chapter berikutnya diceritakan kehidupan sekarang dimana Nora berusia 35 tahun dan 27 jam sebelum Nora memutuskan untuk mengakhiri hidupnya. " *Twenty- seven hours before she decided to die, Nora Seed sat on her dilapidated sofa scrolling through other people's happy lives.* " (Haig, 2020: 7)

3.2.3.1 Konflik

Konflik eksternal yang terjadi dalam novel *Midnight Library* yaitu (*Man against environment*) adalah konflik

yang disebabkan adanya perbenturan antara tokoh dan lingkungan alam. Konflik sosial (*Man against man*) konflik yang disebabkan kontak sosial antar manusia. Konflik ini mulai timbul antara Nora dan orang tuanya dimana saat anak-anak orang tua Nora lebih condong mendukung Joe, kakanya. Sehingga hal tersebut membuat Id Nora melakukan segala sesuatu seperti renang untuk mendapat validasi dari orang tuanya meskipun ia ingin melakukan hal lain.

Kemudian konflik internal yakni (*man against himself*) dimana Nora mengalami konflik batin ketika ia merasa bahwa orang-orang disekitarnya akan lebih bahagia jika dirinya tidak ada. Nora juga selalu menyalahkan dirinya atas apa yang sudah terjadi di masa lalu. Momen traumatik yang tidak bisa Nora terima juga menunjukkan adanya konflik Nora dengan dirinya sendiri. Hal tersebut menunjukkan bahwa Konflik eksternal maupun internal menjadi faktor terhadap *self acceptance* Nora.

3.2.4 Simbol

Simbol adalah sesuatu yang mengandung arti yang lebih dalam dari pada arti yang sebenarnya (Landy, 1972: 271). Simbol dapat mengambil bentuk yang berbeda-beda. Pada umumnya, simbol adalah obyek yang mewakili obyek yang lain untuk memberikan arti yang berbeda

dari yang sebenarnya dan yang mengandung makna yang lebih dalam dan lebih signifikan. Ini adalah cara penulis-penulis untuk memberi makna dan emosi yang lebih terhadap kata-kata di dalam karyanya (Landy, 1972: 272).

Dalam hal ini, sebuah obyek, seseorang atau situasi dapat merepresentasikan simbol (Kennedy, 1991: 182-184), sebagai contohnya, warna hitam sering digunakan untuk menyimbolkan kematian atau iblis. Warna merah dapat menyimbolkan darah atau gairah. Para penulis menggunakan simbol dalam karya-karyanya untuk membawa pesannya dalam cara yang lebih untuk disampaikan kepada pembaca. Simbol dalam karya sastra dapat ditemukan dalam obyek, karakter atau figur, warna yang dapat merepresentasikan ide atau konsep yang abstrak. Simbol di dalam sebuah objek dapat berupa gambar ataupun huruf.

Simbol-Simbol yang terdapat pada Novel *Midnight Library* telah dirangkum sebagai berikut:

1. *Chessboard* (papan catur): pada awal bab menceritakan Nora dan Mrs. Elm sedang duduk di perpustakaan sambil bermain catur bersama ketika Nora masih duduk di bangku sekolah. itu adalah hari dimana Nora mendapat kabar bahwa ayahnya meninggal karena serangan jantung.

" Nineteen years before she decided to die, Nora Seed sat in the warmth of the small library at Hazeldene School in the town of Bedford. She sat at a low table staring at a chess board. 'Nora dear, it's natural to worry about your future', said the librarian, Mrs. Elm, her eyes twinkling." (Haig, 2020: 4).

Papan catur juga muncul pada BAB "The Chessboard" dimana saat itu Nora baru saja kembali ke *Midnight Library* dari perjalanan kehidupannya bersama Dan, Nora mendapati Mrs. Elm sedang bermain Catur sendirian. " *Mrs. Elm wasn't at the office desk. She was sat at a low wooden table right there in front of Nora, and she was playing chess all alone.*" (Haig, 2020: 63)

Lalu pada akhir cerita dimana Nora sudah kembali ke kehidupan aslinya dan menjalani hidup yang lebih baik, ia pergi mengunjungi Mrs. Elm di panti jompo dan mengajaknya bermain catur bersama.

" 'I teach piano lessons. And I help out the homeless shelter every other Tuesday. But I will always have an hour... and to be honest, I have no one to play chess with either?.' A tired smile spread across Mrs. Elm's face. 'well, that would be lovely' ". (Haig, 2020: 289)

Disini *Chessboard* atau papan catur bukan hanya sebagai objek permainan yang dimainkan dua orang namun menjadi symbol ikatan antara Nora dan Mrs. Elm.

Nora banyak menghabiskan waktu saat sekolah di perpustakaan, ia dan Mrs. Elm menjadi dekat, wanita paruh baya itu mengingatkan Nora pada Ibunya sendiri. Bahkan Mrs. Elm juga menjadi jembatan antara Nora dan *Midnight Library* yang membantu Nora menjalani kehidupan yang ia sesali dan membuat Nora bisa menggambarkan dan menyikapi *self acceptance* titik dimana ia bisa menerima secara penuh akan dirinya.

2. Buku

Dikutip dari web Kumparan.com oleh Syarif Yunus Pada 8 Februari 2021,

"Buku adalah teman yang dibutuhkan jiwa sepanjang masa. Bagaimana pun jeleknya sebuah buku, ada manfaatnya. Karena buku dapat mengubah masa depan seseorang menjadi lebih baik".

Di *Midnight Library* terdapat banyak buku, Namun Buku yang paling sering muncul dan memiliki peranan penting dalam cerita adalah '*The book of regrets*' yang artinya buku penyesalan. Hal tersebut dapat dilihat pada kutipan berikut:

" Mrs Elm raised an eyebrow. 'Yes. That one. It's something you have written without ever having to type a word' 'What?' 'This book is the source of all your problems, and the answer to them too' 'But what is it?' 'It is called, my dear, The Book of Regrets' ". (Haig, 2020: 35)

"The book was divided into chapters, chronologically arranged around the years of her life. 0, 1, 2, 3, all the way up to 35. The chapters got much longer as the book progressed, year by year. But the regrets she accumulated weren't specifically related to that year in question." (Haig, 2020: 36)

Buku ini Menjadi symbol atas penyesalan Nora, Saksi perjuangan Nora di perjalanan *Midnight Library* dan membantu Nora untuk menjalani masa depan yang lebih baik. Isi dari buku tersebut adalah penyesalan-penyesalan Nora dari umur 0 tahun sampai 35 tahun, dimana penyesalan dan momen dalam buku tersebut yang mempengaruhi *self acceptance* Nora ketika ia beranjak dewasa hingga saat umurnya saat ini. Seiring dengan Nora melakukan perjalanan kehidupan yang ia sesali di *Midnight Library*, perlahan penyesalan-penyesalan dalam buku itu pun hilang. Dengan kata lain, buku tersebut menjadi petunjuk dan jalan Nora di *Midnight Library* untuk mengatasi masalah *self acceptance* pada dirinya.

3. Warna Hijau

Saat pertama kali Nora menginjakan kaki di *Midnight Library*, semua buku nya bewarna hijau.

" The books were everywhere, on shelves so thin they might as well have been invisible. The books were all green. Greens of multifarious shades. Some of these volumes were a murky swamp green, some a bright and light chartreuse, some a

bold emerald and others the verdant shade
of summer lawns.” (Haig, 2020: 26)

Dikutip dari web detikhealth.com, Arti warna hijau yaitu kesejukan. Warna hijau sering melambangkan alam dan kesegaran. Karena memiliki kaitan yang kuat dengan alam, hijau sering dianggap mewakili ketenangan, keberuntungan, kesehatan dan kecemburuan. selain itu warna hijau sangat membantu seseorang yang berada dalam situasi tertekan untuk menjadi lebih mampu dalam menyeimbangkan emosi dan memudahkan keterbukaan dalam berkomunikasi. Dikutip dari web psikologi.com tentang psikologi dan filosofi warna, Warna hijau identik dengan warna alam. Dalam dunia psikologi, warna hijau digunakan untuk membantu seseorang agar memiliki kemampuan menyeimbangkan emosi dan keterbukaan dalam berkomunikasi. Warna hijau memberikan efek relaksasi dan ketenangan.

Warna hijau dapat menunjukkan aura seseorang dengan kepribadian plegmatis, yakni kedamaian dalam diri. Orang dengan tipe kepribadian ini akan menjadi penengah ketika terjadi perbedaan dan mampu menghindari konflik kepentingan. Maka dari itu warna hijau pada buku-buku di *Midnight Library* melambangkan keseimbangan emosi dan perasaan Nora agar ia bisa lebih terbuka dan menerima masa

lalu yang traumatic baginya sehingga ia bisa menyikapi dan menggambarkan *self acceptance* dalam dirinya.

4. *Midnight Library*

Saat Nora terbangun, ia sudah berada di Midnight Library. sebuah perpustakaan tengah malam yang menjadi penengah antara kehidupan dan kematian, dan Nora berada di antaranya. Disini, *Midnight Library* memiliki simbol harapan bagi Nora. seperti yang sudah dijelaskan, Nora memilih untuk mengakhiri hidupnya, namun saat ia menjalani kehidupan di dalam *Midnight Library*, perlahan tingkat dari *Self acceptance* nya meningkat. Nora menjadi memiliki harapan akan kehidupan baru, kehidupan yang ingin ia jalani dengan lebih baik, dimana ia bisa menerima dirinya secara utuh tanpa merasakan trauma juga kecewa seperti di masa lalu maupun hari-hari yang selama ini ia jalani. sehingga *Midnight Library* bukan hanya sekedar perpustakaan malam yang membawa Nora ke Universe berbeda, namun sebagai tempat yang berkaitan dengan *self acceptance* dimana Nora memiliki harapan untuk kembali ke akar kehidupannya dan menjalani hari dengan rasa bersyukur dan lebih baik lagi.

3.2.5 Latar Tempat

Latar adalah lingkungan yang melingkupi sebuah peristiwa dalam cerita, semesta yang berinteraksi dengan

peristiwa-peristiwa yang sedang berlangsung. Tempat kejadian cerita dapat berkaitan dengan aspek fisik, aspek sosiologis, dan aspek psikis. Dalam perjalanan Nora di *Midnight Library*, Latar Tempat terbagi menjadi beberapa tempat seperti Inggris, Skandinavia, Amerika dan Brazil. Namun Akar Kehidupan Nora berada di Bedfordshire yang merupakan sebuah daerah di Inggris. Hal tersebut ditunjukkan pada kutipan sebagai berikut:

"Nineteen years before she decided to die, Nora Seed sat in the warmth of the small library at Hazeldene School in the town of Bedford." (Haig, 2020: 4)
"But life was probably simpler two centuries ago in Concord, Massachusetts, than modern life in Bedford, Bedfordshire." (Haig, 2020: 19)

Bedfordshire merupakan tempat kelahiran Nora sekaligus tempat dimana ia tumbuh besar. Maka di Bedfordshire juga semua kejadian traumatic yang membuat Nora kecewa dan trauma akan masa lalu yang membuat tingkat *self acceptance* nya rendah hingga mempengaruhi kesehatan mental nya ketika ia dewasa terjadi. Dari mulai rumahnya, ayahnya meninggal, sekolah dan perpustakaan, tempat kerjanya dan ketika sahabat Nora yaitu Izzy pergi ke Australia, Nora tetap tinggal di Bedfordshire.

Kemudian, latar tempat lain adalah Amerika, Skandinavia dan Brazil. Saat di Amerika Nora menjadi istri

dari seorang Pria berdarah mexico yang kaya raya namun Nora tidak merasakan cinta dari pria tersebut. ia merasa kehidupannya begitu membosankan dan monoton sehingga tubuhnya menghilang dari kehidupan itu. kemudian di Skandinavia yang menjadi tempat dimana Nora merasakan adanya perubahan tentang kematian dalam dirinya. saat itu Nora menjalani kehidupan sebagai *glaciologist* dan berhadapan dengan seekor beruang besar, Id Nora yang sebelumnya menginginkan kematian berubah menjadi Nora yang mendambakan kehidupan bebas dan selamat.

Kejadian tersebut juga menunjukkan bagaimana Nora mulai menggambarkan *self acceptance* dalam dirinya. setelah itu kehidupan Nora di Brazil yakni ketika ia menjadi seorang vokalis band terkenal dan sedang mengadakan tour di negara tersebut. namun Nora menemukan fakta bahwa kakaknya, Joe, meninggal akibat overdosis narkoba. Pada saat itu Nora kembali ke *Midnight Library* karena ia merasa kecewa dan takut. Namun Nora tetap melanjutkan perjalanan lainnya sebagai cara untuk menyikapi *self acceptance* dalam dirinya. Nora menjalani kehidupan di *Midnight Library* dengan tujuan ia bisa memaafkan masa lalunya, menyadari bahwa kejadian-kejadian tersebut bukan kesalahan Nora dan meningkatkan *self acceptance* dalam dirinya. Hal ini menunjukkan bahwa latar tempat dalam novel *Midnight Library*

berhubungan dengan masalah *self acceptance* yang dihadapi oleh tokoh Nora.

