

## TRAUMATROPISME DAN USAHA REKONSILIASI DALAM NOVEL *PASUNG JIWA* KARYA OKKY MADASARI

Hafizur Ridho, dan Abdul Jabbar Pati B

Universitas Gadjah Mada, Bulaksumur, Kabupaten Sleman, Yogyakarta, 55281

E-mail: hafizurridho77@gmail.com

**ABSTRAK.** Tulisan ini bertujuan menganalisis traumatropisme dan usaha rekonsiliasi terhadap trauma yang dialami tokoh Sasana dan Jaka dalam novel *Pasung Jiwa* karya Okky Madasari dengan menggunakan psikoanalisis yang diutarakan oleh Dominick LaCapra mengenai konsep *acting out* dan *working through*. Tujuan penelitian ini menjelaskan traumatropisme yang dialami tokoh Sasana dan Jaka sebagai trauma pendiri yang melahirkan trauma-trauma yang lain, menjelaskan upaya-upaya rekonsiliasi atas trauma yang dilakukan tokoh Sasana dan Jaka. Berdasarkan hasil penelitian ini *traumatropisme* tokoh Sasana berupa trauma gender laki-laki di mana laki-laki menjadi pelaku kekerasan dan pelecehan pada dirinya, melalui simtom seperti rasa kebencian yang mendalam pada laki-laki dan tubuhnya sendiri; sedangkan *Traumatropisme* pada tokoh Jaka adalah trauma sekunder (*secondary trauma*) berupa trauma gender perempuan, diperlihatkan dengan adanya simtom seperti ingatan masa lalu yang disertai kecemasan, ketakutan, dan mempertanyakan diri secara terus-menerus. Adapun upaya-upaya yang dilakukan sebagai bentuk 'working through' atau fase rekonsiliasi yaitu: menciptakan jarak terhadap figur otoritas; mengubah nama dan penampilan menjadi perempuan; rumah sakit jiwa; bertestimoni; ruang agama sebagai kehidupan baru; memberi pertolongan sebagai upaya berdamai dengan masa lalu.

**Kata kunci:** Traumatropisme; Rekonsiliasi; Dominick LaCapra; *Pasung Jiwa*.

### TRAUMATROPISM AND RECONCILIATION EFFORTS IN THE NOVEL *PASUNG JIWA* BY OKKY MADASSARI

**ABSTRACT.** This paper aims to analyze the traumatropism and reconciliation efforts towards the trauma experienced by the characters Sasana and Jaka in the novel *Pasung Jiwa* by Okky Madasari using Dominick LaCapra's psychoanalysis on the concepts of acting out and working through. The purpose of this research is (1) to explain the traumatropism experienced by the characters Sasana and Jaka as the founding trauma that gave birth to other traumas, (2) to explain the reconciliation efforts for trauma by the characters Sasana and Jaka. Based on the results of this study, Sasana's traumatropism is in the form of male gender trauma where men become the perpetrators of violence and abuse on her, through symptoms such as deep hatred for men and her own body; while Jaka's traumatropism is secondary trauma in the form of female gender trauma, shown by symptoms such as past memories accompanied by anxiety, fear, and constant self-questioning. The efforts made as a form of 'working through' or reconciliation phase are: 1) creating distance from authority figures; 2) changing names and appearances to become women; 3) mental hospitals; 4) doing testimonies; 5) religious space as a new life; 6) providing help as an effort to make peace with the past.

**Keywords:** *Traumatropism; Reconciliation; Dominick LaCapra; Pasung Jiwa.*

### PENDAHULUAN

Novel *Pasung Jiwa* karya Okky Madasari memuat narasi yang menampilkan tokoh fiksi Sasana dan Jaka sebagai tokoh yang mengalami traumatis. Pengalaman traumatis ini berawal dari belenggu kebebasan diri yang dialami oleh kedua tokoh tersebut sepanjang perjalanan hidupnya. Tokoh Sasana sebagai seorang anak laki-laki yang mengganti nama serta penampilannya menyerupai perempuan yaitu sebagai Sasa, sementara tokoh Jaka mengalami gangguan identitas sehingga mengubah namanya menjadi Jaka Baru. Pengalaman traumatis menjadi sebab terjadinya penyangkalan identitas kedua tokoh yang mengarah kepada pembentukan identitas baru hal ini disebabkan adanya fase kehilangan atas identitas sebelumnya. Subjek yang merasa kehilangan identitas akan berusaha menemukan kembali

identitasnya atas berbagai reaksi, termasuk identitas yang mencerminkan posisi mereka dalam masyarakat. Menurut Eyerman (2019) *cultural trauma refers to a dramatic loss of identity and meaning, a tear in the social fabric, affecting a group of people who have achieved some degree of cohesion*. Hilangnya identitas merupakan bagian dari trauma kultural dikarenakan adanya perubahan status subjek yang kehilangan identitas dengan kemungkinan subjek tersebut kehilangan tempat serta status sosial yang sudah dikonstruksi melalui sejarah dan memori kolektif. Trauma kultural juga dapat disebabkan karena adanya konstruksi narasi terhadap komunitas atau kelompok dengan adanya kepentingan politik. Berdasarkan hal tersebut, narasi yang dikonstruksi berdasarkan memori kolektif tentunya berdampak terhadap identitas. Diperlukan apa yang disebut sebagai rekonsiliasi atau upaya berdamai dengan rasa traumanya.

Kelman (2010) menyampaikan "...reconciliation is a consequence of successful conflict resolution. It comes at the end of the process, with time: The test of a good agreement, and of the process that generates it, is its conduciveness to ultimate reconciliation. This does not mean (and has never meant, in my view) that reconciliation comes into play only after an agreement has been reached. Reconciliation is, after all, a process as well as an outcome". Rekonsiliasi adalah upaya berdamai setelah adanya sebuah konflik yang dialami seseorang akibat kejadian-kejadian traumatis. Pada gagasan LaCapra (2014) selain upaya berdamai, adanya hasrat dari subjek untuk melengkapi elemen yang hilang '*Working-through can be related to the ethical turn and conceived as a desirable process that does not replace but complements and supplements political concerns. But it is deceptive to see it in terms of a notion of cure, consolation, uplift, or closure and normalization.* Rekonsiliasi dijelaskan sebagai suatu hal yang melengkapi dalam hal etika atau politik sehingga rekonsiliasi bukan hanya sekedar upaya berdamai melainkan kembalinya kemampuan untuk menstrukturkan narasi.

