

## KECERDASAN EMOSI HANUM DALAM NOVEL “I AM SARAHZA” KARYA HANUM S.R. DAN RANGGA A. (KAJIAN PSIKOLOGI SASTRA)

Baitul Rohmah<sup>1)</sup>, V.Teguh Suharto<sup>2)</sup>, Agung Nasrulloh Saputro<sup>3)</sup>

<sup>1,2,3)</sup> Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Keguruan dan Ilmu

Pendidikan, Universitas PGRI Madiun

<sup>1)</sup> baitul\_1802108051@mhs.unipma.ac.id

<sup>2)</sup> suharto\_teguh@unipma.ac.id

<sup>3)</sup> agung\_ns@unipma.co.id

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk (1) Mendeskripsikan kecerdasan emosional dalam kehidupan sehari-hari pada novel *I am Sarahza* karya Hanum Salsabiela Rais dan Rangga Almahendra. (2) Mendeskripsikan kecerdasan emosional dalam menghadapi konflik yang terjadi pada novel *I am Sarahza* karya Hanum Salsabiela Rais dan Rangga Almahendra. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dan menggunakan pendekatan psikologi sastra. Sumber data adalah novel *I am Sarahza* karya Hanum Salsabiela Rais dan Rangga Almahendra yang diterbitkan oleh Republika Penerbit pada tahun 2018 dengan tebal 368 halaman. Sedangkan datanya berupa kutipan (kata, frasa, dan kalimat atau paragraf) yang menunjukkan kecerdasan emosional dalam kehidupan sehari-hari dan kecerdasan emosional dalam menghadapi konflik yang terjadi pada Hanum dalam novel karya Hanum Salsabiela Rais dan Rangga Almahendra. Teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan menggunakan teknik pustaka. Analisis data yang digunakan adalah analisis isi (*content analysis*) dengan proses mengidentifikasi, mengklarifikasi, menguraikan, dan penarikan kesimpulan. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa ada lima aspek kecerdasan emosional Hanum yaitu kemampuan mengenali emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan kemampuan dalam membina hubungan dengan orang lain. Ada empat belas bentuk yang berhubungan dengan kecerdasan emosional Hanum dalam kehidupan sehari-hari dan ada dua puluh bentuk kecerdasan emosional yang berhubungan dengan kecerdasan emosional Hanum dalam menghadapi konflik yang terjadi pada novel *I am Sarahza*. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi masukan dalam penelitian dan mengembangkan penelitian lebih lanjut yang berkenaan dengan teori psikologi sastra khususnya pada kecerdasan emosional dalam karya ilmiah.

**Kata Kunci:** Kecerdasan Emosional, Tokoh Hanum, Novel *I am Sarahza*

### PENDAHULUAN

Sastra merupakan suatu bentuk dari hasil pekerjaan semi kreatif yang objeknya adalah manusia dan kehidupannya, dengan menggunakan bahasa sebagai mediumnya Semi (dalam Nella, 2017:1). Pada dasarnya dalam sebuah karya sastra pasti mengandung nilai kehidupan yang berlaku baik untuk diri sendiri maupun untuk masyarakat. Karena sastra merupakan suatu hasil pengolahan jiwa dan dihasilkan oleh proses berpikir

kritis atau perenungan yang panjang oleh pengarang mengenai hakikat hidup dan kehidupan. Pengarang menulis sebuah karya sastra tentu dengan penuh khayalan, sentuhan jiwa dan imajinasi yang kritis. Karena karya sastra lahir dan menghasilkan perpaduan antara fenomena dunia nyata dengan imajinasi pengarang yang kemudian refleksinya terhadap kehidupan pribadi atau lingkungan masyarakat yang dapat membangun sebuah karangan karya sastra.

Pendapat tersebut mengandung implikasi bahwa karya sastra (cerpen, novel, dan drama) dapat menjadi potret kehidupan melalui tokoh-tokoh ceritanya Endraswara (dalam Ermawati, 2014:2). Novel lebih banyak menceritakan kehidupan seseorang. Hal tersebut seperti yang diungkapkan Kosasih (dalam Saragih, dkk., 2021:105) mengatakan bahwa novel sebagai karya imajinatif yang mengisahkan sisi utuh atas problematika kehidupan seseorang atau beberapa tokoh. Novel merupakan suatu jenis prosa fiksi yang mengandung unsur tokoh, alur, dan latar yang menggelarkan kehidupan yang berdasarkan sudut pandang pengarang dan mengandung suatu nilai kehidupan, yang diolah dengan teknik kiasan raga yang menjadi dasar konvensi penulis (Zaidan dkk, dalam Kamariah, 2018:2). Beberapa karya sastra ada atau banyak menceritakan tentang kejiwaan para tokoh yang merupakan unsur utama dan paling penting dalam suatu karya sastra. Karena, dengan melalui tokoh, pembaca dapat menemukan gambaran secara utuh mulai dari gambaran tokoh lain dan gambaran peristiwa. Komunikasi antar tokoh dapat menciptakan suatu konflik yang menjadi dasar sebuah cerita, kemudian dijabarkan dalam peristiwa urutan ruang waktu, oleh karena itu akan terdapat tokoh protagonis dan antagonis. Perwatakan tokoh memiliki makna yang berbeda-beda dan tergantung pada pemahaman pembaca. Setiap tokoh utama memiliki kepribadian atau watak yang beragam, maka hal tersebutlah yang akan menjadi daya tarik penulis untuk melakukan penelitian keduanya dengan menjadikan pengalaman manusia sebagai bahan telaah. Kecerdasan emosional bertanggung jawab atas harga diri, kesadaran diri, kepekaan sosial, dan kemampuan adaptasi sosial. Bila kecerdasan emosional tinggi, bisa menangkap atau merasakan dengan cepat sesuatu yang berubah dalam perasaan dan tentu bisa mengetahui sebab akibat yang terjadi. Kedaan jiwa akan merasa diperhatikan jika memiliki kesadaran emosi. Kecerdasan emosional berperan penting dalam hal memilih. Memilih yang terbaik