3.2.6 Tema

Tema merupakan gagasan dasar umum yang menopang sebuah karya sastra yang terkandung di dalam teks sebagai struktur semantis dan yang menyangkut persamaan-persamaan atau perbedaan-perbedaan. (Hartoko & Rahmanto dalam Nurgiyantoro, 1995: 68). Berdasarkan Ringkasan cerita dan analisis dari Unsur instrinsik diatas maka tema dari Novel *Midnight Libarary* adalah kehidupan. Tema kehidupan dalam novel ini berkaitan dengan pilihan, penyesalan, hubungan, pengampunan dan arti dari kehidupan itu sendiri. Seperti saat Nora memilih untuk tetap mengikuti kemauan orang tuanya, atau ketika ia memilih untuk berhenti berenang. Kemudian penyesalan yang ditimbulkan dari pilihan tersebut menjadi faktor penyebab *self acceptance* yang rendah. Dalam novel ini juga menunjukkan hubungan antara Nora dengan orang tuanya, kekasihnya, Mrs Elm yang menjadi penghubung antara Nora dengan *Midnight Library* dan hubungan lain yang berkaitan dengan *self acceptance* Nora. Kemudian pengampunan, yakni bagaimana Nora yang memaafkan kedua orang tuanya, menerima masa lalu, trauma nya sekaligus memaafkan dirinya sendiri yang menunjukkan bahwa ia mampu menyikapi masalah *self acceptance* dalam dirinya. selama

perjalanan di *Midnight Library* pun novel ini banyak menggambarkan arti kehidupan melalui kajian tokoh Nora.

3.2.7 Ironi

Unsur penting dalam karya sastra berikutnya adalah ironi. Ironi dramatis atau ironi situasi dan situasi biasanya muncul melalui kontras *diametric* antara penampilan dan realitas. Antara maksud dan tujuan seorang karakter dengan hasilnya, atau antara harapan dengan apa yang sebenarnya terjadi. Lalu ironi verbal digunakan untuk menyebut cara berekspresi yang mengungkapkan makna berkebalikan.

Adapun Ironi verbal dalam novel *Midnight Library* seperti percakapan antara Nora dan Neil sebagai berikut, " *Listen Nora, I like you*" "*what are you saying Neil?*" "*it's never too late to pursue a dream. And I know you've got mental-health stuff*". (Haig, 2020: 11). Kutipan tersebut termasuk ironi verbal karena Neil mengatakan bahwa ia menyukai Nora dan belum terlambat jika Nora ingin menggapai mimpinya, namun pada akhirnya Neil memecat Nora karena wanita itu memiliki masalah kesehatan mental. Percakapannya bersama Neil menjadi salah satu faktor yang membuat Nora melakukan percobaan bunuh diri karena ia merasa tidak ada lagi orang yang membutuhkannya. Nora dapat

berfikir seperti itu karena ia tidak memiliki *self acceptance* dalam dirinya.

Kemudian percakapan dilanjutkan dalam kutipan berikut, "*I'm happy here' 'except you aren't'. he was right. 'I mean, I am happy with the job. Happy as in, you know, satisfied. Neil, I need this job'"* (Haig, 2020: 13). Ironi terdapat pada kalimat ketika Nora mengatakan bahwa ia menyukai bekerja ditempat Neil. Namun kenyataannya Nora tidak menyukai itu, ia hanya membutuhkan pekerjaan tersebut.

Kemudian Ironi situasi pada novel *Midnight Library* ditunjukkan dalam kutipan berikut ini.

" 'but you could make a success of your life' he said. Yes. She remembered it now. 'you're never going to be a pop star, but this is something real. It's right in front of you. If you keep training, you'll end up at the Olympics. I know it.'" (Haig, 2020: 88)

Kutipan diatas adalah saat Nora mengatakan pada ayahnya bahwa Nora ingin mencoba suatu hal baru seperti musik dan menjadi seorang penyanyi. Namun keinginannya tersebut tidak pernah terealisasikan karena ayahnya ingin Nora tetap fokus pada renang dimana hal tersebut bukanlah keinginan Nora melainkan ayahnya. Hal ini menjadi faktor akan masalah *self acceptance* Nora karena sejak ia anak-

anak orang tuanya tidak mendengarkan keinginannya. Apa yang Nora harapkan berbanding balik dengan apa yang terjadi sehingga Nora tidak mempunyai kuasa akan dirinya dan merasa bahwa ia hanya perlu mengikuti arahan orang tuanya. Hal ini menunjukkan bahwa Ironi berkaitan dengan *self acceptance* Nora dalam kehidupannya.

3.3 *Self acceptance* pada tokoh Nora

Hurlock (2006) mengemukakan bahwa penerimaan diri merupakan kemampuan menerima segala hal yang ada pada diri sendiri baik kekurangan maupun kelebihan yang dimiliki, sehingga apabila terjadi peristiwa yang kurang menyenangkan maka individu tersebut akan mampu berpikir logis tentang baik buruknya masalah yang terjadi tanpa menimbulkan perasaan, permusuhan, perasaan rendah diri, malu, dan rasa tidak aman. Sari (2002) mengatakan bahwa individu yang memiliki penerimaan diri akan mengetahui segala kelebihan dan kekurangannya, dan mampu mengelolanya.

Sesuai dengan rumusan masalah, dibawah ini akan dijelaskan bagaimana tokoh utama menggambarkan *self acceptance* dan menyikapi masalah *self acceptance* dalam dirinya dengan pendekatan psikologi sastra teori id, ego, superego dari Sigmund freud, serta kajian perkembangan

kepribadian untuk menganalisis faktor penyebab gangguan kesehatan mental Nora yang mempengaruhi *self acceptance* Nora. Analisis akan diawali dengan mencari faktor penyebab dari masalah *self acceptance* Nora dengan kajian perkembangan kepribadian.

Menurut Fitriyah lailatul & Moh Jauhar dalam buku *Pengantar Psikologi Umum* mengemukakan bahwa psikologi perkembangan atau perkembangan kepribadian adalah suatu ilmu yang merupakan bagian dari psikologi. Psikologi perkembangan merupakan cabang yang mempelajari secara sistematis perkembangan perilaku manusia secara ontogenik, yaitu mempelajari struktur jasmani, perilaku, maupun fungsi mental manusia sepanjang rentang hidupnya (*life span*) dan masa konsepsi hingga menjelang mati.

Pada saat Nora masih anak-anak, ia selalu dituntut untuk mengikuti kemauan ayahnya, yaitu berenang. Walaupun Nora menyukainya Namun ia bercita-cita menjadi seorang *glaciologist* bukan seorang atlet renang, orang tuanya tidak menyetujui itu." *'you used to talk about arctic, so I suggested you become a glaciologist' ' I remember I liked the sound of it straight away. My dad and mom never liked the idea though'*" (Haig, 2020: 120)

Sebagai orang tua, Peran yang ayah dan ibu Nora berikan tidak menunjukkan dukungan atas keinginan Nora. Nora juga merasa bahwa kehidupannya sudah diatur oleh kedua orang tuanya tanpa ia bisa memutuskan apa yang sebenarnya ia inginkan, hal tersebut membuat pribadi Nora menjadi lemah dan tidak memiliki kendali akan dirinya sendiri yang menjadikan Nora tidak dapat menerima dirinya, ia hanya mengikuti titah dari orang tuanya sehingga hal ini menjadi faktor akan masalah *self acceptance* dalam dirinya. pernyataan tersebut dapat dilihat pada kutipan berikut:

" 'I don't really know. They encouraged swimming. Well, Dad did. But anything that involved academic work, they were funny about.' Nora Felt a deep sadness, down to her stomach. From her arrival into life, she was considered by her parents in a different way to her brother." (Haig, 2020: 120)

Berbeda dengan kakaknya, Joe. Orang tua Nora mendukung Joe dengan membelikan sebuah Gitar karena Joe suka dengan musik. Orang Tua Nora menaruh harapan pada Joe yang dianggap sebagai anak yang bisa mencapai sesuatu.

"other than swimming, Joe was the one expected to pursue things." (Haig, 2020: 120)

" I go to Joe's Room and catch a new red electric guitar beside his bed, I just know that he got the support from mom and dad." (Haig, 2020: 214)

Perbedaan perlakuan dalam pola asuh antara Nora dan kakaknya memberi dampak pada Nora dimana ia menjadi sosok yang membutuhkan validasi agar menerima perlakuan yang sama antara ia dan Joe. Sehingga tingkat *self acceptance* Nora rendah karena hal yang ia lakukan seperti berenang semata-mata untuk mendapat validasi dari sang ayah, bukan keinginannya sendiri. Pada saat Nora berumur 15 tahun, ia akhirnya mengatakan pada ayahnya bahwa tidak ingin berada di kompetisi renang lagi. Alasannya karena pada saat itu Nora semakin dikenal banyak orang dan tidak nyaman dengan tubuhnya dalam balutan baju renang.

" as soon as I started winning swimming races, I became seen and I didn't want to be seen. My heart start aching brutally and I got panicked. And not only seen but seen in a swimsuit at the exact age you are self-obsessing about your body. Someone said I had a boy's shoulders, I always think about it since then." (Haig, 2020: 88)

Nora tidak percaya diri dengan tubuhnya atau biasa disebut dengan *insecure* karena seseorang mengatakan bahwa bahunya terlihat seperti bahu anak laki-laki.

Menurut Irwanto(1994) dalam buku *Psikologi Umum*, periode remaja adalah dianggap masa transisi dalam periode anak-anak ke periode dewasa, periode ini dianggap sebagai

masa-masa yang sangat penting dalam kehidupan seseorang yang khususnya dalam pembentukan kepribadian individu.

“Remaja memiliki potensi yang besar untuk mengembangkan generasi selanjutnya. Di dalam proses menuju dewasa ini, banyak hambatan yang memengaruhi kesehatan mental mereka, salah satunya adalah rasa *insecure*. *Insecurity* adalah perasaan tidak aman yang dapat terjadi pada setiap orang. Ketidakamanan bisa terjadi saat Anda merasa khawatir, malu, dan tidak percaya diri. Saat orang hidup dalam ketidakamanan, orang cenderung merasakan ketakutan dalam hal apapun.” Dikutip dari website yoursay.id (di akses pada 5 Maret 2022)

Saat merasa *insecure* terhadap bentuk fisik, seseorang seringkali merasa malu, tidak aman dan takut pada pandangan orang lain, itulah yang di alami oleh Nora. Rustanto (2016: 8) percaya diri merupakan suatu sikap yakin terhadap kapasitas dirinya, yang dapat digunakan untuk membantu individu dalam melihat dirinya secara positif dan baik sehingga mampu berhubungan baik dengan lingkungan sekitar. Hurlock (2002) menyatakan penerimaan diri merupakan sebuah sikap menerima diri sendiri dengan perasaan puas terhadap segala sesuatu yang telah dimilikinya, termasuk penampilan dirinya dan tidak menolak kondisi dirinya.

Dalam hal ini, tingkat *self acceptance* yang rendah dari Nora lah yang mempengaruhi rasa *insecure*. Karena Nora tidak bisa menerima bentuk tubuhnya dan menjadi tidak percaya diri karena peduli akan komentar dari orang lain. akhirnya ia memilih untuk berhenti berenang, saat mengatakan itu, Nora bisa melihat kekecewaan pada raut wajah ayahnya. karena pada saat itu Nora hampir menuju Olympic dan hal tersebut merupakan impian Ayah Nora. Dan setahun kemudian ayahnya meninggal karena serangan jantung. Hal itu membuat Nora merasa bersalah dan trauma yang ditunjukkan dalam kutipan berikut.

" she pictured her father's face, in the car, on a drizzle, scratched Sunday morning outside Bedford Leisure Centre, as she told him she didn't want to swim in competitions anymore. That look of disappointment and profound frustration." (Haig, 2020: 88)

Nora juga menyukai music, ia ingin menjadi seorang penyanyi karena kakaknya, Namun Ayah Nora tetap tidak mendukungnya bahkan mengatakan bahwa Nora tidak akan bisa menjadi seorang *Pop Star*. Tidak adanya dukungan dari orang tua mempengaruhi faktor bagaimana Nora *menyikapi self acceptance* dalam dirinya.