Dalam penelitian ini kami akan mencoba melihat *traumatropisme* sebagai trauma pendiri atau trauma asal yang melahirkan trauma-trauma yang lain seperti yang menjadi konsep pemikiran LaCapra dalam bukunya yang berjudul '*writing history, writing trauma*' (1939). Mitos asal-muasal atau trauma pendiri (*traumatropisme*) melahirkan trauma-trauma lain yang dirasakan oleh kedua tokoh, kami juga akan melihat bagaimana kedua tokoh melakukan upaya rekonsiliasi atau fase penyembuhan sebagaimana dijelaskan LaCapra dalam konsep '*acting out*' dan '*working through*' sebagai dua konsep yang saling berhubungan dalam upaya mengatasi rasa traumatik. LaCapra dalam tulisannya yang berjudul '*writing history, writing trauma*' (1939) menjelaskan apa yang ia sebut sebagai konsep *traumatropisme* yang mengarah pada sebuah proses yang juga membutuhkan eksplorasi lebih lanjut dan analisis kritis.

Menurut LaCapra (2011: 88) kejadian traumatis seringkali mengalami transformasi menjadi luhur sementara kejadian traumatis yang luar biasa kurang rentan terhadap transfigurasi traumatropik, meskipun hal tersebut dapat berfungsi sebagai penyebab atau efek dari gejalanya. *Traumatropisme* mencakup trauma yang ditemukan sebagai mitos asal-usul, tetapi juga dapat melibatkan transformasi trauma lainnya, yang seringkali bergerak dalam orbit "pasca-sekuler" yang sama dengan trauma dasar atau trauma asal. Oleh karena itu, misalnya trauma dapat diubah menjadi yang luhur atau yang sakral, dan mereka yang mengalami trauma dapat dilihat sebagai martir atau orang suci, terutama dalam kasus korban

kekerasan ekstrem atau genosida. Aktivitas trauma itu sendiri mungkin dialami oleh para pelaku sebagai sesuatu yang mengangkat dan menggembirakan, jika bukan sebagai sesuatu yang agung (LaCapra, 1939: xiv). Sehingga LaCapra memandang Trauma dapat menggantikan kejahatan utama dan, jika ditafsirkan sebagai inti atau lubang yang tidak dapat dijelaskan, menjadi "nyata" yang menjadi dasar munculnya varian psikoanalisis lain yang seringkali bersifat dogmatis. Kejahatan utama mengikuti struktur mitos asal usul yang traumatis secara umum, meskipun kadang-kadang dapat digambarkan dalam istilah yang lebih hipotesis sebagai fiksi heuristik. *One may also come to see that the essential aspect of harassment is an abuse of power that may involve an abuse of transference* (LaCapra, 1939: 7). Pernyataan ini memperlihatkan bahwa aspek pelecehan berasal dari penyalahgunaan kekuasaan yang mungkin juga disebabkan penyalahgunaan transferensi. Rasa trauma yang dialami seseorang terjadi pada sebuah keadaan tertentu atau secara eksplisit dipicu oleh pengalaman atau aporia dari kejadian-kejadian yang pernah dialaminya. Singkatnya Trauma merupakan suatu ingatan atas kejadian yang biasanya berkaitan dengan kejadian buruk atau negatif, kejadian ini dapat berdampak kepada perilaku atau cara menyikapi suatu kejadian dengan cara yang berlebihan.

Trauma mungkin memiliki tempat yang sama dengan Ingatan sehari-hari karena sifatnya mudah dilupakan sehingga untuk memunculkan kembali membutuhkan pemicu dalam bentuk kata atau objek. Dalam sejarahnya, trauma banyak difokuskan kepada kejadian pasca perang, para veteran perang yang dapat merasakan luka tak terlihat atau takut kepada sesuatu yang berkaitan dengan perang seperti bunyi ledakan, senjata atau sirene. Situasi ini menyebabkan mereka selalu waspada terhadap apapun yang berdampak buruk terhadap pikiran serta perilaku. Caruth (1995) menyatakan bahwa trauma merupakan suatu kejadian dalam memori penderita dengan adanya keterlambatan atau tidak lengkap untuk mengetahui atau bahkan dalam melihat, suatu kejadian luar biasa yang kemudian tetap terjadi, dengan kemungkinan kejadian tersebut terus menerus terjadi sesuai dengan kejadian tersebut.

Dominick LaCapra, sebagai seorang sejarawan terkemuka telah membahas konsep '*acting out*' dan '*working through*' dalam konteks trauma dan penulisan sejarah. Bond menjelaskan adanya struktur trauma hadir semata-mata sebagai upaya untuk memahami sejarah (2020: 80). Konsep-konsep tersebut saling berhubungan dan diperlukan untuk mengatasi adanya trauma (Schick, 2011). Berkaitan dengan '*acting out*' pada penjelasan LaCapra (2014) merupakan suatu kondisi penolakan, luapan emosi dan penolakan yang menyebabkan adanya

penggabungan antara identitas diri sendiri dengan orang lain terkait pengalaman. Sederhananya *'acting out'* selalu terjadi karena adanya pengulangan atau repetisi sebagai bentuk hilangnya batas antara masa lalu dan sekarang dimana pengulangan tersebut juga terjadi karena tendensi dari ingatan dan rasa tanggung jawab. Dalam *'acting out'*, seseorang atau masyarakat mengunjungi atau terbawa pada rasa trauma secara berulang-ulang, sebab ia tidak dapat menerima kenyataan tersebut. Perilaku kompulsif ini dapat menghalangi proses pemulihan sehingga proses ini tidak akan sempurna atau selaras sepenuhnya (David, 2013). Disisi lain *'working through'* mengarah pada proses terlibat secara aktif dalam memproses trauma, yang bertujuan untuk mencapai penyelesaian yang lebih konstruktif (Schick, 2011). Sehingga *'acting out'* dan *'working through'* adalah dua konsep yang saling berhubungan dan diperlukan untuk mengatasi rasa traumatik.

*'Acting out'* adalah keadaan yang melibatkan penghidupan kembali rasa trauma secara kompulsif dan berulang-ulang; individu yang bertindak mengalami kesulitan membedakan antara masa lalu dan masa kini. Mereka dihantui oleh pengalaman mereka dan terjebak di masa lalu yang melukai mereka (LaCapra, 1939).