untuk dijadikan keputusan dalam suatu permasalahan. Kecerdasan emosional berperan penting dalam keluarga, dalam hal bersosial, dalam hal pribadi, dan bahkan dalam hal keagamaan. Kedaan jiwa akan merasa diperhatikan jika memiliki kesadaran emosi. Kecerdasan emosional berperan penting dalam hal memilih. Memilih yang terbaik untuk dijadikan keputusan dalam suatu permasalahan. Kecerdasan emosional bisa menentukan cara untuk menyeimbangkan antara kehidupan bermasyarakat dengan kehidupan pribadi Segal (dalam Afifah, 2020:3).

### **KAJIAN TEORI**

Tokoh adalah pelaku yang mengemban peristiwa dalam cerita fiksi sehingga peristiwa sehingga peristiwa itu menjalin suatu cerita, sedangkan cara pengarang menampilkan tokoh atau pelaku disebut dengan penokohan Aminudin (dalam Pratiwi, 2017:26). Wahyuningtyas (dalam Pratiwi, 2017:27) menyatakan bahwa tokoh menunjuk orang sebagai pelaku cerita. Pendapat lain didukung oleh Hastuti (dalam Pratiwi, 2017:27) yang mengatakan bahwa tokoh dalam sebuah novel adalah alat bagi seorang pengarang untuk menyampaikan ide cerita yang diinginkan. Tokoh merupakan seseorang yang memiliki suatu karakter tertentu yang dapat membedakan seseorang dengan orang lain dalam suatu cerita. Dengan demikian cerita itu akan berkembang dengan adanya dukungan dari tokoh serta karakter yang dimiliki oleh tokoh tersebut. Setiap tokoh memiliki karakter yang berbeda-beda, hal inilah yang nantinya dapat menjadikan pembeda antara tokoh satu dengan tokoh yang lainnya, seperti tokoh baik dengan tokoh jahat dan lain sebagainya. Sedangkan penokohan merupakan salah satu unsur pembangun novel yang memiliki peranan penting dalam menentukan keutuhan dan keartistikan sebuah teks fiksi. Penokohan merupakan pelukisan gambaran yang jelas tentang seseorang yang ditampilkan dalam sebuah cerita Jones (dalam Puspita, 2021:11). Sedangkan Kosasih (dalam Puspita, 2021:11) menyatakan bahwa penokohan

adalah cara pengarang menggambarkan dan mengembangkan karakter tokoh-tokoh dalam cerita. Sehingga penokohan merupakan karakter yang digambarkan dan dikembangkan dalam tokoh-tokoh sebuah cerita. Hidayatullah (dalam Wuryantoro, dkk., 2017: 251) menyimpulkan bahwa karakter adalah kualitas atau kekuatan mental atau moral, akhlak atau budi pekerti individu yang merupakan kepribadian khusus yang menjadi pendorong atau penggerak, serta yang membedakan dengan individu lain. Pendidikan karakter pada prinsipnya merupakan strategi dalam mengajarkan kebiasaan cara berpikir dan perilaku yang membantu individu untuk hidup dan bekerjasama sebagai keluarga, masyarakat, dan bernegara dan membantu mereka untuk membuat keputusan yang dapat dipertanggungjawabkan seutuhnya. Penokohan atau pengkarakteran dalam sebuah karya sastra fiksi atau cerita terdiri dari tiga karakter, yakni penokohan protagonis, antagonis, dan tritagonis. Seperti yang diungkapkan oleh Aminudin (dalam Puspita, 2021:11), menyatakan bahwa tokoh protagonis adalah tokoh yang memiliki watak baik dan disenangi oleh pembaca. Selanjutnya penokohan antagonis adalah tokoh yang berperan sebagai lawan, sering juga menjadi musuh yang menyebabkan konflik dalam sebuah cerita, sedangkan penokohan tritagonis merupakan tokoh penengah yang bertugas sebagai penghubung antar tokoh protagonis dan tokoh antagonis.