" 'but you could make a success of your life' he said. Yes. She remembered it now. 'you're never going to be a pop star,

but this is something real. It's right in front of you. If you keep training, you'll end up at the Olympics. I know it.'". (Haig, 2020: 88)

Nora pun tidak menjadi atlet renang ataupun Bintang pop, dan dirinya menyesal karena mematahkan impian ayahnya. Hal itu terus teringat oleh Nora sampai ia dewasa, *" but she didn't fully appreciate at fifteen years of age was just how bad regret could feel, and how much her father had felt that pain of being so near to the realization of a dream he could almost touch it."* (Haig, 2020: 89)

Masalah *self acceptance* yang mempengaruhi kesehatan mental Nora saat dewasa dipengaruhi Oleh peran orang tua Nora saat ia masih anak-anak. Ayah Nora tidak mendukung Nora yang ingin menjadi Bintang Pop ataupun *Glaciologist*. Berbeda dengan kakaknya, Joe yang selalu didukung dan diharapkan oleh kedua orang tuanya. Hal ini membuat Nora merasa tidak ada dukungan Dan merasa sendiri. Hidupnya sudah diatur oleh orang tuanya dan Nora tidak berdaya untuk melakukan penolakan. Hal ini membuat Nora cemas untuk menyampaikan keinginannya lagi. ia hanya pasrah pada setiap keputusan yang orang tuanya ambil. Dari kejadian tersebut muncul gejala kecemasan yang mempengaruhi kesehatan mental Nora yang membuatnya sulit untuk menerapkan *self acceptance* pada dirinya.

"Gejala umum kecemasan meliputi: 1.) merasa khawatir, 2.) merasa tidak berdaya, 3.) memiliki rasa bahwa bahaya, panic atau malapetaka yang akan datang, 4.) pernapasan denyut jantung meningkat cepat (hiperventilasi), 5.) berkeringat dan gemetar, 6.) merasa lemah atau lelah" (Tirtojiwo, 2012).

Nora juga merasa cemas ketika Ia semakin dikenal oleh banyak orang karena ia mengikuti berbagai kompetisi renang. Terlebih, ia merasa *insecure* Pada tubuhnya dalam balutan baju renang yang merupakan akibat dari tingkat *self acceptance* yang rendah. Pada akhirnya Nora mengatakan bahwa ia tidak ingin lagi mengikuti kompetisi renang pada ayahnya agar Nora bisa menghindari situasi tidak nyaman tersebut. Menurut Tirtojiwo(2012) kecemasan dibagi menjadi beberapa bagian, Hal yang Nora alami masuk dalam kategori Fobia spesifik.

Fobia spesifik, ditandai dengan kecemasan yang signifikan ketika sedang berada pada objek atau situasi tertentu, penderita ada keinginan untuk menghindar. Nora begitu cemas akan banyak hal juga Penyesalan karena mengecewakan Ayahnya dengan berhenti Berenang juga mempengaruhi *self acceptance* Nora sampai dewasa dan membuatnya trauma karena ia merasa hal tersebut merupakan kesalahannya bahwa tidak bisa membuat ayahnya bahagia. Gangguan kecemasan umum, ditandai oleh kecemasan dan

kekhawatiran berlebihan tentang suatu hal yang besar dan kecil yang menetap. Jenis gangguan kecemasan ini sering dimulai pada usia dini dan sering terjadi bersamaan dengan gangguan kecemasan lain atau depresi.

Faktor lain yang mempengaruhi *self acceptance* Nora Yaitu kehidupan pernikahan kedua orang tuanya. Hal tersebut menjadi *Moment Traumatic* untuk Nora sehingga saat menjelang hari pernikahan ia dengan Dan kekasihnya, Nora membatalkan pernikahan mereka. Menurut Tirtojiwo(2012) *Post traumatic stress disorder* (PTSD) ditandai oleh perasaan mengingat kembali peristiwa yang traumatis yang menyebabkan emosi yang intens dan reaksi fisik dengan keinginan untuk menghindari diri dari peristiwa yang traumatis. Hal tersebut dapat dilihat dalam kutipan berikut:

" And she got carried away with his enthusiasm. Got engaged. But suddenly she had realized she didn't want to marry him. Deep down, she was scared of becoming her mother. She didn't want to replicate her parent's marriage." (Haig, 2020: 38)

Kutipan diatas menunjukkan bahwa Nora teringat akan pernikahan Orang tuanya yang tidak berjalan sesuai lancar, Nora khawatir jika ia menikah maka kehidupannya akan berakhir seperti kedua orang tuanya, sehingga Nora

membatalkan pernikahannya bersama Dan untuk menghindari hal tersebut. " *and suddenly she was back feeling all this contrition, all that pain of letting people down and letting herself down, the pain she had tried to escape than an hour ago.*" (Haig, 2020: 39)

Nora pun kembali merasakan perasaan bersalah dalam dirinya karena membuat orang lain dan dirinya terpuruk dalam suatu keadaan, bahkan rasa sakit yang ia berusaha untuk lupakan tetap menghantui hidup Nora.

Setelah Menjabarkan Peristiwa-peristiwa dalam kehidupan Nora. Diketahui Bahwa perkembangan kepribadian yang menjadi faktor *self acceptance* Nora dimulai dari pengaruh Orang tua. Dari mulai kasih sayang, pola asuh, dukungan dan kehidupan pernikahan orang tuanya. Orang tua Nora yang Membandingkan dukungan pada Nora dan Joe membuat Nora tidak berdaya dan pasrah akan kehidupannya yang diatur oleh kedua orang tuanya, walau Nora merasa tidak adil ia tetap tidak melakukan apapun sampai ia berusia 15 tahun dimana ia akhirnya mengatakan pada ayahnya untuk berhenti berenang karena *insecure* yang dialaminya, Namun hal itu membuat Trauma baru bagi Nora karena melihat Ayahnya kecewa.

Pernikahan orang tuanya yang gagal membuat Nora khawatir pada kehidupan pernikahan sehingga ia membatalkan pernikahan bersama kekasihnya dan membuat Dan kecewa. Hal itu kembali mengingatkan Nora pada saat ia membuat Ayahnya kecewa. Nora terus merasa bahwa ia mengecewakan orang lain dan menyalahkan dirinya. Hal tersebut mempengaruhi kesehatan mental dan *self acceptance* Nora sampai ia dewasa.

Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya, bahwa pada hari dimana Nora memutuskan untuk mengakhiri hidupnya, ia mengalami beberapa hal seperti kehilangan pekerjaannya, berhenti menjadi guru les piano, kucingnya mati, tetangganya Mr. Banerjee tidak memerlukannya lagi untuk mengambilkan obat yang membuat Nora merasa dirinya sudah tidak di butuhkan lagi. Sebelum hari itu pun, kejadian masa lalu Nora seperti tidak menjadi atlet renang, batal menikah dan tidak ikut pindah bersama sahabatnya ke Australia menjadi penyebab Depresi yang dideritanya. Tiga jam sebelum Nora memutuskan untuk mengakhiri hidupnya, ia merasakan penyesalan yang amat dalam pada dirinya, dimana ia tidak bisa menyikapi dan menggambarkan *self acceptance* dalam dirinya. Hal tersebut dapat dilihat pada kutipan berikut yang juga menjadi data munculnya Ego Nora.

" Three hours before she decided to die, her whole being ached with regret, as if the despair in her mind was somehow in

her torso and limbs too. As if it had colonized every part of her. It reminds her that everyone was better off without her." (Haig, 2020: 22)

Ego berkembang dari id agar orang mampu menangani realita; sehingga ego beroperasi mengikuti prinsip realita (*reality principle*); usaha memperoleh kepuasan yang dituntut Id dengan mencegah terjadinya tegangan baru atau menunda kenikmatan sampai ditemukan objek yang nyata-nyata dapat memuaskan kebutuhan. Prinsip realita itu dikerjakan melalui proses sekunder (*secondary process*), yakni berfikir realistik menyusun rencana dan menguji apakah rencana itu menghasilkan objek yang dimaksud. Proses pengujian itu disebut uji realita (*reality test*) melaksanakan tindakan sesuai dengan rencana yang telah difikirkan secara realistik.

Ego nora pada kutipan diatas menunjukkan bagaimana ia merasakan penyesalan yang amat dalam sampai menguasai pikirannya. Ego Nora membuatnya merasa bahwa orang-orang akan lebih baik tanpanya. Disini juga menunjukkan bahwa Nora hanya memikirkan apa yang ada dalam pikiran dan dirasakan orang lain, ia ingin membuat orang lain hidup damai tanpa memikirkan dirinya sendiri.

beberapa menit sebelum ia mengonsumsi Tablet anti depresi yang melebihi dosis, Nora mengirim Voicemail kepada kakaknya Joe, mengatakan betapa Nora sangat menyayangnya. Di titik ini Nora benar-benar kesepian dan tidak tau harus melakukan apa atau pergi pada siapa. Ia hanya merasa orang-orang akan lebih bahagia jika dirinya tidak ada karena sedari dulu Nora tidak bisa memenuhi ekspektasi orang di sekitarnya, baik itu ayahnya, ibunya, kakaknya, sahabatnya, tunangannya bahkan dirinya sendiri. *"she knew only one thing with absolute certainty: she didn't want to reach tomorrow. It was, she decided, a very good time to die."* (Haig, 2020: 24).

Kutipan diatas menunjukkan munculnya Id Nora. Menurut Teori psikoanalitik Sigmund Freud, Id adalah sistem kepribadian yang asli, dibawa sejak lahir. Dari id ini kemudian akan muncul ego dan superego. Saat dilahirkan, id berisi semua aspek psikologik yang diturunkan, seperti insting, impuls dan drives. Id berada dan beroperasi dalam daerahunconscious, mewakili subjektivitas yang tidak pernah disadari sepanjang usia. Id berhubungan erat dengan proses fisik untuk mendapatkan energi psikis yang digunakan untuk mengoperasikan sistem dari struktur kepribadian lainnya. Id beroperasi berdasarkan prinsip kenikmatan (pleasure

principle), yaitu berusaha memperoleh kenikmatan dan menghindari rasa sakit.

Insting Terbagi menjadi 2 yakni Insting kehidupan (*Eros*) meliputi lapar, haus, seks mempertahankan hidup/survive dan melestarikan spesies. Bentuk energi sebagai manifestasi dari insting kehidupan yaitu Libido. dan insting kematian (*Thanatos*) yang meliputi Daya-daya destruktif yang dapat diarahkan ke dalam diri sendiri (masokis, bunuh diri), atau diarahkan ke luar (kebencian, agresi). Agresi dan seks menurut Freud merupakan motivator yang kuat bagi tingkah laku manusia.

Id Nora pada kutipan diatas mengikuti Insting *Thanatos* nya untuk bunuh diri. Id Nora merasa dengan mengakhiri hidup maka ia akan terhindar dari penderitaan di masa sekarang yang sedang ia hadapi maupun di masa depan. Depresi yang di deritanya pun memicu aksi Nora tersebut dan pada tahap ini Nora belum menggambarkan *self acceptance* pada dirinya, ia tidak menyikapi masalah yang datang justru Nora menghindar dengan cara bunuh diri.

" Mrs. Elm shocked her head 'death is outside'

'well I should go there. Because I want to die' but Mrs. Elm shocked her head 'that is not how death works'

' why not?' 'you don't go to death, death comes to you' " (Haig, 2020: 31).

Kutipan tersebut menunjukkan Id Nora yang tetap menginginkan kematian. Nalurinya terus mencari cara agar ia mencapai tujuannya yaitu mengakhiri hidupnya meskipun Nora terbangun di sebuah perpustakaan yang disebut *Midnight Library*, dimana ia bisa mengulang kehidupan yang ia sesali. Namun Id nya bersikeras tetap mencari kematian. Id Nora yang terus muncul tentang menginginkan kematian adalah faktor dari penerimaan dirinya (*self acceptance*), dimana Nora tidak bisa menerima hal traumatis dan tidak dapat memberi penilaian akan dirinya sendiri bahwa sebagai individu, dirinya lah yang paling penting dan bagaimana ia melihat kelebihan maupun kekurangan dalam dirinya.

Menurut Dariyo Agoes (2007) dalam *Psikologi Perkembangan Remaja*, Penerimaan diri (*Self acceptance*) ialah suatu kemampuan individu untuk dapat melakukan penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri. Hasil analisa atau penilaian terhadap diri sendiri akan dijadikan dasar bagi seorang individu untuk dapat mengambil suatu keputusan dalam rangka penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri. Sikap penerimaan diri dapat dilakukan secara realistis, tetapi juga dapat dilakukan secara tidak realistis.

Sikap penerimaan realistis dapat ditandai dengan memandang segi kelemahan-kelemahan maupun kelebihan-kelebihan diri secara objektif. Sebaliknya penerimaan diri tidak realistis ditandai dengan upaya untuk menilai secara berlebihan terhadap diri sendiri, mencoba untuk menolak kelemahan diri sendiri, mengingkari atau menghindari hal-hal yang buruk dari dalam dirinya, misalnya pengalaman traumatis masa lalu. Penerimaan diri dapat diartikan sebagai suatu sikap memandang diri sendiri sebagaimana adanya dan memperlakukannya secara baik disertai rasa senang serta bangga sambil terus mengusahakan kemajuannya.