*Acting out involves a compulsive and repetitive re-living of the trauma; individuals who act out have difficulty distinguishing between the past and the present and struggle with nations of future. They are haunted by their experience and trapped in the past that wounded them.*

*'Working through'* dapat dikatakan sebagai semacam kekuatan penyeimbang (sesuatu yang mengarah ke pemulihan). Dalam konsep *'working through'*, seorang subjek (penyintas) dapat melakukan berbagai cara untuk mengatasi trauma, salah satunya adalah bertutur (bertestimoni) sebagai bentuk untuk bertahan hidup. Dalam konsep bertestimoni ini, subjek cenderung mengalami kesadaran dalam menggunakan bahasa. LaCapra (2014: 90), berpendapat bahwa ketika bahasa berfungsi memberikan kontrol kesadaran, jarak kritis, dan perspektif, seseorang diyakini telah melampaui proses yang sulit untuk melewati trauma. *'Working through'* merupakan suatu kondisi yang mungkin menjadi hasrat atau keinginan karena pada prosesnya *'working through'* dapat menempatkan masa lalu, sekarang dan masa depan. Namun melalui *'working through'* pada prosesnya dapat bergerak menuju hal yang bersifat etis dan juga politis (LaCapra, 2014: 183). *'Working through'* sendiri haruslah dipahami sebagai sebuah proses terbuka yang mempertanyakan diri sendiri secara terus-menerus juga menangkalkan tindakan yang berlebihan (atau keharusan untuk mengulanginya) tanpa sepenuhnya melampaui hal tersebut, terutama yang berkaitan

dengan trauma dan dampaknya (LaCapra, 1939: xxiii). *'Working through'*, secara etis bukanlah pada tindakan menghindari, harmonisasi, melupakan masa lalu atau melebur dengan masa lalu, maksudnya pada istilah trauma melibatkan kecenderungan pada tindakan dan bahkan mengenali mengapa hal tersebut penting pada aspek hasrat atau setidaknya menarik. Sederhananya pada proses ini subjek sudah menciptakan batasan masa lalu dan meleburkan diri dengan masa kini. Salah satu aspek yang paling sulit dalam *'working through'* adalah kemampuan untuk melakukannya dengan cara yang tidak sama dengan mengkhianati kepercayaan atau cinta yang mengikat seseorang dengan orang lain yang hilang itu tidak berarti sekadar melupakan orang mati atau tersapu oleh kesibukan saat ini (LaCapra, 2014: 183). Sehingga *'working through'* dapat dijelaskan sebagai suatu proses penerimaan suatu kejadian namun disisi lain juga tidak dapat melupakan kejadian tersebut sehingga subjek akan mengakhiri rasa traumatis dari pengalaman atau aporia traumatiknya yang dapat dibaca sebagai suatu pemulihan diri subjek atau rekonsiliasi.

## METODE

Penelitian ini menggunakan objek penelitian novel *'Pasung Jiwa'* karya Okky Madasari sedangkan yang menjadi objek formal dalam penelitian ini yaitu konsep *'acting out'* dan *'working through'* yang telah diperkenalkan oleh Dominick LaCapra. Sebagaimana dijelaskan oleh Poedjawijatna (1982: 44) hal yang pertama yang perlu dilakukan dalam sebuah penelitian yaitu menentukan topik dari penelitian yang bersangkutan. Metode penelitian ini yaitu metode deskriptif-kualitatif yang berhubungan dengan analisis isi, sebelumnya kami melakukan pembacaan secara cermat dan menyeluruh terkait narasi cerita dalam novel *'Pasung Jiwa'* karya Okky Madasari. kemudian kami mengumpulkan beberapa data, melakukan klasifikasi data, hingga tahap analisis data dengan menerapkan konsep teori Dominick LaCapra mengenai *'acting out'* dan *'working through'*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Traumatropisme yang dialami Sasana dalam Novel *Pasung Jiwa* karya Okky Madasari

Keluarga menjadi figur otoritas yang diceritakan sejak awal oleh narator, hubungan antara figur yang memiliki kuasa membentuk kepribadian tokoh Sasana serta cara ia memandang realitas. Pengaruh yang ditinggalkan kedua orang tuanya sejak kecil hingga semasa sekolah mengarah pada pembentukan identitas baru. Kuasa keluarga menjadi belenggu awal yang diceritakan narator terhadap tokoh Sasana;

belunggu 'tubuh dan pikiran', figur otoritas juga memiliki garis linear terhadap traumatisasi Sasana yang nantinya akan bergerak secara kronologis dalam narasi penceritaan. Aturan pertama dan kehidupan pertama yang dirasakan Sasana atas otoritas keluarga menjadi pelajaran pertama mengenai pengenalan diri tentang kehidupan yang ideal, aturan, kebiasaan, perkataan, dan objek awal yang dilihat anak berawal dari keluarga. Keadaan ini dirasakan Sasana sejak ia berada di rahim ibunya di mana denting piano menjadi suara pertama yang ia dengar. *'Suara pertama yang kukenal adalah denting piano. Bukan suara Ibuku, bukan pula suara Ayahku. Pertama kali aku mendengar suara itu saat berada di rahim Ibuku (Madasari, 2021:13)'* Dari data kutipan ini otoritas keluarga pada diri Sasana terlihat dalam penentuan selera musik, yang dirasakan ketika Sasana berada di dalam kandungan ibunya. Secara radikal anak adalah objek yang dikonstruksi oleh kedua orang tuanya, kuasa orang tua dalam membentuk anak sangat dirasakan Sasana sejak kecil hingga ia menempuh pendidikan. Seperti pada data kutipan berikut:

Aku tak lagi bisa memainkan piano. Saat itu aku sadar, selama ini aku salah. Memainkan piano tak sekedar memainkan alat yang bisa dilakukan siapa saja. Selama ini aku memang tak suka. Tapi aku bisa melakukannya karena aku ingin menunjukkan aku bisa. Karena aku ingin membuat Ayah dan Ibu bahagia. (Madasari, 2021:23)

Agar aku tidak kehilangan pengetahuan Agamaku, seminggu dua kali seorang guru agama didatangkan ke rumah kami. Ini seperti mengulang apa yang mereka lakukan saat aku kecil dulu. Bedanya jika dulu yang dipanggil guru piano sekarang guru ngaji yang rutin datang ke rumah kami. (Madasari, 2021:31)

Kutipan tersebut, dapat diketahui figur otoritas terhadap tokoh Sasana ditampilkan memiliki relasi dengan pengalaman atau aporia traumatisnya. Figur otoritas terlihat sebagai representasi dari hal yang ideal dalam pandangan sosial dan agama, keadaan problematis ini ditampilkan oleh narator yang berkaitan dengan proses traumatisasi yang dirasakan subjek. Sasana dianggap berbeda dan aneh oleh teman-teman sekelasnya termasuk Gurunya hingga kedua orang tuanya harus dipanggil ke sekolah karena Sasana menggambar seorang wanita tanpa busana saat pelajaran kesenian dimulai; apa yang dilakukannya dampak dari konstruksi orang tua yang sejak awal mengambil alih tubuh dan pikiran Sasana. Identitas yang dimiliki Sasana bukan menjadi hal yang esensial tetapi bersifat konstruktif yang berawal dari dampak kuasa figur otoritas dan kejadian traumatik di kehidupan sosialnya.