Konflik merupakan unsur yang esensial dan salah satu golongan penting dalam mengembangkan plot atau alur. Keahlian atau cara berpikir kritis pengarang dalam memilih dan membangun konflik diberbagai peristiwa dalam sebuah cerita akan sangat menentukan kadar kemenarikan atau nilai tersendiri bagi cerita tersebut. Konflik merupakan sesuatu yang dramatik dan mengacu pada pertarungan antara dua kekuatan yang seimbang serta menyiratkan adanya aksi balasan Wellek dan Werren (dalam Wulandari, 2013:15).

Kecerdasan emosional sangat dipengaruhi oleh lingkungan, tidak bersifat

menetap, dapat berubah-ubah setiap saat. Untuk itu peranan lingkungan terutama orang tua pada masa kanak-kanak

sangat mempengaruhi dalam pembentukan kecerdasan emosional. Secara umum emosional adalah perasaan. Emosi atau dalam bahasa Inggris *emotion* berasal dari bahasa Latin "*emovere*". "E" berarti keluar dan "*movere*" berarti bergerak. Secara harfiah, *movere* berarti bergerak menjauh yang menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi Goleman (dalam Suharto, 2016:193). Daniel Goleman

(*Emotional Intelligence*)

menyebutkan bahwa kecerdasan emosi jauh lebih berperan ketimbang IQ atau keahlian dalam menentukan siapa yang akan menjadi bintang dalam suatu pekerjaan Goleman (dalam Juwari, 2018:3). Menurut hasil penelitian yang dilakukan Goleman (dalam Widayanti, 2019:3) IQ tinggi maupun sedang harus memiliki kecerdasan emosional yang baik seperti mengenali diri dan perasaan orang lain, motivasi diri, menjaga emosi, dan jiwa sosial. Setyaningrum, dkk., (dalam Widayanti, 2019:3) menjelaskan emosi adalah respon terhadap sesuatu berdampak pada kejiwaan dan fisiologis manusia. Kecerdasan emosi yang dimiliki manusia ada beberapa faktor yang memengaruhi. Faktor yang memengaruhi tinggi rendahnya kecerdasan emosi yang dimiliki seseorang menurut Prayitno (dalam Widayanti, 2019:3) yaitu kondisi neorologis dan mekanisme kerja otak, jenis kelamin, temperamen, pola asuh orang tua, usia, teman sebaya, agama, dan sekolah. IQ menyumbang kira-kira 20 persen bagi faktor yang menentukan sukses dalam hidup, maka yang 80 persen diisi oleh kekuatan-kekuatan lain. Seorang pengamat menyatakan, "Status akhir seseorang dalam masyarakat pada umumnya ditentukan oleh faktor-faktor yang bukan IQ melainkan oleh kelas sosial hingga nasib baik." Goleman (dalam Juwari, 2018:3). Aspek-aspek kecerdasan emosional baik dalam rumusan indikator yang mementingkan *behavior (B)*, perumusan tujuan yang harus mengandung

unsur *audience, behavior, condition, de gree (A,B,C,D)* Suharto (2013:199). Salovey (dalam Widayanti, 2019:3) membagi aspek kecerdasan emosi menjadi lima wilayah yaitu, mengenali emosi diri, mengendalikan emosi, menyemangati diri, memahami orang lain, dan membina hubungan sosial.

#### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Karena hasil dari penelitian suatu karya sastra yang diteliti berupa analisis deskriptif yang memuat kata-kata tertulis. Metode deskriptif dapat memberikan gambaran secermat mungkin mengenai keadaan dan gejala yang ada pada seseorang. Metode deskriptif adalah metode yang menggambarkan, mengungkapkan, mendeskripsikan, menguraikan, dan memaparkan objek Nadeak (dalam Tarmila, dkk., 2013:1). Pendapat lain, menurut Bogdan dan Taylor (dalam Moleong, 2012:4) menyatakan bahwa data yang bersifat deskriptif yang berisi kata-kata tertulis atau lisan dapat dikatakan dengan penelitian kualitatif. Penulis dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data secara kualitatif. Bogdan dan Biklen (dalam Moleong, 2012:248) menyatakan bahwa "Analisis data kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data mengorganisasikan data, memilah-milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mengintensifikannya, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari dalam memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain". Analisis kualitatif disini menghendaki adanya pemaparan kata-kata atau kalimat dan tidak menggunakan angka-angka statistik. Eriyanto (2011:10) menyatakan bahwa analisis isi adalah metode ilmiah untuk mempelajari dan menarik kesimpulan atas fenomena dengan memanfaatkan dokumen (teks). Jadi, dalam penelitian ini menggunakan metode analisis isi deskriptif kualitatif yaitu mengkaji kecerdasan emosi yang muncul dalam diri tokoh Hanum pada novel yang berjudul "*I am Sarahza*" karya Hanum Salsabiela Rais dan Rangga Almahendra berdasarkan

kecerdasan emosional.