" even death was something Nora couldn't do properly, it seemed. It was a familiar feeling. This feeling of being incomplete in just about every sense. An unfinished jigsaw of a human. Incomplete living and incomplete dying. **'I'd wanted to die. But here I am, still existing'** ".
(Haig, 2020: 31)

Kutipan diatas juga merupakan Aspek Id dalam teori psikoanalisis Sigmund Freud. Id Nora seringkali muncul karena keinginannya untuk mengakhiri hidupnya begitu kuat, ia ingin bebas dari penderitaannya dan tidak memikirkan dampaknya pada kehidupan orang di sekitarnya. hal ini terjadi karena Nora tidak mencintai dirinya karena ia tidak memiliki tingkat *self acceptance* yang tinggi. Id nya hanya

menginginkan cara menghindar dari kejadian yang mungkin membuatnya kecewa kembali di masa depan.

Midnight Library adalah tempat dimana Nora bisa menjalani kehidupan yang ia sesali dan tidak ia jalani sejak dahulu. Awalnya, Nora bersikukuh tidak ingin menjalani kehidupan apapun lagi, semua beban dan penyesalan yang sudah ia pikul selama ini sudah cukup menyakiti dirinya. Ia merasa keberadaannya di dunia hanya membuatnya semakin terpuruk dan merasa menjadi kegagalan akan ekspektasi orang lain. Seperti ekspektasi ayahnya untuk menjadi atlet renang dan maju ke olympics atau pun tidak menjadi seperti ekspektasi kakanya dan melanjutkan band musik mereka.

Pada halaman 36 yaitu chapter "*The Book of Regrets*" menunjukkan penyesalan Nora yang lebih banyak daripada apa yang ia ungkapkan. Karena di dalam perpustakaan tersebut terdapat sebuah buku yang berisi tentang penyesalan Nora dari ia berumur 0 tahun hingga sekarang 35 tahun. Buku itu juga menunjukkan apa saja faktor penyesalan yang menjadi pengaruh *self acceptance* dalam diri Nora.

" I regret not staying in the labyrinths,
I regret because I let down my brother, I
regret not staying in the labyrinths
because I let down my slef, I regret not
doing more for the environment, I regret
the time I spent on social media, I regret

not going to Australia with Izzy, I regret not having more fun when I was younger, I regret all those arguments with dad, I regret not becoming glaciologist, I regret not getting married, I regret breaking up with Dan, I regret not living in a country pub with Dan" (Haig, 2020: 36-37).

Kutipan dari *The Book of regrets* di atas menjadi penguat mengapa Nora begitu ingin mengakhiri hidupnya karena ia memiliki begitu banyak penyesalan dan masalah dalam dirinya. Memori Traumatik seperti itu memunculkan *anxiety* dalam diri Nora. Menurut Freud, *Anxiety/Kecemasan* Terjadi ketika Ego terlalu *stress*/tertekan karena tidak mampu menyeimbangkan antara tuntutan id, realitas dan superego. *Anxiety* terbagi menjadi 3, 1. *Objective anxiety* ketakutan berasal dari *real world*. 2. *Neurotic anxiety* kecemasan karena ingin memuaskan id 3. *Moral anxiety* berasal dari moral. Bila tindakan berlawanan dengan nilai moral, merasa malu/bersalah. Kecemasan yang terus muncul pada setiap kejadian dalam hidup Nora adalah efek dari depresi yang ia alami dimana hal itu juga yang mempengaruhi *self acceptance* nya.

Pada kutipan artikel hellosehat.com, fakta penyebab mengapa depresi menjadi salah satu penyebab orang sering melakukan percobaan bunuh diri menyebutkan: "*Depresi juga sering membuat seseorang punya pikiran bahwa tidak ada*

orang yang sayang padanya lagi, membuat seseorang menyesali hidupnya, atau bahkan berpikir bila ia mati tidak ada yang rugi".

" And she got carried away with his enthusiasm. Got engaged, But suddenly she had realised she didn't want to marry him Deep down, she was scared of becoming her mother, She didn't want to replicate her parents' marriage." (Haig 2020: 38)

Kutipan diatas menunjukkan munculnya trauma Nora pada beberapa hari menjelang pernikahannya. Trauma akan kehidupan Pernikahan yang di jalani kedua orang tuanya membuat Nora ingin menghindari hal tersebut.

"Still staring blankly at The Book of Regrets, she wondered if her parents had ever been in love or if they had got married because marriage was something you did at the appropriate time with the nearest available person. A game where you grabbed the first person you could find when the music stopped. She had never wanted to play that game. the wedding seemed such a track, and the only way she could loosen the ropes and free herself was to pull out of the wedding". (Haig, 2020: 38)

Kutipan diatas menunjukkan munculnya ego Nora karena Untuknya, sebuah pernikahan tidak lebih dari sebuah permainan dan ia tidak mau memainkannya. Karena hal tersebut, Nora mengikuti ego nya untuk membatalkan

pernikahannya bersama Dan. Kemudian ada kemunculan dari Id Nora juga ditunjukkan dalam kutipan berikut, " *That's what I want. I want to be dead. I would be dead because I want to be. That's why I took the overdose. I want to die*". (Haig, 2020: 41)

Kutipan diatas menunjukkan Id Nora yang berkembang menjadi ego. Nora yang mengikuti Instingnya untuk mengakhiri hidup begitu kuat sehingga berkembang menjadi ego dan mengambil langkah dengan meminum tablet hingga overdosis. Disini Nora masih belum menunjukkan penggambaran ataupun bagaimana ia menyikapi *self acceptance* pada dirinya. Karena Insting nya masih berusaha untuk mencapai tujuannya yakni mengakhiri hidup.

Perjalanan pertama Nora di *Midnight Library* pun di mulai. Ia memilih kehidupan dimana ia memutuskan untuk melanjutkan hubungannya bersama Dan. " *i wish I hadn't left Dan. And that I was still in a relationship with him. I regret not staying together and working towards that dream. Is there a life where we are still together?* " (Haig, 2020: 42)

Kutipan tersebut menunjukkan munculnya superego dalam diri Nora. Komponen terakhir untuk mengembangkan kepribadian pada teori Sigmund Freud adalah superego yang

merupakan kajian untuk menganalisis bagaimana Tokoh Nora menyikapi dan menggambarkan masalah *self acceptance* dalam dirinya. superego adalah aspek kepribadian yang menampung semua standar internalisasi moral dan cita-cita yang di peroleh dari kedua orang tua dan masyarakat, rasa benar dan salah. Superego memberikan pedoman untuk membuat penilaian.

Meskipun Nora begitu ingin mengakhiri hidupnya. Namun dalam hati nya Nora masih memiliki rasa penyesalan karena tindakan yang ia ambil dulu. hal itu dapat dilihat pada kutipan diatas, Walaupun Nora merasa hidupnya terus mengecewakan orang lain dan tidak berjalan seperti yang ia inginkan, Nora menyesal bahwa ia meninggalkan kekasihnya saat menjelang pernikahan dan berharap ada kehidupan dimana ia bisa memperbaiki kesalahan tersebut.

Dengan menyetujui perjalanan di *Midnight Library*, ada perkembangan dalam diri Nora yaitu ia ingin menjalani kehidupan yang ia sesali tidak diambil pada saat dulu, ia ingin mencoba memperbaiki nya karena Nora juga merasa bersalah kepada Dan untuk meninggalkan dan membatalkan pernikahan mereka secara tiba-tiba. Hal ini menunjukan bahwa cara Nora menyikapi *self acceptance* pada dirinya yakni dengan mencoba menjalani kehidupan yang ia ingin perbaiki dengan bantuan Mrs. Elm dan *Midnight Library*.

Dengan mengambil langkah pertama ini dan berkeinginan melihat apa arti kehidupan bersama orang yang ia kasihi, merupakan awal dari Nora belajar untuk menerima dirinya.

Di kehidupan ini, Nora sudah menikah bersama Dan karena Ia melihat foto pernikahannya bersama lelaki itu. Mereka tinggal di *Oxfordshire* dan memiliki sebuah pub yang sudah menjadi mimpi Dan sejak dulu. namun ternyata Nora menemukan fakta bahwa dikehidupan tersebut Dan berselingkuh bersama wanita bernama Erin. Nora pun sempat beradu argument bersama Dan.

"Do you ever feel lucky to have me? Do you realise how close I was to leaving you, two days before the wedding? Do you know how messed up you would have been if I hadn't turned up at the wedding?' 'Wow. Really? You have yourself in quite high esteem there, Nora.' 'Shouldn't I? I mean, shouldn't everyone? What's wrong with self-esteem? And besides, it's true. There's another universe where you send me WhatsApp messages about how messed up you are without me.'" (Haig, 2020: 59)

Kutipan diatas menunjukan munculnya superego Nora. Ketika Nora berada di kehidupan tersebut dan menemukan Dan berselingkuh, Nora mengungkapkan perasaannya. Meski Nora begitu ingin mengakhiri hidupnya, namun Nora masih mempunyai rasa untuk menunjukan harga dirinya (*self*

esteem). Nora juga mengatakan bahwa setiap orang berhak memiliki *self esteem* yang tinggi.

Pengertian Harga Diri (Self Esteem) menurut Stuart dan Sundeen (1991), ia mengatakan bahwa harga diri (*self esteem*) adalah penilaian individu terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh perilaku memenuhi ideal dirinya. Dapat diartikan bahwa harga diri menggambarkan sejauh mana individu tersebut menilai dirinya sebagai orang yang memiliki kemampuan, keberartian, berharga, dan kompeten.

Sedangkan menurut Gilmore dikatakan bahwa: "*self esteem is a personal judgement of worthiness that is a personal that is expressed in attitude the individual holds toward himself*". Pendapat ini menerangkan bahwa harga diri merupakan penilaian individu terhadap kehormatan dirinya, yang diekspresikan melalui sikap terhadap dirinya. Sementara itu, Buss (1973) memberikan pengertian harga diri (*self esteem*) sebagai penilaian individu terhadap dirinya sendiri, yang sifatnya implisit dan tidak diverbalisasikan.

Nora pun kembali ke *Midnight Library*. *Anxiety* yang dideritanya justru semakin parah karena Nora merasa meski

ia mencoba memperbaiki kehidupan itu hasilnya tetap sama bahkan lebih menyakiti dirinya.

"I still want to die. I have carefully calculated that the pain of me living as the bloody disaster that is my self is greater than the pain anyone else will feel if I were to die. In fact, I'm sure it would be a relief. I'm not useful to anyone. I was bad at work. And I want it to end. I am clearly destined to be unhappy in other lives too. I want to die". (Haig, 2020: 64)

Pada kutipan diatas, Ego Nora kembali muncul dimana ia tetap menginginkan kematian setelah ia menjalani kehidupan pernikahan bersama Dan di *Midnight Library*. Nora beranggapan bahwa dirinya buruk dalam pekerjaan dan bahkan hidupnya di *universe* lain pun tetap tidak bahagia. Ia merasa Dan bukanlah orang seperti itu namun Mrs. Elm mengatakan bahwa orang bisa saja berubah. Dari tindakan dan perkataan yang ia sampaikan pada Nora, Disini Mrs. Elm sebagai tokoh tambahan sangat berpengaruh akan *Character development* (perkembangan karakter) Nora hingga akhir dimana ia bisa menyikapi masalah *self acceptance* pada dirinya.

Perjalanan *Midnight Library* selanjutnya, Nora memutuskan untuk melihat kehidupan dimana kucingnya, Voltaire, masih hidup. kehidupan dimana ia adalah pemilik

kucing yang baik dan tidak mencoba untuk mengakhiri hidupnya. Namun saat ia baru saja memasuki kehidupan itu, ia melihat Volt, kucingnya, tergeletak di lantai tak berdaya, tubuhnya dingin dan tidak bergerak. Nora kembali ke *Midnight Library*. Di kehidupan Nora yang asli Volt mati tertabrak mobil, di kehidupan ini Volt mati karena memiliki *restrictive cardiomyopathy* sejak lahir (kondisi yang membatasi pergerakan jantung. Kondisi ini menyebabkan otot ventrikel menjadi kaku.)

Mrs. Elm pun menjelaskan bahwa kini Nora tidak melihat dirinya sebagai *cat owner* yang buruk lagi, karena di akar kehidupan Nora yang asli dan sekarang, Volt akan tetap mati. Entah tertabrak mobil, atau memiliki penyakit lain, dan Nora sudah berusaha untuk menyelamatkannya, Nora adalah *cat owner* yang baik dan kematian Volt bukanlah kesalahannya. Dalam perannya, Mrs. Elm berusaha untuk membuat Nora menerima dirinya sendiri dan melihat nilai dalam dirinya bahwa ia sudah berusaha dan melakukan yang terbaik.