Sasana pada awalnya sebagai laki-laki terjebak kedalam disforia gender akibat adanya usaha untuk mengubah identitas gendernya. Disforia gender Sasana mengarah pada trauma gender masa lalu sebagai bentuk dari gejala trauma dimana pemicu trauma disebabkan oleh laki-laki terhadapnya peristiwa ini menjadi awal mula kebenciannya terhadap gender laki-laki sebagai pelaku kekerasan pertama dalam hidupnya hingga Sasana membenci tubuhnya yang terlahir sebagai laki-laki yang mengarah pada perubahan identitas gendernya. Sasana memiliki kesadaran mengenai gender perempuan yang *lembut, indah, dan tidak menyukai kekerasan; penyesalan terhadap identitas gender yang terlahir sebagai laki-laki*. Adanya konstruksi gender ini menciptakan trauma terhadap ketidakmampuan dalam mencapai gambaran konstruksi gender oleh masyarakat akan memiliki konsekuensi kedepannya. Tokoh Sasana merasa tidak mampu dalam mencapai gambaran ideal karena sering mengalami kekerasan seksual oleh laki-laki sehingga dia lebih memilih gender wanita sebagai gender yang mudah dicapai. Asal muasal trauma gender ini tentunya bukan tanpa alasan mengingat konstruksi tersebut sudah mencapai dalam tahap logosentris sehingga sangat sulit untuk dibantah.. Penjelasan panjang ini dinarasikan narator dalam beberapa kutipan data berikut.

Mulai besok kamu setor lima ribu tiap hari untuk kebutuhan geng. Paham!

Paham teriakku. Lalu ...Bug! Sebuah pukulan kembali bersarang di perutku. Aku berteriak keras. (Madasari, 2021:33)

"Sekarang aku tahu mengapa Ayah tiba-tiba mau memindahkan aku ke sekolah lain. Sekolah yang lebih nyaman sekolah yang diisi banyak perempuan. Sekolah yang penuh dengan orang-orang lembut, indah, dan tak suka kekerasan Aaah... Aku semakin menyesal dilahirkan sebagai laki-laki. (Madasari, 2021:44)

Kami tinggal bersama, bekerja bersama. Aku benar-benar meninggalkan kuliahku. Jarak yang jauh membuatku semakin punya alasan untuk tak lagi datang ke kampus. Aku memulai hidup baru yang benar-benar terputus dari kehidupanku yang sebelumnya. (Madasari, 2017: 51-52).

Pengalaman atau aporia traumatik memberikan pemikiran bagi Sasana tentang gender laki-laki yang buruk dan perempuan yang baik sebagai kesadaran subjek yang bermula pada kebencian dan penyangkalan gendernya sendiri. Sasana terlihat mencoba menciptakan jarak dengan kedua orangnya untuk memudahkannya dalam perubahan identitas. Ia mulai menyukai musik dangdut dan meninggalkan musik piano dan musik klasik, mengubah namanya

menjadi Sasa begitupun dengan penampilan yang menyerupai perempuan. Proses traumatisasi subjek berlangsung secara kronologis bermula dari dampak kuasa figur otoritas, aporia traumatik terkait gender laki-laki yaitu pemukulan, hingga penangkapan oleh kepolisian beserta TNI yang berakhir dengan tindak pelecehan sebagai aporia traumatik baru yang dirasakan Sasa. Seperti pada kutipan berikut. “Terus ngopo bikin rusuh koyok mau awan (seperti tadi siang)?” “Enaknya kita apain bencong ini?” tanya si komandan. “Kita pakai saja dulu, Ndan. Biasanya juga dipakai orang,” jawab yang lainnya. Mereka lalu terbatak bersama (Madasari, 2021:97)

### Traumatropisme yang dialami Jaka Wani dalam Novel *Pasung Jiwa* karya Okky Madasari

Pengalaman atau aporia traumatik Jaka dinarasikan berawal dari keinginannya untuk membebaskan dirinya. Pemikiran Jaka ini lahir dari belenggu ekonomi dan kekuasaan yang dia alami baik ketika Jaka bekerja di pabrik maupun ketika dia memimpin laskar Malang. Narator menceritakan kisah melalui sudut pandang Jaka sebuah potongan memori saat bekerja di Pabrik membuatnya menjadi mesin pabrik bukan sebagai manusia sekaligus pertemuan dengan pelacur bernama Elis. Peristiwa traumatik Jaka dinarasikan dalam bentuk memori atau ingatan kelam masa lalunya ketika bekerja di pabrik tepat saat hari penangkapan Elis di rumah sewa mereka berdua yang didatangi beberapa masyarakat, Seperti pada data kutipan berikut.

Ingatan itu kembali mematikan seluruh keberanianku. Aku hanya menjadi penonton saat Elis terus meronta dan menangis karena orang-orang itu memaksanya keluar dari kamar. Matak bertatapan dengan mata Elis. Ia tak lagi menangis matanya menatapku tajam. *Mulut orang-orang itu tak henti berusara. Ada yang berteriak “Lonte”, “Pelacur”, “Zina” dan “Dosa”*. Dan aku hanya diam tak berdaya menonton semuanya. (Madasari, 2013: 189-190).

Ingatan masa lalu Jaka selanjutnya tentang Kalina seorang perempuan korban pelecehan seksual yang hamil dan harus menggugurkan kandungannya karena perbuat mandornya sendiri.