Dalam penelitian ini, peneliti bertindak sebagai *human interest*. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu novel *I am Sarahza* yang ditulis oleh Hanum Salsabiela Rais dan Rangga Almahendra. Novel tersebut dicetak oleh Republika Penerbit pada tahun 2018 dan berisi 368 halaman. Data dalam penelitian ini adalah kutipan berupa kalimat-kalimat atau kutipan berupa kalimat naratif maupun dialog yang mencerminkan kecerdasan emosional tokoh utama yaitu Hanum.

Prosedur penelitian ini menggunakan tiga teknik yaitu teknik persiapan, pelaksanaan, dan penyelesaian. Pertama, teknik persiapan peneliti menentukan objek berupa novel yang berjudul *I am Sarahza*, kemudian membaca novel tersebut, dan mencari sumber-sumber buku dan jurnal *online* yang berkaitan dengan teori kecerdasan emosi, novel, dan psikologi sastra. Kedua, teknik pelaksanaan peneliti mencatat data-data terkait masalah yang akan dibahas dalam penelitian, yaitu data dari sumber buku-buku tentang sastra, novel, kecerdasan emosi, dan psikologi sastra. Kemudian mencatat data-data dari sumber buku atau jurnal *online* yang berhubungan dengan penelitian yang diteliti. Lalu mengelola, menganalisis, dan mendeskripsikan data sesuai dengan permasalahan yang ada. Ketiga, teknik penyelesaian peneliti menyusun hasil penelitian dengan baik, benar, dan runtut. Kemudian peneliti menyusun kesimpulan dan penutup.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada bagian ini akan dideskripsikan dan dijelaskan mengenai hasil analisis data yang telah dilakukan. Dalam penelitian ini berfokus pada rumusan masalah yang telah ditentukan yaitu (1) kecerdasan emosional Hanum dalam kehidupan sehari-hari, dan (2) kecerdasan emosional Hanum dalam menghadapi konflik yang terjadi pada novel *I am Sarahza* karya Hanum Salsabiela Rais dan Rangga Almahendra. Berikut adalah pemaparan hasil analisis data yang sudah dilakukan:

## 1. Kecerdasan Emosional Hanum dalam Kehidupan Sehari-hari

### a. Mengenali emosi diri

#### 1) Mudah dikuasai oleh emosi (marah)

Watak keseharian dari tokoh Hanum dalam novel menggambarkan tidak terkontrolnya emosionalnya. Ketika ditengah badai salju, Hanum dan suaminya berjalan setengah berlari mengejar bus. Akan tetapi, ditengah mengejar bus, Hanum berjalan sedikit sempoyongan dan berjibaku dengan salju yang sangat tebal sehingga menyebabkan sepatu botnya terperosok sesekali. Perasaan marah yang ditunjukkan oleh Hanum terdapat pada kutipan teks berikut.

*"Plak. Aku kan udah bilang. Ak nggak mau ngarep macem-macem. Jadi jangan ngomong macem-macem. Cuma masuk angin biasa kok." "Gerutunya dengan mulut berengut." (Rais, Almahendra, 2018:3)*

Kata "plak", "gerutu", dan "mulut berengut" berarti seseorang tersebut dalam keadaan marah. Perasaan marah yang dialami oleh Hanum dikarenakan sang suami mengira bahwa tanda-tanda masuk angin yang dialaminya seperti tanda-tanda kehamilan. Hanum menampar suami dan mulut berengut, dengan maksud agar sang suami tidak terlalu berharap terhadap program kehamilan yang dijalannya, karena Hanum tidak ingin suaminya merasa kecewa.

#### 2) Gambaran hati dan berbicara dengan nada tinggi

Lagi-lagi Hanum merasakan emosional yang tidak terkendali, suami yang banyak berharap membuatnya kesal. Ditengah perjalanan menuju bus, diterpa salju yang mencekam, serta klakson bus yang kembali mengerang dan sopir bus yang Nampak di kaca besar menjadi marah. Tetap saja Hanum mengabaikannya.

*"Ini bukan masalah etika, batinnya meraung. Perempuan itu mencondongkan tubuhnya ke belakang agar suaminya bisa melihat bagian belakang treachcoat-nya. Terasa aliran cairan di belakang tubuhnya merembes." "Mas! Aku nggak keguguran! Aku MENS mas! Aku ... MENS. TRU. A. SI." (Hanum dan Rangga, 2018:5)*

Kata "meraung" dan "Mas! Aku nggak keguguran! Aku MENS mas! Aku ... MENS. TRU. A. SI." menjelaskan bahwa keadaan batin Hanum sedang marah. Perempuan itu berteriak keras ditelinga sang suami seraya mengeja kata yang menakutkan. Karena suaminya masih terus-terusan mengira bahwa perubahan emosional yang dialami Hanum merupakan tanda orang hamil dan ketika Hanum meletakkan tubuhnya ke belakang bermaksud agar suaminya tahu cairan yang merembes itu, akan tetapi suaminya malah mengira Hanum sedang keguguran. Dengan begitu, Hanum berbicara dengan nada tinggi atau marah dan menjelaskan bahwa ia dalam keadaan dating bulan atau menstruasipada wanita umumnya.