" well, you don't see yourself as a bad cat owner any more. You looked after him as well as he could have been looked after, he loved you as much as you loved him, and maybe he didn't want you to see him die. You see, cats know. They understand when their time is up. He went outside because

he was going to die, and he knew it.”
(Haig, 2020: 68).

Kutipan diatas menunjukkan bagaimana peranan Mrs. Elm dalam membantu Nora untuk melihat bahwa kejadian-kejadian yang ia sesali bukanlah kesalahannya. Mrs. Elm membantu Nora melalui perjalanan kehidupan di *Midnight Library* dan nasihat-nasihat yang diberikannya setelah Nora menyelesaikan perjalanan tersebut. Hal ini membantu Nora agar ia bisa menyikapi dan menggambarkan *self acceptance* dalam dirinya.

Menurut Hurlock (2013) faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri (*self acceptance*) ialah salah satunya pemahaman diri dan harapan yang realistis. Pada kutipan diatas, Nora mulai menerima keadaan bahwa dirinya bukanlah penyebab gagalnya hubungan Nora bersama Dan, bukan juga penyebab kematian Volt karena ia adalah *cat owner* yang baik dan menyayangi kucingnya. Harapan realistis yang Nora tujukan adalah ketentraman dan kebahagiaan orang-orang disekitarnya. Tapi Nora melupakan kebahagiaannya sendiri, karena faktor Nora tidak memiliki *self acceptance* yang kuat, ia merasa mengecewakan semua orang, tidak memenuhi ekspetasi mereka dan melakukan hal yang diharapkan oleh orang lain, bukan dirinya sendiri.

Mrs. Elm juga menyatakan bahwa satu-satunya cara untuk belajar adalah hidup. Dalam kata lain, satu-satunya cara agar Nora bisa berdamai dengan masa lalu nya dan menyikapi *self acceptance*, maka ia harus hidup dalam kejadian-kejadian yang membuatnya kecewa tersebut. karena tekanan Ego yang tidak dapat memenuhi Id Nora terhadap kejadian tersebut mempengaruhi *self acceptance* nya selama ini, sehingga ia sulit untuk melakukan apa yang baik dan benar untuk dirinya. Tekanan emosi juga adalah salah satu faktor penerimaan diri. " *why you let me go into that life if you knew Volts going to be dead anyway? And told me I wasn't a bad cat owner? "" because Nora, sometimes the only way to learn is to live"* (Haig 2020: 69).

Hurlock (2013) menjelaskan bahwa tidak adanya tekanan emosi membuat seseorang dapat melakukan yang terbaik dan dapat berpandangan keluar dan tidak memiliki pandangan hanya ke dalam diri saja. Tanpa tekanan emosi juga dapat membuat seseorang santai dan bahagia. Kondisi-kondisi ini memberikan sumbangan positif bagi penilaian terhadap lingkungan sosial yang menjadi dasar terhadap penilaian diri sendiri dan terhadap penerimaan diri. Sedangkan Nora mengalami tekanan emosi yang kuat akibat kejadian traumatic pada masa lalunya juga penyesalan yang

telah ia lalui, yang menjadikan Nora tidak bisa menggambarkan bagaimana *self acceptance* pada dirinya.

Setelah melakukan perjalanan di *Midnight Library* tentang 2 kehidupan, Rasa penasaran Nora terhadap kehidupan lainnya semakin tumbuh dan tinggi. " *Nora's curiosity about the lives around her slowly grew. 'why can't you just give me a life you know is a good one?'*" (Haig, 2020: 70).

Kutipan diatas menunjukan munculnya Id Nora yang berkembang menjadi Ego. Id Tidak puas dengan 2 kehidupan sebelumnya, hingga Ego Nora bertanya pada Mrs. Elm mengapa ia tidak langsung saja memberikan kehidupan yang baik untuknya. Nora merasa penasaran dengan kehidupan lain namun karena 2 kehidupan sebelumnya tidak berjalan mulus, Nora menginginkan kehidupan yang lebih baik tanpa kekecewaan. Hal ini juga menunjukan bagaimana cara Nora menggambarkan *self acceptance* pada dirinya yaitu dengan terus mencoba kehidupan di *Midnight Library* walau Ego nya menginginkan kehidupan yang langsung '*Enak*'.

Perjalanan selanjutnya, Nora memilih kehidupan dimana ia ikut tinggal bersama Izzy di Australia. Namun sayangnya di kehidupan itu Izzy meninggal karena kecelakaan mobil ketika ia hendak datang ke pesta ulang

tahun Nora. Perlahan tubuh Nora pun menghilang dari kehidupan tersebut dan kembali ke *Midnight Library*.

“‘Maybe I got stuck. Maybe in every life I am stuck. I mean, maybe that’s just who I am. A starfish in every life is still a starfish. there isn’t a life where a starfish is a professor of aerospace engineering. And maybe there isn’t a life where I’m not stuck.’ ‘Well, I think you are wrong.’ ‘Okay, then. I would like to try the life where I am not stuck. What life would that be?’” (Haig, 2020: 86)

Kutipan diatas menunjukkan munculnya Ego dalam diri Nora. Tidak seperti yang sebelumnya saat Nora hanya menginginkan kehidupan yang enak secara instan, disini Ego Nora berusaha mencari kehidupan yang tidak membuatnya ‘Terjebak’. Meski belum menerima dirinya secara utuh, Nora menggambarkan *self acceptance* dengan rasa penasaran dan mengulik untuk mencari kehidupan yang memang cocok untuknya dimana ia akan merasa bahagia dan terhindar dari kekecewaan.

Kehidupan selanjutnya Nora memilih kehidupan dimana ia menuruti kemauan ayahnya yaitu melanjutkan berenang dan pergi ke Olympic. “ *I want to know what happened in the life where I did what my father wanted.*” (Haig, 2020: 89)

Kutipan tersebut menunjukkan Ego Nora yang mencoba kehidupan dimana ia tetap melakukan apa yang Ayahnya mau.

Walaupun Nora berhenti berenang saat berumur 15 tahun karena merasa tidak nyaman akan tubuhnya dalam balutan baju renang dan Ayahnya yang selalu menuntut Nora untuk tetap berenang tanpa mendukung Nora dalam keinginannya yang lain, Nora tetap mengikuti Egonya untuk pergi ke kehidupan tersebut. Kehidupan dimana Nora memilih untuk menjadi atlet renang seperti impian ayahnya, ia terbangun disebuah kamar hotel bintang 5. Wajahnya terlihat berseri, tubuhnya jauh lebih sehat dan kuat, kulitnya juga begitu ternutrisi. Kehidupannya disini sangat terjamin dan tentu Nora menjadi atlet renang terkenal yang sukses, mendapat medali dan hadir di banyak event. Dan dibalik kehidupan yang sukses itu, ternyata ayah Nora berselingkuh dengan seorang wanita bernama Nadia Vanko lalu bercerai dengan ibunya. Ibu Nora pun meninggal setelahnya di tahun 2011. *"her parents had divorced after her father had an affair with Nadia Vanko, and in this timeline her mother had died way back in 2011."* (Haig, 2020: 99)

Nora merasa kecewa namun tubuhnya belum juga menghilang, ia belum bisa kembali ke *Midnight library*. Akhirnya Nora memutuskan untuk pergi ke kolam renang, mengayunkan lengan dan menggerakkan tubuhnya. Saat berenang Nora menyadari bahwa tidak menuruti kemauan ayahnya saat

dulu bukanlah kesalahannya, ia berhak memilih apa yang ia mau.

" here, in this life she was in now, she had pursued a career to keep him happy, while sacrificing her own relationships, her own of music, her own dreams beyond anything that didn't involve a medal, her own life. And her father had paid this back by having an affair with this Nadia person and leaving her mother and he still got terse with her. As she switched to freestyle she realized it wasn't her fault that her parents had never been able to love her the way parents meant to: without condition. It wasn't her fault her mother focused on her every flaw, starting with the asymmetry of her ears." (Haig, 2020: 100)

Kutipan diatas menunjukkan bagaimana cara Nora mulai Menggambarkan *self acceptance* dalam dirinya dengan cara menjalani kehidupan menjadi atlet, mengikuti kemauan ayahnya yang gagal di masa lalu dalam *Midnight Library*. Dimana ia mulai menerima bahwa kejadian yang ia sesali di masa lalu bukanlah kesalahannya. Ketika Nora memilih untuk mewujudkan impian ayahnya dalam kehidupan ini, Nora harus merelakan mimpinya, musik dan hubungan asmaranya. Sedangkan ayahnya membalas dengan cara berselingkuh dari ibunya. Nora mulai menggambarkan sikap penerimaan diri (self acceptance) dari setiap kehidupan yang ia jalani dari *Midnight Library*. seperti yang Mrs. Elm katakana pada

Nora bahwa satu-satunya cara untuk belajar adalah hidup. Nora juga menyebutkan kalimat itu pada pidato seminarnya di kehidupan ini.

" But there are still other twigs. And there are also other todays. Other lives that would have been different if you'd taken different directions earlier in your life. This is a tree of life. You see, doing one thing differently is very often the same as doing everything differently. Actions can't be reversed within a lifetime, however much we try. The only way to learn is to live." (Haig, 2020: 114)

Dari kutipan pidato Nora diatas "*Other lives that would have been different if you'd taken different directions earlier in your life*", dengan cara menyampaikan pidato tersebut kepada orang banyak menunjukan bagaimana Nora menyikapi *self acceptance* dalam dirinya. Sedikit demi sedikit Nora melihat dari sisi pandang positif bahwa kita sebagai manusia bisa membuat kehidupan yang berbeda jika mengambil langkah lebih cepat di waktu sebelumnya, entah nantinya kehidupan tersebut akan berlangsung baik atau buruk. Seperti di kehidupan Nora kali ini, ia mempunyai uang, terkenal, berhubungan baik dengan kakanya, mempunyai badan dan kulit yang bagus namun ibunya meninggal, ayahnya selingkuh dan menceraikan ibunya.

Kutipan tersebut juga menunjukkan adanya *character development* pada Nora. Dimana awalnya ia begitu ingin mati dan ingin menghindari segala kemungkinan dalam hidupnya, namun kini ia bahkan berani menyampaikan sebuah pidato tentang kehidupan pada orang banyak. Ketika Nora kembali ke *Midnight Library*, ia mulai merasakan perasaan aneh dalam dirinya, perasaan dimana keinginan untuk mati perlahan mulai menghilang.

" Nora thought of how good it had felt, swimming in the pool, how vital and alive. And then something happened inside her, a strange feeling. A pull in her stomach. A physical shift. A change in her. The idea of death suddenly troubled her". (Haig, 2020: 118)

Kutipan diatas juga menunjukkan munculnya *superhero* Nora. Keinginannya untuk mati mulai hilang dan Nora merasakan bagaimana senangnya saat ia berenang, bagaimana rasanya hidup. Hal tersebut adalah bentuk penggambaran *self acceptance* dari Nora yang perlahan tumbuh. Di Perjalanan *Midnight Library* selanjutnya Nora menjalani kehidupan sebagai *glaciologist* di Svalbard, Skandinavia. Pada saat melakukan Tugas, Nora bertemu dengan seekor Beruang Kutub berukuran besar.

" *The fog cleared to reveal a huge white polar bear. Her mind was jammed with*

panic. Shewas as still as the permafrost she stood on."

" Her heart pounded like a drummer. The end of the song. And it became astoundingly clear to her, finally, in that moment she realized she didn't want to die. She wasn't ready to die. This knowledge grew bigger than fear itself as she stood there." (Haig, 2020: 133-134)

Kutipan tersebut menunjukan Id nora yang muncul ketika ia bertemu seekor beruang besar, Saat itu Nora merasakan ketakutan dalam dirinya, ia takut akan kematian dan ia tidak siap untuk mati.

" she glanced at the rifle, yes, it was too far away. By the time she could grab it and work out how to fire it, it would already be too late. She doubted she'd be able to kill a polar bear anyway. So she banged the ladle." (Haig, 2020: 134)

Kutipan diatas menunjukan Id Nora yang muncul kembali dimana ia berusaha mencari cara untuk menyelamatkan diri. Insting nya hendak menembakan senapan kearah Beruang itu namun Ego nya memilih untuk tidak melakukannya karena senapan tersebut terlalu jauh. Ego Nora melihat realita bahwa jika Nora mengambil senapannya maka kemungkinan Nora akan diserang terlebih dahulu oleh Beruang itu. Akhirnya Nora mengikuti Id nya untuk memukul-mukul sendok yang ia bawa berharap *Midnight Library* akan

mendengarnya dan ia bisa pergi dari tempat tersebut. Untungnya Beruang itu pergi dan masuk ke dalam air, namun Nora tetap berada di tempat tersebut. Selain rasa keingintahuannya akan kehidupan lain, pikiran tentang kematian dalam diri Nora mulai menghilang sedikit- demi sedikit. Hal ini menunjukkan bahwa dengan cara menjalani kehidupan yang tidak terwujud di masa lalu membantu Nora untuk mengatasi *self acceptance* nya, Bagaimana Nora mulai menggambarkan *self acceptance* dalam dirinya karena ia memiliki keingintahuan akan kehidupan yang lain dalam arti Nora memiliki keinginan untuk hidup.