“Jangan Cuma aku yang kesakitan. Waktu dia memperkosaku, dia keenakan, aku kesakitan. Sekarang aku hamil, aku lagi-lagi yang kesakitan, dia tetap enak-enakan. (Madasari, 2013: 207) Jangan sampai mata Kalina terus menghantuiku seperti mata Elis. Juga mata Sasa dan mata perempuan pabrik yang beberapa waktu lalu diusir oleh Mandor. Matipun lebih menyenangkan dari pada harus dikejar penyesalan seperti itu. (Madasari, 2013: 208-209)

Jaka mengalami kecemasan dan ketakutan yang berlebihan, setelah dia dan kawan-kawan laskar Malang berhasil menangkap Sasa di depan Ibunya sendiri, tatapan Sasa dan gugatan Ibu Sasa menghantuinya. Kejadian itu menghadirkan beberapa tatapan perempuan-perempuan yang dulu dia kenali. Pada fase *‘acting out’* masa lalu dihidupkan kembali dalam ingatan Jaka sehingga dia mengalami rasa kehilangan terhadap dirinya sendiri yang tidak mampu menolong perempuan-perempuan itu. Seperti pada data kutipan berikut:

Ibu Sasa berteriak bukan kepadaku. Tapi aku merasa tuduhan itu di tunjukan padaku.

Aku...aku adalah binatang.

*Binatang... binatang... binatang... Benarkah aku binatang?*

Apakah aku manusia jika membiarkan orang yang kukenal dikeroyok di depan mata? Apakah aku manusia jika aku tak lagi punya belas kasihan? (Madasari, 2021: 310)

Pikiranku selalu penuh. Penuh dengan rintih ingatan dan segala ketakutan.

Di balik kegagahan yang dilihat orang aku begitu lemah dan putus asa. Bayangan-bayangan itu... suara-suara itu... Elis, Sasa, dan ibunya, mereka selalu datang silih berganti. (Madasari, 2021: 311)

Berdasarkan penjelasan di atas, kami mengidentifikasi *traumatropisme* Jaka yaitu trauma terhadap gender perempuan sebagai trauma sekunder. LaCapra dalam *‘writing history, writing trauma’* (1939: 102) menyampaikan bahwa empati dapat mengambil bentuk yang berbeda, dan sering kali mengakibatkan trauma sekunder (*Secondary trauma*) atau trauma yang tidak disadari serta dramatisasi diri pada seseorang yang menanggapi pengalaman korban. Perjumpaan Jaka dengan Elis, Karlina, Sasa beserta Ibunya sebagai perempuan-perempuan yang pada akhirnya menimbulkan kecemasan, ketakutan berlebihan dalam hidup Jaka hal ini menandakan subjek berada dalam fase *‘acting-out’*, keadaan subjek mengarah pada pembentukan identitasnya dengan berapa kali melakukan pengubahan namanya sendiri mulai dari Cak Jek sebagai nama panggung ketika awal mula perjumpaannya dengan Sasa; Jaka Wani ketika ia bekerja di Pabrik Elektronik; dan Jaka Baru ketika ia menjadi bagian dari Laskar Malang. Rasa empati Jaka terlihat ketika ia mendengarkan kisah Elis yang bekerja sebagai pelacur demi memenuhi kebutuhan hidupnya hingga Jaka menyaksikan penangkapan Elis oleh warga dengan begitu kejam; Jaka membantu Kalina menggugurkan kandungannya sebagai korban pemerkosaan oleh mandor pabrik, ingatan ini menghadirkan kembali rasa bersalah dan ketakutan seusa penangkapan Sasa bersama kawan-kawan laskar Malang; mengingat

gugatan ibu Sasa kepadanya beserta pihak laskar yang membuatnya larut dalam penyesalan dan pertanyaan. Potongan-potongan peristiwa ini saling berhubungan dan menciptakan rasa trauma mendalam pada diri Jaka, sebagai trauma sekunder (*Secondary trauma*).

Pengulangan ini membentuk tindakan performatif subjek secara konstruktif bahkan berdampak pada perubahan identitas. Perubahan identitas ini juga dapat ditandai dengan adanya perubahan nama dan diri seseorang baik yang terlihat dari pemikiran maupun perbuatannya dalam memandang sesuatu. Sering kali kita menemui pada konstruksi sosial penamaan pada manusia haruslah memiliki makna yang baik dan tidak terkesan buruk dengan harapan subjek tersebut dapat memiliki sifat yang sesuai dengan namanya. Namun hal inilah yang menyebabkan konstruksinya menciptakan tekanan karena nama itu sendiri seperti pada kutipan data berikut.

Aku bukan lagi Jaka Wani. Jaka Wani adalah orang kalah. Jaka Wani adalah mesin-mesin pabrik. Jaka Wani walaupun berarti berani adalah orang yang tak punya daya dan tak berani. Jangan ada yang memanggilku juga Jek. Jek adalah kebodohan. Jek adalah dosa dan kemaksiatan. Jek adalah lagu-lagu dan goyangan pengundang zina, mengingatkannya pun aku sudah malu setengah mati. *Kini aku Jaka Baru, pejuang untuk agama dan Tuhanku.* (Madasari, 2021:265)

Pada kutipan di atas, perubahan nama dari Cak Jek, Jaka Wani ke Jaka Baru adalah salah satu langkah awal menuju upaya rekonsiliasi. Penamaan tersebut tentunya tanpa bukan alasan mengingat identitas sebelumnya mengingatkannya dengan masa lalu yang melahirkan ketakutan bagi Jaka. Namun disisi lain tokoh Jaka merasa bahwa perubahan identitas tersebut hanya memindahkan posisinya dalam masyarakat sementara dirinya masih merasakan aturan dan adanya konstruksi terhadap dirinya. Jaka merasakan hanya sedikit perbedaan pada dirinya dimana dulunya dia bekerja untuk berhala saat ini bekerja untuk agama. Pada titik ini subjek mulai menciptakan kecenderungan perasaan membenci namun disisi lain juga merindukan sebagai dampak dari konstruksi yang dirasakan oleh subjek.

## Upaya Rekonsiliasi Pada Tokoh Sasana dan Jaka

### 1) Upaya Melepaskan Trauma Masa Lalu Sasana

Merupakan keinginan dan sikap Sasana yang lahir dari kesadaran dirinya untuk membebaskan diri dan terlepas dari pengalaman atau aporia traumatiknya seperti menciptakan jarak terhadap figur otoritas; mengubah nama dan penampilan menjadi perempuan; rumah sakit jiwa: ruang

kebebasan subjek, serta bertestimoni: menceritakan masa lalu.