### b. Mengelola emosi diri

Pengelolaan emosional Hanum khususnya pengelolaan amarah dengan tepat dipaparkan sebagai berikut: Dalam kesehariannya sebenarnya Hanum juga memiliki emosional yang baik, semua tergantung bagaimana kondisinya, seperti pada manusia lainnya yang memiliki kecerdasan emosional baik dan buruk yang terkadang tidak terkontrol. Pada pengelolaan amarah yang tepat disini Hanum hanya tidak ingin suaminya bersedih karena sikap keegoisannya.

*"Si istri tersenyum lebar, seperti mendapatkan pompa semangat, ia melanjutkan langkah." (Rais, Almahendra, 2018:4)*

Pada kata "tersenyum lebar" dan "pompa semangat" menggambarkan bahwa Hanum dalam keadaan bahagia. Ditengah perjalanan menuju bus, ketika Hanum ingin menyerah, sang suami justru mengingatkan tentang harapan besar yang jangan sampai ditelantarkan. Sehingga, dengan mendapatkan dukungan dari sang suami, Hanum merasa ada semangat dalam diri sendiri untuk tidak menyerah dalam mencoba hal baru. Saat keadaan itu, sebenarnya emosional Hanum dalam keadaan kacau. Namun, untuk menghilangkan rasa kecewa dan marah, ia mencoba bersabar dan tersenyum ketika diberi semangat oleh sang suami. Hanum hanya tak ingin suaminya merasa kecewa atas apa yang telah terjadi. Harapan suaminya sangat besar untuk mempunyai anak, dengan begitu kata semangat dari Rangga, membuat Hanum lebih semangat untuk menghilangkan rasa kecewa itu, sementara waktu.

**c. Memotivasi diri sendiri**

Motivasi diri sendiri Hanum khususnya lebih bertanggung jawab dipaparkan sebagai berikut: Hanum memotivasi dirinya sendiri selain dari perkataan sang Ayah yang selalu memberi motivasi kepadanya, ia juga menjadikan wewenang sang Ayah sebagai inspirasi untuk menyelesaikan koas sebagai dokter gigi.

*"Aku adalah anak Amien Rais. Seorang politisi sekaligus tokoh pergerakan umat yang kini sedang bertarung menjadi presiden Indonesia. Tak semua orang memiliki prinsip seperti bapak. Ia meletakkan jabatan ketua PP Muhammadiyah, Ketua Dewan Pakar*

*Dosen Fisipol UGM, ketua partai, dan sederet jabatan lainnya untuk sesuatu yang tidak pasti."*(Rais, Almahendra, 2018:12)

Dari beberapa amanah yang diwenang sang Ayah, Hanum menjadikannya sebagai motivasi untuk meluluskan diri dari dunia perkuliahan kedokteran. Bagaimana tidak, Ayah yang sudah sepuh saja semangat dalam menjalankan prinsip dengan beberapa wewenang yang ia pertanggungjawabkan. Jadi, ia berpikir, walaupun tidak tahu arah dan tujuannya terjerumus dalam dunia kedokteran, maka ia harus semangat dalam menikmati perjalanan yang sedang ia nikmati serta tanggung jawab untuk lulus program dokter gigi madya alias koas di UGM. Baginya memang berat untuk meluluskan diri dari kampusnya. Tetapi, melihat bagaimana carasang Ayah mendidik, menasihatinya, dan tanggung jawab atas keluarga serta amanah yang ia pegang tentu Hanum merasa tertampar, bagaimana tidak, Ayah saja dengan begitu banyak tanggung jawab, selalu semangat, jadi Hanum harus lebih semangat, membuktikan kepada orang tua bahwa ia bisa menjadi orang sukses dan membanggakan mereka.

**d. Mengenali emosi orang lain**

Mengenali emosi orang lain khususnya menerima hasil pemikiran dari orang lain:

Pada watak kesehariannya Hanum mampu mengenali emosional orang lain, dimanaketika sang Ayah memberi petunjuk, ia justru berdiam dan memahami maksud dari Ayahnya. Hanum menjadikan perkataan sang Ayah sebagai sebuah motivasi untuk bagaimana cara mensyukuri apa yang telah dijalani, misalnya terjerumusnya ia di perkuliahan jurusan dokter gigi.