Id Nora yang sebelumnya sangat menginginkan kematian, kini berubah menjadi kebalikannya. Nora menggambarkan *self acceptance* pada dirinya dilihat dari bagaimana ia memiliki harapan untuk tetap hidup dan berusaha menyelamatkan diri dari Beruang tersebut, rasa takut akan kematian muncul dalam dirinya. Menurut Hurlock (2008) Harapan yang realistis termasuk faktor dalam penerimaan diri. Ketika seseorang memiliki harapan yang realistis dalam mencapai sesuatu, hal ini akan mempengaruhi kepuasan diri yang merupakan esensi dari penerimaan diri. Harapan akan menjadi realistis jika dibuat sendiri oleh diri sendiri.

Di kehidupan sebagai Glaciologist ini, Nora merasa lebih hidup dan bebas. Ia sadar bahwa Dunia begitu luas.

"it wasn't the shock of having been close to death. It was the shock of realizing she actually wanted to live. To be a part of nature was to be a part of the will to live. When you stay too long in a place, you forget just how big an expanse the world is." (Haig, 2020: 136)

Kutipan diatas menunjukkan bagaimana Nora terkejut ketika menyadari bahwa ia ingin tetap hidup. Kalimat "*when you stay too long in a place,*" menunjukkan bagaimana selama ini Nora menjalani kehidupannya di Belfordshire. Nora tidak pernah keluar dari zona nyamannya dan terpuruk karena Depresi yang ia derita. Sehingga saat berada di kehidupan ini dan melihat Alam yang begitu luas, Naluri untuk tetap menjalani hidupnya muncul.

"Maybe that's what all lives were, though. Maybe even the most seemingly perfectly intense or worthwhile lives ultimately felt the same. Maybe that was the only meaning that mattered. To be the world, witnessing itself. Maybe it wasn't the lack of achievements that had made her and her brother's parents unhappy, maybe it was the expectation to achieve in the first place: she had no idea about any of it, really. But on that boat she realised something. She had loved her parents more than she ever knew, and right then, she forgave them completely." (Haig, 2020: 139)

Kutipan diatas menunjukkan munculnya Superego Nora. Walaupun Nora memiliki hubungan dan ingatan yang kurang baik terhadap kedua orang tuanya, pada akhirnya Nora memaafkan mereka, Nora sadar bahwa ia sangat mencintai kedua orang tuanya. Kutipan diatas juga menyampaikan isi pikiran Nora tentang kehidupan selama ini. Ia menyadari bahwa dimana pun kehidupannya, akan selalu ada kekecewaan, dan hal yang menyakiti. Juga tentang penyesalan untuk sebuah pencapaian, Nora menyadari bahwa hal itu dipicu oleh ekspektasi yang dimana jika ekspektasi tersebut tidak tercapai akan menimbulkan rasa kecewa. Hal ini menunjukkan bagaimana Nora menyikapi *self acceptance* pada dirinya dengan cara menerima yang sudah terjadi dalam hidupnya, dan memaafkan kedua orang tuanya.

" Nora had always had a problem accepting herself. She'd had the sense that she wasn't enough. Her parents, who both had their own insecurities, had encouraged that idea. She imagined, now, what it would be like to accept herself completely. She imagined accepting it all. The way she accepted nature, she just want to be free." (Haig, 2020: 144)

Kutipan diatas menunjukkan bahwa masalah *self acceptance* pada Nora juga di pengaruhi oleh kedua orang tuanya. Hurlock (2008) menyebut kan bahwa salah satu faktor penerimaan diri ialah Pola asuh. Pola asuh yang baik pada

masa anak-anak. Pendidikan di rumah dan sekolah sangat penting, penyesuaian terhadap hidup, terbentuk pada masa kanak-kanak, karena itulah pelatihan yang baik di rumah maupun sekolah pada masa kanak-kanak sangatlah penting. Sedangkan Orang Tua Nora tidak memberikan Pola asuh tentang penerimaan diri (*self acceptance*) dengan baik pada Nora ketika ia masih kanak-kanak.

Nora membayangkan bagaimana jika ia bisa menerima dirinya secara utuh. Ia membayangkan apa yang akan terjadi jika ia menerima dirinya seperti dia menerima Alam. Dalam kutipan tersebut juga menunjukkan Id nora yang menginginkan kebebasan. Di kehidupan selanjutnya, Nora sukses sebagai anggota band terkenal. Ia juga masih berteman baik dengan Izzy dan berpacaran dengan idolanya yaitu Ryan Bailey. "*Human beings when there's enough of them together acting in total unison become something else. She realized, in that moment, that she was capable of a lot more than she had known.*" (Haig, 2020: 161)

Kutipan diatas adalah saat Nora hendak bernyanyi diatas panggung dan ia menyadari bahwa ia mampu melakukan lebih dari yang ia ketahui. Karena di akar kehidupannya Nora hanya mengajar les piano, dan bekerja di toko *String Theory* milik Neil. Namun setelah menjalani berbagai kehidupan di *Midnight Library*, Nora bisa menjadi atlet,

Glaciologist yang bertahan dari serangan Beruang, bernyanyi untuk banyak orang diatas panggung, memberi pidato tentang hidup pada acara seminar dan lain-lain. Hal ini juga termasuk penggambaran *self acceptance* pada diri Nora. Dimana ia mulai paham akan nilai dalam dirinya, berani mencoba berbagai hal baru yang memang sudah tertanam dalam dirinya. Menurut Hurlock (2008) ada beberapa faktor yang membentuk penerimaan diri seseorang, yaitu Pemahaman diri (*self understanding*). Pemahaman diri merupakan persepsi diri yang ditandai oleh *genuiness*, realita, dan kejujuran. Semakin seseorang memahami dirinya, semakin baik penerimaan dirinya.

"Nora returned to her original point. 'I want it to stop' 'No you don't.' 'Yes I do' 'Then why are you still here?' 'Because I have no choice?' 'Trust me, Nora. If you really didn't want to be here, you wouldn't be here. I told you this right at the start.' 'I don't like it?' 'Why?' 'Because it is too painful?' 'Why is it painful?' 'Because it's real. In one life, my brother is dead' The librarian's face became stern again. 'And in one life - one of his lives - you are dead. Will that be painful for him?' ". (Haig, 2020: 187)

Dibalik kehidupan tersebut, Nora menemukan fakta bahwa kakanya, Joe, meninggal dunia akibat Narkoba. Kutipan diatas menunjukkan munculnya Id Nora yang menginginkan *Midnight Library* untuk berhenti agar ia bisa

menghindar dari rasa sakit akan fakta bahwa kakaknya meninggal dalam kehidupan tersebut. kematian kakaknya terlalu berat hingga naluri Nora meminta agar perjalanan kehidupan yang sedang ia lakukan berhenti. Sebagai tokoh tambahan yang membantu Nora untuk bisa mencapai titik dimana ia bisa menyikapi *self acceptance* pada dirinya secara utuh, Mrs. Elm mengatakan pada Nora, bahwa di kehidupan lain kakanya juga melihat Nora mati dan hal itu pasti menyakitinya. Karena di akar kehidupan Nora, ia melakukan percobaan bunuh diri.

" 'so could you swim the river?' he asked her. 'sure' 'No you couldn't', someone else had said. And so in a moment of idiocy, she had decided to prove them wrong. And by the time her stoned and heavily inebriated older brother realized what she was doing, it was too late. The swim was well under way." (Haig, 2020: 191)

Kutipan diatas adalah ingatan Nora saat ia masih kanak-kanak dimana teman kakaknya menantang Nora untuk berenang di sungai. Id Nora muncul karena ia ingin membuktikan bahwa ia bisa berenang di sungai tersebut. Nafsunya untuk membuktikan bahwa ia bisa melakukan itu membuat Nora gegabah karena tidak memikirkan apa yang terjadi jika ia berenang di sungai yang airnya kotor. Akibatnya Nora pun jatuh sakit selama satu minggu. Kutipan

tersebut menunjukkan bahwa Id Nora membutuhkan Validasi dari orang lain sehingga Ego nya pun bekerja untuk melakukan hal tersebut.

" I was so stupid, doing that swim, just trying to impress people. I always thought Joe was better than me. I wanted him to like me" " why did you think he was better than you? Because your parents did?" " I always had to do what they wanted me to do in order to impress them. They say sibling rivalry isn't about siblings but parents, and I always felt my parents just encouraged his dreams a bit more" " like music?" "yeah". (Haig, 2020: 193)

Menurut Hurlock (2008) yang menjadi salah satu faktor terhadap penerimaan diri adalah Tidak adanya hambatan dari *lingkungan (absence of environment obstacles)*. Ketidakmampuan dalam mencapai tujuan yang realistis, dapat terjadi karena hambatan dari lingkungan yang tidak mampu dikontrol oleh seseorang seperti diskriminasi ras, jenis kelamin, atau agama. Apabila hambatan hambatan itu dapat dihilangkan dan jika keluarga, orang-orang yang berada disekelilingnya memberikan motivasi dalam mencapai tujuan, maka seseorang akan mampu memperoleh kepuasan terhadap pencapaiannya. Sedangkan Nora sejak kecil tidak mendapat dukungan orang tuanya akan pilihan yang Nora inginkan sehingga tidak ada motivasi

untuk mencapai tujuan dan memperoleh kepuasan untuk memenuhi Idnya.

Pada kutipan diatas menunjukan Ego Nora yang berusaha membuat Orang tua dan kakanya terkesan. Hal ini disebabkan karena Sejak kanak-kanak Nora merasa orang tuanya lebih mendukung Joe dibanding dirinya. Ia juga merasa bahwa Joe lebih hebat darinya. Adanya hambatan dalam keluarga yang tidak memberi motivasi serta dukungan terhadap Nora mempengaruhi *self acceptance* pada dirinya hingga dewasa. Nora melakukan semua yang Orang Tuanya minta untuk memenuhi kepuasan Id nya yang ingin membuat Orang tuanya terkesan. " ' *you might need to stop worrying about other people's approval, Nora* ' 'yes I get it' and she did get it.' ". (Haig, 2020: 194)

Kutipan diatas adalah ucapan Mrs. Elm pada Nora bahwa ia harus berhenti untuk mengkhawatirkan *approval* dari orang lain dan Nora memahami itu. Kutipan diatas juga menunjukan bagaimana Mrs. Elm membantu Nora agar ia menyadari akan nilai dalam dirinya dan Nora harus melakukan sesuatu yang dia inginkan juga membuatnya senang, bukan semata-mata untuk membuat orang lain terkesan dan mendapat validasi. Pengakuan dan dukungan dari orang tua yang Nora tidak dapatkan ketika ia masih kanak-kanak membuat Nora

merasa sendiri dan tidak didengar sehingga sulit untuk dirinya mengembangkan *self acceptance* dalam dirinya.

Kehidupan selanjutnya Nora bekerja di shelter hewan dan memiliki pacar bernama Dylan. Saat mereka sedang makan malam bersama di sebuah restoran, Nora teringat di akar kehidupannya ia pernah pergi ke restoran tersebut bersama Dan. " *Now she remembered it, Dan had been pretty rude to the waiter, it was one life's rules- never trust someone who is willingly rude to low paid service staff.*" (Haig, 2020: 205). Kutipan tersebut menunjukkan munculnya Superego Nora saat hatinya mengatakan untuk jangan mempercayai seseorang yang memperlakukan pelayan dengan buruk. " *Nora realized she wasn't too enamoured with this life, also Dylan deserve another Nora, the one who love him. This was a new feeling as if she was taking someone's place.*" (Haig, 2020: 208). Id Nora merasa ia tidak terpicat dengan kehidupan itu. Ia juga merasa bahwa Dylan pantas mendapatkan 'Nora' yang lain dan bisa mencintainya. Id Nora membuatnya merasa seperti mengambil kehidupan orang lain karena bagaimanapun semua kehidupan yang ia jalani di *Midnight Library* bukanlah milik Nora seutuhnya. Hal ini juga menunjukkan bagaimana Nora menerima dirinya bahwa jiwa nya bukan untuk kehidupan tersebut.