### a) Menciptakan Jarak Terhadap Figur Otoritas

Berdasarkan penjelasan sebelumnya kehadiran figur otoritas terhadap Sasana memiliki relasi pada pengalaman atau aporia traumatik. Figur otoritas terlihat sebagai representasi dari hal yang ideal dalam pandangan sosial dan agama sebab sejak awal belenggu tubuh dan pikirannya telah dikonstruksi oleh kedua orang tuanya tanpa bisa berlaku bebas. Menciptakan jarak terhadap orang tua sebagai figur otoritas berawal dari keinginannya untuk membebaskan diri dari belenggu 'tubuh dan pikiran' yang sejak awal dimiliki orang tuanya, seperti pada kutipan data berikut:

**Jarak yang jauh membuatku semakin punya alasan untuk tak lagi datang ke kampus.** Aku memulai hidup baru yang benar-benar terputus dari kehidupanku yang sebelumnya (Madasari, 2017: 51-52)

"Selama tinggal di rumah orangtua, sejak kecil hingga SMA, aku hanya sibuk menunggu kapan aku bisa keluar rumah itu, selama menunggu itu, aku seperti selalu berjalan tak sabar, tergesa, dan terburu sesuatu. (Madasari, 2017: 145)

Menciptakan jarak terhadap figur otoritas adalah upaya membebaskan diri dari 'belenggu tubuh dan pikiran' karena entitas figur otoritas dipandang sebagai representasi norma-norma sosial dan moralitas tentu sangat bertentangan dengan kesadaran subjek bahwa apa yang diinginkan 'tubuh dan pikiran'nya bertentangan dengan itu semua. Jarak ini telah lama diinginkan oleh Sasana sebagai cara untuk melupakan masa lalunya yang penuh aturan dan tuntutan, usaha untuk memutuskan masa lalu juga adalah upaya rekonsiliasi untuk melupakan peristiwa-peristiwa masa kecil yang buruk bagi dirinya seperti pengalaman diskriminasi dan kekerasan yang dialami.

### b) Mengubah Nama dan Penampilan Menjadi Perempuan

Pengubahan nama dan penampilan menyerupai perempuan merupakan gejala disforia gender akibat dari kebenciannya terhadap laki-laki termasuk tubuhnya yang terlahir sebagai laki-laki, narasi yang dibangun bahwa Sasana mengalami trauma gender. Upayanya untuk melepaskan trauma itu dengan cara menerima *pengubahan namanya menjadi Sasa, berpenampilan selayaknya perempuan* bahkan menjadi penyanyi jalanan bersama Cak Jek sebagai bentuk perayaan 'tubuh dan pikiran' yang kini terbebas dari segala macam aturan dan pengalaman trauma gender yang memenjarakan diri masa lalu, hal ini

tentunya mengarah pada identitas gender perempuan yang menjadi pilihan dengan menghilangkan identitas laki-laki pada dirinya. Lebih jauh pilihan sikap ini adalah bentuk performatif dari kesadaran subjek untuk dapat melupakan masa lalunya yang traumatis, keadaan ini sebagai upaya rekonsiliasi subjek karena telah sampai pada tahap penerimaan diri masa lalu. Seperti pada kutipan data berikut.

Sepatu merah dengan hak yang tinggi dan lancip, rok-rok mini, dan blus-blus seksi warna-warna. Waaah... benda-benda yang indah. Benda-benda yang sejak kecil selalu ingin kumiliki tapi tak pernah bisa. (Madasari, 2017: 52)

Kini aku menjelma menjadi Sasa. Biduan pujaan semua orang. Si cantik bersepatu merah dengan rok mini yang meriah. (Madasari, 2017: 59)

#### c) Rumah Sakit Jiwa: Ruang Kebebasan Subjek

Rumah sakit jiwa menjadi ruang bagi Sasa untuk membebaskan dirinya dari aturan-aturan sosial, hukum, bahkan agama yang tidak menerima Sasa sebagai fenomena sosial yang dipandang menyimpang. Kesadaran untuk membebaskan 'tubuh dan pikiran' yang terbelenggu sejak awal. Segala hal yang tidak berterima dalam tatanan sosial seperti berpenampilan menyerupai perempuan, buruk dalam pandangan hukum seperti memberikan protes dan berbuat keributan, bahkan dilarang agama karena melanggar kodrat-Nya tidak berlaku di rumah sakit jiwa. Diskriminasi, kekerasan, dan pelecehan dirasakan Sasa sebagai pengalaman atau aporia traumatis membuktikan bahwa dirinya tidak diterima dan tidak memiliki kebebasan, sehingga keberadaan subjek di rumah sakit jiwa tentunya menjadi ruang kebebasan dan upayanya untuk melupakan masa lalu yang memuat pengalaman atau aporia traumatisnya. Seperti pada kutipan data berikut.

Orang yang tak waras justru orang yang sepenuhnya memiliki dirinya. Ia tak akan mau mengikuti apa yang dikatakan orang lain. **Orang yang kehilangan kewarasan adalah orang-orang yang sepenuhnya punya kesadaran.** (Madasari, 2013: 119)

Masing-masing kami adalah sama. **Pikiran kami, keinginan kami, tingkah laku kami tak ada beda. Kami semua punya satu nama: Si Gila.** (Madasari, 2013: 226)

#### d) Bertestimoni: Menceritakan Masa Lalu

Bertestimoni atau bertutur dipandang sebagai upaya bertahan hidup, dalam konsep bertutur dimana subjek mengalami kesadaran dalam menggunakan bahasa menuangkan pengalaman atau aporia traumatis sebagai fase 'working through'. Tahap 'working through' tentu tidaklah mudah mengingat subjek sering kali menghidupkan pengalaman atau aporia

traumatis dan ada kemungkinan larut pada masa lalunya. Sasa bertemu dan mulai mengenal Marsita ketika ia menjadi pasien rumah sakit jiwa, Marsita dipandang baik oleh Sasa sehingga ia berani dengan mudah menceritakan kisah masa lalu pada Marsita begitupun ketika ia bertemu kembali dengan ibunya. Ibunya adalah tempat Sasana dapat berdamai dengan keadaan dirinya termasuk identitasnya sebagai Sasa. Sasa sebagai fenomena tidak dapat diterima agama, tatanan sosial, termasuk negara akan tetapi melalui cinta sang Ibu Sasana dan Sasa tetap dipandang sebagai orang yang sama yaitu anaknya. Keterbukaan dan bentuk penerimaan masa lalu terlihat dari sejauh mana subjek mampu untuk bercerita dan menerima dirinya yang dulu. Hal ini diperlihatkan pada kutipan data berikut:

Di rumah sakit ini, aku bisa diam, melangkah pelan sambil mendengarkan setiap hal yang dibisikkan hatinya. Dan malam ini aku bagi semuanya pada Marsita. (Madasari, 2013: 145)

Dia bukan lagi Ibu yang menuntut kesempurnaan dari anak-anaknya, yang kecewa dan marah ketika anaknya tak memenuhi harapannya. Ia adalah temanku, yang menertawakan kenakalan-kenakalanku, yang penasaran dengan segala ceritaku, tanpa penghakiman dan tanpa rasa pengharapan. Aku pun bercerita tanpa beban, tanpa rasa malu dan ketakutan. (Madasari, 2021: 282)

Sasa menemukan seseorang yang mau mengerti keadaan dan mau menerima dirinya sehingga ia bertestimoni atau menyampaikan pengalaman masa lalunya tanpa tekanan sedikitpun, bertestimoni yang dilakukan subjek adalah keadaan yang membuktikan bahwa subjek sejatinya telah mampu melewati tahap 'working through' atau rekonsiliasi trauma. Bertestimoni ini cermin untuk melihat keberterimaan terhadap masa lalu terbukti ketika ia dengan sadar menyatakan '*Sasa cinta Sasana*' sebagai cinta pertama dan selamanya (Madasari, 2021: 286).

#### 2) Upaya Melepaskan Trauma Masa Lalu Jaka

Keputusan Jaka untuk membebaskan diri dari trauma sekunder (*secondary trauma*) sebagai traumatopisme akibat pertemuannya dengan beberapa perempuan korban kekerasan dan pelecehan. Trauma sekunder Jaka ditampilkan dengan gejala atau simptom kecemasan, kegelisahan, dan ketakutan terhadap perempuan yang menciptakan trauma gender terhadap perempuan. Sehingga keputusannya untuk melepaskan diri dari Trauma masa lalu dilakukan dengan beberapa cara seperti *pengubahan identitas diri; ruang agama sebagai kehidupan baru; memberi pertolongan sebagai usaha berdamai dengan diri masa-lalu.*

### a) Pengubahan Identitas Diri

Pengubahan identitas diri bagi subjek merupakan sebuah cara yang dilakukan untuk melupakan masa lalu yang menimbulkan trauma baginya. Pengubahan identitas dilakukan dengan cara mengganti nama bermula dari Cak Jek yang mengingatkannya bersama Sasa ketika menjadi penyanyi jalanan yang identik dengan dosa, Jaka Wani yang mengingatkannya dengan peristiwa penangkapan Elis Si pelacur; Kalina yang menjadi korban pemerkosaan oleh seorang mandor pabrik, menuju Jaka Baru sebagai pejuang agama yang memiliki kekuasaan berlandaskan agama namun setiap pengubahan nama ini sering kali menghadirkan perangkap peristiwa traumatis baru, tetapi subjek tetap melakukannya sebagai upaya melupakan masa lalu yang ada pada nama tersebut. Keadaan ini juga menandakan bahwa sebuah nama tentunya menjadi identitas dan jika seseorang berperilaku tidak sama dengan namanya maka akan menyebabkan krisis identitas yang berakhir dengan ketidakcocokan dengan nama itu sendiri. Sehingga Jaka mengganti nama belakangnya dengan Baru sebagai seseorang yang baru tanpa membawa sedikitpun identitas sebelumnya. Selain itu adanya faktor lain seperti lingkungan dapat mempengaruhi bagaimana pandangan terhadap identitas itu dibentuk.

Karena itu pula sejak pindah dipulau ini, aku tak lagi mengenalkan diri sebagai jek, itu nama panggung. Itu nama masa lalu. Aku di sini adalah Jaka. Si jaka wani. Si jaka yang sebenarnya sudah tak lagi butuh nama. (Madasari, 2013: 163)

Kini aku adalah Jaka Baru. Aku bukan lagi Jaka Wani. Jaka Wani adalah orang kalah. Jaka Wani adalah mesin-mesin pabrik. Jaka Wani walaupun berarti berani adalah orang yang tak punya daya dan tak berani. (Madasari, 2021:265)

Seperti pada kutipan di atas, bahwa upaya pengubahan identitas dalam rangka membebaskan diri dari konstruksi sosial pada diri subjek yang secara tidak sadar menciptakan gambaran ideal pada dirinya. Tokoh Jaka yang tidak sadar telah dikonstruksi secara sosial menciptakan imajinasi akan ketakutannya bagaimana masyarakat melihat dirinya yang sebenarnya tidak sesuai dengan namanya. Jaka berusaha menghilangkan berbagai hal yang berkaitan dengan identitas masa lalu sebagai upaya untuk lepas dari trauma masa lalunya terlihat dengan Jaka yang menyatakan dirinya sebagai Jaka yang Baru. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pengubahan identitas diri dapat dianggap sebagai upaya rekonsiliasi meski terkadang subjek bisa saja kembali terjebak dalam fase *'acting out'* jika subjek tersebut terindikasi adanya ambivalensi dalam sifat dan tindakannya yaitu membenci namun disisi lain juga merindukan.