*"Bahkan ketika bapak sadar bahwa anak perempuannya tak bahagia menikmati sekolah gigi, ia hanya bisa mengekspresikan kecewa."* "Allah sudah mengatur segala sesuatunya, waktumu di jurusan ini sudah berjalan 5 tahun, tapi kamu justru tidak bergerak sejangkal pun! Kamu bukan orang yang pandaibersyukur, Hanum!". (Rais, Almahendra, 2018:11) "Begini ya,

*kamu beradadi jalur dokter gigi bukan tanpa alasan dari Allah. Suatu kali, kamu akan menemukan mengapa kamu berada di sini. Bapak yakin, kamu bisa menyelesaikan koas segera karena kamu adalah anak bapak.” (Rais, Almahendra, 2018:12)*

Pada kata “kecewa” dan “tidak pandai bersyukur” disini menunjukkan bahwa ayahnya Hanum sedang dalam keadaan emosi. Namun, dalam keadaan ini jiwa Hanum tersentak dan berdiam mendengarkan ucapan sang Ayah. Ujaran nasihat sang Ayah membuat nafas Hanum kembang kempis tak karuan dan ia hanya berharap bisa menyibak rahasia Tuhan, mengapa ia bisa terjerumus dalam jurusan dokter gigi.

#### **e. Membina hubungan dengan orang lain**

##### **1) Lupa janji**

Dalam hal ini, Hanum lupa bahwa ia sedang ada janji dengan seorang lelaki.

*“Aku baru ingat bikinjanji kemarin dengan mas-mas yang tiba-tiba menelepon, ngaku dari sebuah band musik lokal. Mereka membuat lagu tema kampanye untuk Amien Rais.” (Rais, Almahendra 2018:14)*

Kata “baru ingat” disini memiliki makna bahwa ia lupa dengan janji yang telah dibuatnya. Bagaiman tidak, Hanum tidak tahu jelas tentang siapa lelaki yang telah menghubungi itu dan tiba-tiba menawarkan lagu kampanye kepadanya.

##### **2) Berprasangka buruk kepada orang lain**

Selain lupa akan janji, Hanum juga sempat mempunyai pikiran buruk kepada lawan bicaranya, yaitu laki-laki yang mengaku anggota band lokal untuk memberikan lagu tema kampanye Amien Rais.

*“Oh. Mas Hasan. Saya lagi nunggu pasien saya Mas. Bisa nunggu sejaman lagi?.” “Jawabku tidak berselera. Pasti ujung-ujungnya disuruh beli right lagunya dan ternyata lagunya njiplak. Huh.” (Rais, Almahendra, 2018:14).*

Pada kata “pasti ujung-ujungnya disuruh beli *right* lagu dan ternyata lagunya njiplak” jelas bahwa Hanum mempunyai pikiran buruk kepada Hasan. Ia mengira bahwa lelaki itu hanya memanfaatkan keadaan dan membuat lagu untuk masa kampanye Amien Rais. Hanum berpikiran buruk karena sudah 3 bulan terakhir, sejak ayahnya resmi mencalonkan Presiden, setiap hari pasti ada 5-10 proposal dengan embel-embel pemenangan Amien Rais. Dan sudah bisa ditebak, diakhir lembarannya tertulis estimasi anggaran. Jadi, Hanum beranggapan siapa pun yang mengajukan dalam bentuk apapun untuk beralasan kampanye sang Ayah, ia seakan sudah bisa menebak bahwa ujung-ujungnya adalah uang.

#### **2. Kecerdasan Emosional Hanum dalam Menghadapi Konflik**

##### **a. Mengenal emosi diri**

##### **1) Menangis**

Setelah Hanum berteriak saat kereta melintas, tidak terasa pandangannya buram yang mana matanya dipenuhi deraian air mata.

*“Tak terasa indra penglihatanku memburam oleh genangan air mata. Rangga menatapku dan refleksnya menyeka air mataku dengan tisu. Setelah lima tahun, aku baru tahu apa makna wejangan Bapak.” (Rais, Almahendra, 2018:46)*

Teriakan Hanum dapat melegakan hatinya, ketika semua terasa tenang, tidak terasa meneteskan air mata. Ya, hanya air mata yang bisa membuatnya merasa bahwa beban hidupnya merasa hilang. Dan tidak lain lagi, ia mengingat perkataan sang Ayah, dimana ia harus mencintai keberadaannya sekarang, karena ia yakin di akhiran nanti akan mendapatkan berkah. Benar saja, berkah itu hadirnya laki-laki sabardan perhatian yaitu Rangga. Laki-laki yang tatapan dan sentuhannya dipelupuk mata Hanum saat itu yang menjadi titik balik keputusan.

## 2) Rezeki dari sebuah kesabaran

Tepat pada kesebelas tahun pernikahan Hanum dan Rangga telah dikaruniai seorang malaikat dalam hidupnya. Penantian yang sudah cukup lama, dengan berbagai rintangan batin ia lalui ternyata mmbuahkan hasil. Dan kini pada 12 Rabiul Awal, 12 Desember, Hanum akan melahirkan putri pertamanya.