" Nora came to understand something. You didn't have to enjoy every aspect of each life to keep having the option of experiencing them. You just had to never give up on the idea there would be a life somewhere that could be enjoyed." (Haig, 2020: 212)

Ketika Nora kembali ke *Midnight Library*, ia menyadari bahwa ia tidak perlu harus menikmati setiap aspek dari kehidupan untuk tetap memiliki pilihan untuk mengalaminya. Nora hanya harus yakin dan tidak menyerah akan gagasan bahwa ada kehidupan yang dapat di nikmati. Cara Nora menggambarkan dan menyikapi masalah *self acceptance* dalam dirinya semakin berkembang. Dimana awalnya Id Nora begitu menginginkan kematian karena ia ingin menghindari kehidupan juga kekecewaa, Juga Ego nya yang selalu menginginkan validasi dari orang lain. kini Id nya terus berkembang untuk memiliki hidup yang bisa ia nikmati dan ia tinggali. " *I have run out of lives. I have been everything. And yet I always end up back here. There is always something that stops my enjoyment. Always. I feel ungrateful*" (Haig, 2020: 218)

Nora merasa kecewa dan ia juga merasa bahwa dirinya tidak tahu terimakasih akan kehidupan yang sudah ia miliki selama ini. Kini, Id Nora menginginkan satu kehidupan yang membuatnya bahagia dan bisa ia tinggali namun setiap ia

sedang menikmati moment itu, Nora selalu kembali ke *Midnight Library*.

" I just don't understand life' sulked Nora. ' you don't have to understand life. You just have to live it'. Nora shook her head. This was a bit too much for a philosophy graduate to take. ' but I don't want to be like this, I don't want to keep flicking between lives for ever." (Haig, 2020: 219)

Ego Nora melihat realita bahwa ia tidak bisa terus seperti ini. Ia harus memiliki kehidupan yang asli. Nora tidak ingin terus terjebak diantara hidup dan mati dalam *Midnight Library* dan menjalankan kehidupan yang berbeda. Saat Nora mengatakan bahwa ia tidak mengerti kehidupan, Mrs. Elm sebagai tokoh tambahan yang berpengaruh untuk membantu Nora agar ia bisa menyikapi masalah *self acceptance* dalam dirinya mengatakan bahwa Nora tidak harus mengerti hidup, ia hanya harus menjalaninya.

Kehidupan selanjutnya Nora menjalani kehidupan dimana ia bertemu dengan Ash, pria yang menyampaikan bahwa Volt, kucing Nora, mati tertabrak mobil. Pada akar kehidupan Nora, Ash pernah mengajaknya untuk pergi meminum kopi bersama namun saat itu Nora menolaknya karena ia masih bersama Dan. Di kehidupan ini, Nora menikah dengan Ash dan memiliki seorang putri bernama Molly.

" she said quietly, matter of fact. And it was then that Nora looked at her. Really, properly looked at her. The girl seemed wholly alien and wholly familiar all at once. Nora felt a swell of something inside her, something powerful and worrying. She knows that she can just leave her to another room but she didn't." (Haig, 2020: 225)

Nora merasa bahwa Molly sangat asing bahkan Molly terlihat seperti Alien baginya, dan Nora merasa khawatir namun ada suatu perasaan dalam dirinya yang begitu Kuat. Nora bisa saja menghiraukan Molly dan pergi namun Superego nya memilih untuk tetap tinggal. Meskipun terkejut dengan fakta di kehidupan ini ia sudah memiliki seorang anak dan hal itu termasuk baru bagi Nora, ia memilih untuk tetap tinggal. " *Nora's smile was still there but she felt tears behind her eyes. This seemed a good life. A family of her own. A daughter to go on camping holidays with. But she knew it wasn't her life after all, she can't own this life.*" (Haig, 2020: 227)

Id Nora menginginkan kehidupan tersebut karena ia merasa ini adalah kehidupan yang sempurna untuknya. Ia memiliki keluarga dan seorang putri yg bisa diajak *camping* bersama. Namun Ego nya tidak bisa memenuhi keinginan Id nya karena Ego Nora melihat secara realistis bahwa ia tidak

bisa memiliki kehidupan ini, Pada akhirnya Nora akan kembali ke *Midnight Library*.

Di kehidupan ini semua terasa sempurna bagi Nora. Bukan kehidupan tentang renang dan Olympic, ataupun menjadi penyanyi, tetapi hanya kehidupan sederhana yang membahagiakan bersama Ash yang mencintainya dan Molly putri mereka. Nora juga tidak menemukan anti depressants di rumah ini yang berarti kesehatan mental Nora baik-baik saja. Di kehidupan ini juga Nora berhubungan baik dengan Izzy sahabatnya di Australia dan kakaknya, Joe, yang sudah menikah. Nora menjadi dosen filosofi di *Cambridge University* dan menulis sebulan buku. Dalam kehidupan ini Nora melihat dirinya yang lain sangat menikmati dan menerima dirinya sendiri, tingkat *self acceptance* dalam dirinya di kehidupan ini begitu tinggi dilihat dari bagaimana keharmonisan rumah tangganya, finansial yang stabil dan tubuh yang sehat juga terawat.

" she couldn't find any sign of anti depressants. Maybe this was it. maybe this was, finally, the life she was going to stay put in. the life she would choose. The one she would not return to the shelves. I could be happy here. She just have to pretend it was her life so maybe she wouldn't back to the library." (Haig, 2020: 239)

Id Nora begitu menginginkan kehidupan tersebut. Nafsunya untuk memiliki kehidupan itu membuat Nora berpura-pura bahwa itu memang kehidupannya yang asli agar ia tidak akan kembali lagi ke *Midnight Library*. Pada kutipan tersebut juga menunjukkan bagaimana besarnya keinginan Nora untuk tetap hidup dan memiliki kehidupan yang baik yang artinya Nora menggambarkan *self acceptance* pada dirinya, dimana Pikiran tentang kematian kini sudah tidak ada lagi.

" 'this is a good life', Nora would think to herself, over and over again. Yes, being a parent was exhausting, but Molly was easy to love. Here, no relationship stress, no work stress, no money stress. It was a lot to be grateful for." (Haig, 2020: 242)

Meskipun menjadi orang tua itu melelahkan, namun Superego Nora merasa bisa mengatasinya karena Molly begitu mudah untuk dicintai. Id Nora yang menginginkan kehidupan tersebut membuat Superego Nora melihat begitu banyak hal yang bisa di syukuri dalam kehidupan ini.

" everyday she went to bed thinking she was going to wake up in this life again, because it was- on balance, and all things considered- the best she had known. Indeed, she progressed from going to bed casually assuming she'd stay in this life, to being scared to fall asleep in case she wouldn't." (Haig, 2020: 243)

Ego Nora merasakan tekanan karena khawatir tidak dapat memenuhi Id nya yaitu untuk tetap tinggal di kehidupan tersebut. hal ini membuat Nora sulit tidur di malam hari karena ia takut ketika ia membuka mata Nora tidak lagi berada dalam kehidupan tersebut.

" 'this is the best life' she told herself, a little desperately now. 'this is the best life. I am staying here. This is the life for me. This is the best life. This is the best life'. But she knew she didn't have long." (Haig, 2020: 261).

Nora mengucapkan '*this is the best life*' berulang kali dengan harap ia akan tetap tinggal dan tidak kembali ke *Midnight Library*. Namun Ego nya mendorong Nora untuk melihat secara riil bahwa ia tidak punya banyak waktu lagi. Cepat atau lambat ia pasti akan kembali ke *Midnight Library*.

" 'and I love your daddy too. And everything will be okay because whatever happens you will always have Daddy and you have Mummy too, it's just I might not be here in the exact same way. I'll be here, but...' she realized Molly needed to know nothing else except one truth. 'I love you'." (Haig, 2020: 262)

Nora kembali dipengaruhi Ego, dimana ia harus melihat realitanya. Kutipan diatas adalah percakapan Nora pada Molly yang seolah mengucapkan salam perpisahan karena

Nora tahu bahwa waktunya tidak banyak lagi. Superego nya menahan Nora untuk mengatakan yang sejujurnya pada Molly karena anak itu masih kecil dan takut mempengaruhi hidup Molly kedepannya. Nora hanya menyampaikan bahwa ia mencintai Molly.

Tidak lama dari itu, Nora pun kembali ke *Midnight Library*. Ia sangat terkejut dan kecewa karena ia harus kehilangan kehidupan yang ia dambakan.

" 'take me back' ' you know it doesn't work like that' ' well, take me to the closest variation. Give me the closest possible thing to that life. Please, please Mrs. Elm, I'm begging... there must be a life where I went to a coffe with Ash..and..and we had Molly and Plato, but i... did something slightly different. Or.. i.. I don't know.. please take me back into that life Mrs. Elm. Help me out. I'd like to try one of those lives, please..'" (Haig, 2020: 265)

Kutipan diatas menunjukan dimana Nora di pengaruhi Id. Ia begitu menginginkan kehidupannya bersama Ash dan Molly menjadi milik Nora seutuhnya. Ia bahkan memohon pada Mrs. Elm untuk memberikan kehidupan yang mirip atau paling dekat hingga berakhir bahagia seperti itu. Namun Mrs. Elm tidak dapat mengabulkannya karena *Midnight Library* hanya bekerja ketika ada rasa penyesalan dalam diri Nora. Sedangkan kini ia tidak memiliki penyesalan apapun. Id nya

hanya menginginkan kehidupan bersama Ash dan Molly menjadi kenyataan dan Egonya tidak mampu memberi kepuasan terhadap Id. Disini Nora belum menggambarkan *self acceptance* yang sempurna karena dirinya masih menginginkan kehidupan tersebut yang bukan miliknya, namun milik Nora dari dimensi lain yang bisa saja terjadi jika Nora menerima dirinya secara utuh dan kembali ke akar kehidupannya.

Sesuatu terjadi di *Midnight Library*. Ada getaran yang menyebabkan buku berjatuhan dan api yang muncul. Hal tersebut bisa terjadi karena Nora yang sudah berubah, kini ia tidak ingin mati. Nora ingin hidup dan memiliki kehidupan yang bahagia seperti kehidupannya bersama Ash dan Molly. " 'I don't want to die' said Nora, her voice suddenly raised but also fragile. She was shaking from her very core. 'I don't want to die' ". Haig, (2020: 267)

Nora menggambarkan *Self acceptance* pada dirinya, dimana ia sudah yakin dan tidak menginginkan kematian lagi. Dari semua kehidupan yang Nora jalani di *Midnight Library*, kehidupan terakhir bersama Ash dan Molly adalah yang paling berkesan hingga membuat Ego Nora harus memuaskan Id nya untuk tetap hidup dan memiliki kehidupan tersebut.

" she didn't want to die. And she didn't want to live any other life than

the one that was hers. The one that could be a messy struggle, but it was her messy struggle. A beautiful messy struggle. As she writhed and pushed and resisted the weight on top of her, and as the seconds ticked on, she managed- with a great exertion that burned and stifled her lungs - to get back onto her feet." (Haig, 2020: 271)

Dalam kutipan tersebut, Nora sudah menerima dirinya secara utuh. Ia menyikapi *self acceptance* dalam dirinya dengan menjalani berbagai kehidupan, mencoba berbagai hal sampai menjadi seorang ibu merawat anak perempuan dan kehidupan terakhir adalah yang paling berkesan sehingga membuat Id Nora berusaha agar tetap hidup dan bisa mewujudkan kehidupan tersebut secara asli. Terlihat dari bagaimana Nora berusaha mencari jalan keluar dari *Midnight Library*. Mrs. Elm memberi arahan agar Nora bisa keluar dari *Midnight Library* yakni dengan mencari buku yang tersisa lalu menuliskan apa yang ia dapat dari perjalanan kehidupan di *Midnight Library*.

Setelah menemukan satu-satunya buku yang tidak terbakar, Nora menulis ' *I AM ALIVE* ' dan ia pun berhasil kembali ke kehidupan aslinya, dimana Nora sedang terkapar di apartmen miliknya karena anti depressant yang ia minum saat Nora hendak mengakhiri hidupnya.

" there was no one around. So she staggered towards Mr Banerjee's house in a series of dizzy stumbles and lurches, eventually managing to ring the doorbell. A sudden of light sprung out from the front window. The door opened"

"I'm so very sorry, Mr Banerjee. I've done something very stupid. You'd better call an ambulance." (Haig, 2020: 275)

Id Nora yang kini mendambakan kehidupan yang membuat Nora berusaha untuk menyelamatkan dirinya. Ia meminta tolong pada Mr. Banerjee, tetangganya, untuk memanggilkan ambulan.

Pada akhir Novel, Nora banyak dipengaruhi oleh Idnya. Kini instingnya tidak memikirkan tentang kematian lagi dan Nora sudah menerima dirinya sendiri. Ia menyikapi masalah *self acceptance* dengan cara focus terhadap diri sendiri, melakukan apa yang ia inginkan untuk membuat dirinya bahagia juga untuk tidak khawatir akan harapan orang lain padanya. Nora tidak perlu melakukan sesuatu untuk mendapatkan validasi dari orang lain.