### b) Ruang Agama Sebagai Kehidupan Baru

Ruang Agama sebagai kehidupan baru **dimana** Jaka memulai kehidupannya dengan harapan dapat melupakan masa lalunya yang kelam. Ia mengubah namanya menjadi Jaka Baru sebagai awal dari kehidupan barunya bersama laskar Malang yang berjuang atas nama agama. Bergabungnya bersama kelompok laskar hingga menjadi ketua laskar Malang tidak hanya menciptakan kesadaran baru tentang kebebasan tetapi juga sebagai upaya membebaskan diri dari masa lalu tersebut. Kehidupan baru di ruang agama dilakukannya dengan cara memberantas perbuatan yang dilarang Tuhan di tempat-tempat maksiat seperti pelacuran, mabuk-mabukan, hingga kelakuan yang mampu mendatangkan perbuatan buruk lainnya. Perilaku Jaka ini adalah upayanya untuk melupakan kehidupan lamanya yang dinilai buruk. Seperti pada kutipan data berikut:

Jangan ada yang memanggilku juga Jek. Jek adalah kebodohan. Jek adalah dosa dan kemaksiatan. Jek adalah lagu-lagu dan goyangan pengundang zina, mengingatnya pun aku sudah malu setengah mati. *Kini aku Jaka Baru, pejuang untuk agama dan Tuhanku.* (Madasari, 2021:265)

### c) Memberi Pertolongan Sebagai Upaya Berdamai Dengan Diri Masa-Lalu

Untuk menerima diri masa lalu Jaka memutuskan untuk menolong Sasa yang sedang berada di dalam penjara dengan cara membebaskannya. Pertolongan Jaka kepada Sasa adalah bentuk dari sikap berdamai dengan masa lalunya. Trauma sekunder (*secondary trauma*) yang dialaminya merupakan bentuk penyelesaian terhadap dirinya pada masa lalu yang tak dapat menolong beberapa perempuan sebagai korban trauma akibat kekerasan fisik dan pelecehan seksual. Trauma sekunder yang dialami Jaka itu menciptakan trauma gender perempuan pada diri Jaka yang mengingat perempuan-perempuan korban kekerasan fisik dan pelecehan yang sejatinya membutuhkan pertolongan. Jaka mencoba menolong Sasa, yang harus diadili dan dipenjara untuk menjalani masa hukuman akibat melakukan perbuatan maksiat dalam pandangan agama. Seperti pada kutipan data berikut:

*Hoi, Jek... kamu Cuma mau menangis di sini? Sudah Cuma begini saja? Lupa sama rencanamu? Habis nyalimu? Sudah kau rusak hidup Sasa dan kau biarkan dia tetap di penjara? Bangun, Jek... bangun!* (bergumam Jaka)

Aku berhenti menangis. Aku bangkit dan berkata, "kita harus pergi, Sa." (Madasari, 2021: 319-320)

## SIMPULAN

*Pasung Jiwa* karya Okky Madasari merupakan sebuah novel yang menceritakan perjalanan tokoh Sasana

dan Jaka dalam mencari kebebasan diri, namun disisi lain terdapat garis linear yang memuat pengalaman atau aporia traumatis kedua tokoh. Penarasian yang dibangun membuka peluang dalam kajian trauma terutama dengan konsep 'acting out' dan 'working through' yang digagas oleh Dominick LaCapra (1939) dalam 'writing History; Writing Trauma'. Penelitian ini bermaksud menampilkan traumatropisme yang menciptakan trauma-trauma baru serta upaya kedua tokoh dalam melakukan rekonsiliasi atau berdamai dengan pengalaman traumatik.

Dalam awal pembahasan peneliti menguraikan bagaimana peran figur otoritas yaitu kedua orang tua dipandang sebagai representasi keadaan sosial yang menjadi perangkap awal bagi 'tubuh dan pikiran' tokoh Sasana yang pada akhirnya berkaitan dengan jejak traumatisasi subjek ditandai dengan kesadaran dalam memandang dirinya sendiri. Kesadaran dalam memandang diri subjek bergerak menuju penyangkalan identitas gender sebagai awal *traumatropisme* Sasana. Traumatropisme tokoh Sasana bersumber pada trauma gender laki-laki sebagai representasi keadaan sosial yang ditampilkan novel Pasung Jiwa, narator menampilkan trauma gender dalam bentuk kekerasan, penindasan, dan juga pelecehan yang dialami Sasana. Perlakuan kekerasan dilakukan pertama kali oleh kaum laki-laki sehingga membentuk kebencian Sasana terhadap laki-laki yang dipandang buruk bahkan membenci tubuhnya yang terlahir sebagai laki-laki.

Adapun upaya rekonsiliasi yang dilakukan Sasana adalah menciptakan jarak terhadap figur otoritas; melepaskan diri masa lalu; rumah sakit jiwa: ruang kebebasan subjek; bertestimoni: menceritakan aporia traumatis masa lalu. Sedangkan traumatropisme yang dialami tokoh Jaka merupakan trauma sekunder (*secondary trauma*) yang menciptakan trauma gender perempuan adapun upaya rekonsiliasi yang dilakukan tokoh Jaka di antaranya pengubahan identitas diri, ruang agama sebagai kehidupan baru, dan berdamai dengan diri masa lalu dengan memberi pertolongan, beberapa segmentasi penceritaan ini dipahami sebagai upaya rekonsiliasi kedua tokoh.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Caruth, C. (Ed.). (1995). *Trauma: Explorations in memory*. JHU Press.
- Caruth, Cathy. (1996). *Unclaimed Experience: Trauma, Narrative, and History*. London: John Hopkins University Press.
- David, Jhon. (2013). *Review of Dominick LaCapra's "Writing History. Writing Trauma"*. Diakses Tanggal. 17- Oktober-2023.
- Halbwachs, Maurice. (1992). *On Collective Memory*. Diterjemahkan oleh Lewis A. Coser. 1st edition. Chicago: University of Chicago Press.
- Kelman, Herbert C. (2010). "Conflict Resolution and Reconciliation: A Social- Psychological Perspective on Ending Violent Conflict Between Identity Groups," *Landscapes of Violence*: Vol. 1: No. 1, Article 5.
- LaCapra, D. (2011). *History and its limits: Human, animal, violence*. Cornell University Press.
- Lacapra, D. (2016). Trauma, History, Memory, Identity: What Remains? *History And Theory*, 55(3), 375-400.
- LaCapra, Dominick. (1939). *Writing History, Writing Trauma*. Baltimore: The John Hopkins University Press.
- Lucy, B., & Stef, C. (2020). Trauma: The New Critical Idiom.
- Madasari, Okky. (2021). *Pasung Jiwa*. Jakarta. Penerbit Gramedia Pustaka Utama
- Poedjawiratna, I.R. (1982). *Tahu dan Pengetahuan*. Jakarta: Penerbit Bina Aksara.
- Rochman, Kholil Lur. (2010). *Kesehatan Mental*. Purwokerto: Fajar Media Press.
- Schick, K. (2011). Acting out and working through: trauma and (in)security. *Review of International Studies*, 37(4), 1837-1855.
- Williams, Mary Beth, dan Soili Poijula. (2002). *The PTSD Workbook: Simple, Effective Techniques for Overcoming Traumatic Stress Symptoms*. Oakland, Calif: New Harbinger Publication