*"Menjelang persalinan adalah masa paling mendebarakan untukku. Kebetulan hari-hari inilah film Bulan Terbelah di Langit Amerika bagian kedua tayang. Tapi, aku sudah tidak terlalu peduli lagi. Aku lebih peduli bagaimana 'memfilmkan' persalinanku nanti dalam memori kenanganku. Aku selalu takut mungkin tidak ada dua kali." (Rais, Almahendra, 2018:346)*  
*"Yang aku pelajari dalam 11 tahun penantian, keberuntungan akan selalu berpihak kepada mereka yang memelihara kesabaran." (Rais, Almahendra, 2018:348)*

Karena ini merupakan momen pertama dalam sejarah hidupnya,

Hanum lebih mementingkan bagaimana proses perjalanan persalinan daripada melihat sebuah penayangan film yang ia buat. Hanum hanya tidak ingin melewatkan hari sejarah dan bahagia itu, baginya belum tentu ada momen kedua kalinya tentang memiliki keturunan. Dari kalimat kedua, Hanum menyadari bahwa takdir Tuhan memang tidak bisa ditebak dan tidak bisa dilukiskan hanya dengan sebaris kata indah atau sempurna. Kebahagiaan akan mendatangi bagi mereka yang pandai bersyukur. Kesabaran yang ia jalani selama 11 tahun untuk memiliki anak, sudah dijawab oleh Allah. Perjalanan yang cukup melelahkan baginya bahkan ingin menyerah, tidaklah rugi baginya, kini malaikat kecil itu akan lahir ke dunia. Sesuai janji Allah, ia melunasi permohonan hamba-Nya yang tidak bosan menengadahkan tangan dan melangitkan doa kepada-Nya. *Finally*, kini Hanum sudah menjadi istri yang sempurna dan Ibu yang baik serta penyayang kepada putri pertamanya yang ia beri nama *Sarahza*.

## b. Mengelola emosi diri

### 1) Bersikap tenang di waktu yang tepat

Hari itu tidak ada yang membuat Hanum lebih takut daripada menghadapi teman, kolega, pasien, maupun dosen. Tidak ada yang tidak menonton *breaking news* malam itu. Siapa pun kenal Hanum, ya anak Amien Rais yang merupakan ketua MPR yang maju menjadi calon presiden dan secara mengejutkan kalah dan malam itu juga ia memproklamasikan kealahannya lewat *consession speech* atau pidato kekalahan. Dan sesekali Hanum mencoba berpapasan dengan orang, bukan memiliki utang, masalah, maupun

urusan, tetapi karena kekalahan sang Ayah yang mencalonkan sebagai presiden.

*"Kalah nih ye... kalah nih ye ..."*  
*"Aku mendengar gerombolan senior berteriak-teriak."* (Rais, Almahendra, 2018:39) *"Kalau lu kalah main gapple tadi malem, nggak usah masuk kampus dulu. Pakai acara pidatokekalahan segala. Tidur sana! Nangisdulu! Kalau stres, bisa bahaya tuh pasien!"*(Rais, Almahendra, 2018:39-40)

Teriakan para kakak senior kepada Hanum. Namun, ketika Hanum mencoba memberanikan diri untuk menatapnya, mereka melengos dan salah satu dari kakak senior itu membuang muka dari koleganya setelah beradu tatap dengan Hanum. Untuk menghilangkan rasa sakit itu, Hanum lebih memilih pergi dengan mempercepat langkahnya untuk segera pulang, supaya ia tidak mendengar suara teriakan yang menyayat hati itu.

2) Menghilangkan rasa kecewaan dengan berbagai kegiatan

Denial yang merupakan penolakan terhadap sebuah kehidupan yang tentunya pernah dilalui oleh manusia. Tentu bohong jika kehidupan manusia itu berjalan dengan mulus. Hal itu seperti apa yang dirasakan oleh Hanum.

*"Inilah titik yang terjat itu, dan aku terjatuh, baiklah aku terima ini dengan lapang."*(Rais, Almahendra, 2018:104)

*"Serius ini semua gagal total? Yang benar saja, aku kehilangan impian, cita-cita, harapan yang sudah kurajut? Seremeh bisa memiliki anak sekalipun? Semua hangus tak*

*berbekas? .... "* (Rais, Almahendra 2018:104-105)

Pada dua kalimat di atas menunjukkan bahwa Hanum merasa tidak cocok jika terjadi kegagalan dalam kehamilan. Inseminasi pertama yang dulu mengalami kegagalan, tiga hari kemudian ia masih bisa tegar. Lanjut, mencoba inseminasi kedua yang seharusnya lebih cepat untuk *recover*. Namun kenyataannya gagal lagi, bahkan Hanum butuh berminggu-minggu untuk beranjak dari kemurungan. Kini, inseminasi yang ketigakalinya tanpa hasil nidasi di rahim, membuat ia menyeruakkan denial dalam jiwa dan lebih sulit untuk lari dari kemurungannya. Bahkan, sebulan lebih ia mendekam di apartemen dan tidak ingin bertemu dengan siapapun. Sehingga, akhirnya Hanum mencoba untuk menghilangkan denial yang merongrong pada dirinya. Ia bangkit dengan memberanikan diri untuk menjadi Hanum Salsabiela yang dulu. Hanum yang penuh impian dan cita-cita, bahkan ambisi. Dengan begitu, untuk mengisi atau menghilangkan rasa denial, ia mengeluarkan laptop dan mengetik selayaknya anakkuliahan.