" She wasn't a black hole, she decided. She was a volcano. And like a volcano she couldn't run away from herself. She'd have to stay there and tend to that wasteland. She could plant a forest inside herself." (Haig, 2020: 288)

Ketika Nora sudah berada di rumah sakit, kakaknya, Joe, mengunjungi Nora. Mereka berbicara banyak hal hingga

saling meminta maaf dan perseturuan diantara mereka pun tidak ada lagi. Joe, membawakan majalah bergambar Vulkanik Gunung Krakatau dan Nora memutuskan bahwa ia seperti *volcano*. Ia tidak bisa menghindari kehidupannya lagi. Nora harus menjalaninya seperti yang dikatakan Mrs. Elm. Satu-satunya cara untuk belajar adalah hidup. Izzy, sahabat Nora yang tinggal di Australia pun membalas pesannya. Saat Nora sudah keluar dari rumah sakit ia kembali mengajar Les piano, bekerja di Shelter dan Nora juga mengunjungi Mrs. Elm di panti jompo untuk bermain catur bersama.

BAB IV

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan yang telah dilakukan melalui tokoh utama dalam novel *Midnight Library* karya Matt Haig, yang mengangkat tema *self acceptance*, diperoleh hasil sebagai berikut:

Diketahui bahwa dari semenjak Nora masih anak-anak hingga dewasa dan menjalani perjalanan kehidupan di *Midnight Library*, terdapat kajian tentang id, ego dan superego pada tokoh Nora yang mempengaruhi bagaimana Nora menyikapi dan menggambarkan *self acceptance* dalam dirinya. Ketika masih anak-anak, Nora merasa tidak didengar dan kedua orang tuanya justru lebih melihat kearah Joe dan mendukung mimpinya, yang membuat Ego Nora ingin memenuhi kepuasan Id dengan mendapatkan validasi dari orang tuanya.

Akibat permasalahan yang ia alami sejak anak-anak yang dipengaruhi oleh perlakuan kedua orang tuanya, Nora menderita depresi ketika ia beranjak dewasa dan seringkali melakukan sikap menghindar akan kejadian yang mungkin membuatnya dan orang lain kecewa. Hal tersebut mendorong Id nya untuk melakukan percobaan bunuh diri. Hingga saat

ia tiba di *Midnight Library* Id dan Ego nya saling bekerja untuk memilih antara hidup dan mati.

Data tersebut menunjukkan bahwa *self acceptance* disajikan dengan penyampaian tentang kisah Nora dari mulai ia masih kanak-kanak, remaja hingga dewasa dengan alur campuran yang menjelaskan secara detail bagaimana Tokoh Nora mengalami *character development* dalam setiap kehidupan yang ia jalani di dalam *Midnight Library*. Pada awalnya bertujuan untuk mengakhiri hidup dan menyerah, berubah menjadi menerima dirinya dan melanjutkan kehidupan dengan lebih baik dengan rasa bersyukur dimana saat itu tokoh Nora sudah *memiliki self acceptance* yang kuat.

Ketika di *Midnight Library* Nora menerima dirinya dalam berbagai versi dan kejadian-kejadian yang mengantarkannya pada momen traumatik masa lalu, hingga membuat Nora sadar bahwa kejadian yang sudah terjadi bukanlah kesalahannya, hal itu menunjukkan bahwa Nora menyikapi *self acceptance* dalam dirinya, yakni dengan cara menjalani berbagai macam kehidupan yang pernah ia sesali maupun kehidupan yang ia rangkai sesuai keinginannya dengan bantuan dari Mrs. Elm. Nora tidak menyerah dan memiliki kemauan untuk melihat kehidupan yang lebih luas, ia berani melawan rasa takut dan Trauma nya demi

mendapatkan kehidupan yang baik saat kembali ke akar kehidupannya.

Sedangkan Nora menggambarkan *self acceptance* dengan cara menerima dirinya di kehidupannya saat ini, memahami masa lalu dan momen traumatik bahwa kejadian tersebut bukanlah kesalahannya, memaafkan kedua orang tuanya, berani berbicara lagi pada kakaknya 'Joe' dan mencoba berbagai hal baru ketika ia sudah kembali ke akar kehidupannya yang asli dan menjalani kehidupan yang lebih baik. Kini Nora tidak melakukan sesuatu untuk mendapatkan validasi dari orang lain namun untuk dirinya sendiri. *Self acceptance* tergambar dengan bagaimana Nora berusaha membuat hidupnya lebih baik dan membahagiakan dirinya.

Dari kajian tokoh Nora, hal ini membuktikan bahwa *self acceptance* merupakan hal yang penting dalam kehidupan manusia dimana seseorang dalam perjalanan dan perkembangan dalam hidupnya membutuhkan pengenalan dan penerimaan diri apapun atribut yang ada dalam dirinya supaya menjadi lebih mengenal diri sendiri guna mencapai kebahagiaan hidup, sehingga kehidupan itu sendiri menjadi lebih bermakna. *Self acceptance* bukan hanya menjadi kunci dalam perkembangan hidup, tetapi juga memainkan peranan penting dalam menumbuhkan rasa bersyukur.

SYNOPSIS

Between life and death there is a library, and within that library, the shelves go on forever. Every book provides a chance to try another life you could have lived. To see how things would be if you had made other choices, Somewhere out beyond the edge of the universe there is a library that contains an infinite number of books, each one the story of another reality. One tells the story of your life as it is, along with another book for the other life you could have lived if you had made a different choice at any point in your life. While we all wonder how our lives might have been, what if you had the chance to go to the library and see for yourself? Would any of these other lives truly be better? In *The Midnight Library*, Matt Haig's enchanting new novel, Nora Seed finds herself faced with this decision. Faced with the possibility of changing her life for a new one, following a different career, undoing old breakups, realizing her dreams of becoming a glaciologist; she must search within herself as she travels through the *Midnight Library* to decide what is truly fulfilling in life, and what makes it worth living in the first place.

DAFTAR PUSTAKA

- "Psikologi Warna: Pengertian, Teori dan Manfaatnya Untuk Bisnis." *epsikologi.com*, 2020, <https://epsikologi.com/psikologi-warna/>. Diakses 12 Mei, 2022
- Aisyah, Siti. *Hubungan Self Esteem dengan Orientasi Masa Depan pada Siswa SMA Kelas XI di SMA Negeri 3 Malang*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2015.
- Albertine Minderop, "Psikologi Sastra: Karya Sastra Metode, Teori dan Contoh Kasus", 2010, [https://www.google.co.id/books/edition/Psikologi Sastra/J5FMDAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=minderop&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Psikologi_Sastra/J5FMDAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=minderop&printsec=frontcover) Diakses pada 8 February, 2020
- Ambarawati, M.AG, "Metode Penelitian Kualitatif (Konsep dan Praksis dalam Bidang Pendidikan Agama Islam)", CV AL QALAM Media Lestari, Maret 2022, [https://www.google.co.id/books/edition/Metode Penelitian Kualitatif/iwZlEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=moleong&pg=PA120&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Metode_Penelitian_Kualitatif/iwZlEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=moleong&pg=PA120&printsec=frontcover)
- Anggraini, Maya. "Self- Acceptance of Deafblindness Reflected in The Main Character of The Story of My Life Memoir (2014)." *A Sociology of Literature*, 2019.
- Apriyani, Tri. "Insecure Dapat Mengakibatkan Fatalnya Mental Illness pada Remaja." *yoursay.id*, 2019, <https://yoursay.suara.com/lifestyle/2019/12/23/113117/insecure-dapat-mengakibatkan-fatalnya-mental-illness-pada-remaja> . Diakses 13 Maret, 2022
- Arifin, Imam. *Pengaruh Outdoor Education Activities Terhadap Peningkatan Self-Esteem dan Kebugaran Jasmani Siswa SMK*. Pascasarjana, Universitas Negeri Yogyakarta, 2019.
- Burhan Nurgiyantoro, "Teori Pengkajian Fiksi", Gadjah Mada University Press, 14 Agustus 2018, [https://www.google.co.id/books/edition/Teori Pengkajian Fiksi/p4JqDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=nurgiyantoro&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Teori_Pengkajian_Fiksi/p4JqDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=nurgiyantoro&printsec=frontcover) Didownload 24 Mei, 2022

Calvin S. Hall, "Psikologi Freud: Sebuah Bacaan Awal", IRCiSoD, 2019, Februari
https://www.google.co.id/books/edition/Psikologi_Freud/1LKtDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=id+ego+superego&printsec=frontcover

D.S, Praseyono. *Serba-serbi Anak Autis (Autisme dan Gangguan Psikologis Lainnya)*. Yogyakarta: Diva Press, 2008.

Dr. M. Shoffa Saifillah Al-Faruq, M.Pd.I & Dr. Sukatin, S.Pd.I., M.Pd.I. "Psikologi Perkembangan", Deepublish, 2021
https://www.google.co.id/books/edition/Psikologi_Perkembangan/ki0yEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=hurlock+self+acceptance&printsec=frontcover

Hawari, Dadang. *Gangguan Kepribadian: Psikopat, Paranoid, dan lainnya*. Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2005.

Joseph, Novita. "Berbagai Penyebab Utama Seseorang Ingin Bunuh Diri." *hellosehat.com*, 2021,
<https://hellosehat.com/mental/cegah-bunuh-diri/penyebab-ingin-bunuh-diri/>. Diakses 10 Maret, 2022

Madjid, Amy Mastura. *EARNED SECURE ATTACHMENT OF AVOIDANT PERSONALITY DISORDER CLIENT IN MATT HAIG'S THE MIDNIGHT LIBRARY*. Universitas Negeri Jakarta, 2021.

Nono, Eunike Destibela Rato. "Simbol-simbol dalam Novel The Scarlet Letter Karya Nathanie Hawthorne." *Skripsi*, Universitas Sam Ratulangi, 2017.

Permatasari, Vera, dan Witrin Gamayanti. "Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia." *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, vol. 3, no. 1, 2016, hal. 139-52, doi:10.15575/psy.v3i1.1100.

Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. "Situasi Kesehatan Jiwa Di Indonesia." *InfoDATIN*, 2019, hal. 12.

Satyaningtyas, Rahayu, dan Sri Muliati Abdullah. "Penerimaan Diri dan Kebermaknaan Hidup Penyandang

Cacat Fisik." *Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta*, 2012.

Tirtawinata, Ch. Megawati. "Apakah Harga Diri itu (Self Esteem)." *binus.ac.id*, 2020, [https://binus.ac.id/character-building/2020/04/apakah-harga-diri-itu-self-esteem/#:~:text=Pengertian Harga Diri \(Self Esteem,jauh perilaku memenuhi ideal dirinya. Diakses 10 Maret, 2022](https://binus.ac.id/character-building/2020/04/apakah-harga-diri-itu-self-esteem/#:~:text=Pengertian Harga Diri (Self Esteem,jauh perilaku memenuhi ideal dirinya. Diakses 10 Maret, 2022)

Usman, Latifah, dan Hamdan. *Kondisi Psikologis Tokoh Utama dalam Cerpen "Minubauz" dalam Antologi Cerpen Ahlul Hayy Karya Yusuf Zaidan: Analisis Psikologi Sastra*. Universitas Gadjah Mada, 2021.

Utami, Silfa Humairah. "Tanda Orang Alami Depresi, Perhatikan Orang Terdekat dan Rangkul." *suara.com*, 2019, <https://www.suara.com/lifestyle/2019/02/27/220830/tanda-orang-alami-depresi-perhatikan-orang-terdekat-dan-rangkul>. Diakses 4 Maret, 2022

W. Gulo, "Metode Penelitian", Grasindo, [https://www.google.co.id/books/edition/Metodologi Penelitian/lFJfR5jf-osC?hl=id&gbpv=1&dq=nazir+metode+penelitian&pg=PA13&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Metodologi_Penelitian/lFJfR5jf-osC?hl=id&gbpv=1&dq=nazir+metode+penelitian&pg=PA13&printsec=frontcover) Diakses 10 Januari, 2022

Wahyudi, Andri. "Konflik, Konsep Teori Dan Permasalahan." *Jurnal Publiciana*, vol. 8, no. 1, 2015, hal. 1-15.

Waluya, Bagja. *Sosiologi: Menyelami Fenomena Sosial di Masyarakat*. PT Grafindo Media Pratama, 2007.

Yunus, Syarif. "Filosofi Buku: Apa Arti Sebuah Buku?" *kumparan.com*, 2021, <https://kumparan.com/syarif-yunus/filosofi-buku-apa-arti-sebuah-buku-lv8ONL7dpk6> . Diakses 22 Mei, 2022

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Mutiara Putri

Tempat Tanggal Lahir : Depok, 24 Maret 2001

Alamat : jln. Raya babakan, kec/desa
tajurhalang KAB. Bogor.
16320

Agama : Islam

Jenis kelamin : Perempuan

Email : mutiaraputri.628@gmail.com

Riwayat Pendidikan

SDN 04 CIOMAS LULUS TAHUN 2012

SMPN 4 KOTA BOGOR lulus tahun 2015

SMKN 3 BOGOR lulus tahun 2018

Melanjutkan ke Universitas Pakuan pada tahun 2018