### c. Memotivasi diri sendiri

1) Meluapkan kesedihan dengan berteriak

Di tepi sawah dengan rel kereta yang menjulur panjang, Hanum dan Rangga menikmati pandangan sekitar seakan ada masa depan yang cerah dengan penuh bahagia, sekaligus menghilangkan rasa penat akibat menyelesaikan sekolah.

*"Allahu Akbar! Tuhan! Hamba-Mu tidak tumbang oleh kegagalan. Tidak rapuh karena kekalahan! Karena aku tahu Kamu bersamaku!"*(Rais, Almahendra, 2018:45)

Ketika kereta lewat, Hanum berteriak sekeras mungkin untuk meluapkan emosional yang dirasakan. Hanum yakin bahwa semua orang juga merasakan kegagalan, kekalahan atau kesalahan, dan masih banyak lagi takdir yang diterima orang baik suka maupun duka. Hanum berteriak terus-terusan hingga tidak terlihatnya badan kereta. Ia merasa bagaikan membuang sial dan sampah dalam jiwa sebersih-bersihnya.

## 2) Gambaran hati yang semangat

Ketika kereta memapas, suaranya menghantam-hantam gendang telinga. Walaupun malu untuk meluapkan itu semua, tetapi ia mencoba untuk berteriak sekuat-kuatnya, yabener saja ia merasa emosional yang terpendam hilang seketika.

*"Yang aku lakukann hanya berteriak sekuatnya, mengeruk keluar semua kekalutan dalam dada."*  
(Rais, Almahendra, 2018:46)

Hanum berteriak melepas gelutan dalam hati, satu jeritan panjang ia hempaskan yang hingga membuatnya merasa lega. Perasaan Hanum campur aduk, sedih tetapi harus semangat. Ia berharap segera lulus sekolah, ,embuat orangtuanya bangga, serta menggapai cita-citanya yaitu menjadi seorang reporter dan presenter.

### d. Mengenali emosi orang lain

#### 1) Tindakan hanum untuk memberikan respon kepadasuaminya

Hanum berlari masuk ke restoran dengan seragam masih melekat, ia ia menemukan sesesok sang suami. Rangga, yang menunggu kedatangan Hanum disudut ruangan ditemani lampu pijar temaram. Mereka sedang makan malam romantis. Namun, ketika Hanum menyampaikan kabar gembira

kepada sang suami, bahwa ia resmi diangkat menjadi presenter berita, Rangga merespon dengan biasa saja.

*"Rangga menyalamiku erat dan mengecup pipi serayamengucap Happy 2ndAnniversary. Wajahnya tak seantusias diriku."* (Rais, Almahendra, 2018:51)

Hanum tidak mempersalahkan ekspresi sang suami yang begitu kecut seakan tak sedap dipandang. Hanum menyadari bahwa akhir-akhir ini, sang suami seperti terlalu penat sejak ia diterima bekerja di sebuah bak asing di Jakarta. Padatnya mengikuti kegiatan seperti training internal, simulasi, *workshop*, dan beredar di berbagai daerah untuk menjajal klien prospektif.

#### 2) Bercanda

Masih dalam memahami emosional Rangga, Hanum mencoba untuk memberikan melabui suaminya dengan candaan, ketika suami Hanum bertanya kepadanya.

*"Gini...jadinya aku kan berangkat ngantor jam 8 pagi dan nyampe rumah jam 8 malam. Kamu dijemput driver jam 3 pagi, aku belum bangun. Kamu pulang jam 3 sore, aku belum sampe. Seatap, tapi tak pernah bertatap. Bakal begitu terus sih ya."* (Rais, Almahendra, 2018:53)

Dalam ucapan suaminya di atas, Hanum menjawab dengan sangat sopan. Ia meyakinkan Rangga bahwaitu hanya beberapa waktu. Nanti kalau sudah 1 periode, mutasi ke *shift* presenter sore atau siang. Tapi, ya itu semua butuh waktu. Hanum pun dengan polosnya bertanya ada apa dengan semuanya. Ternyata sang suami takut akan kurangnya waktu bersama, bagaimana bisa suami istri akan memiliki keturunan jika setiap harinya tida ada waktu untuk berdua. Hanum pun

menegaskan dan menghilangkan perasaan sedih sang suami.

#### e. Mengenali emosi orang lain

##### 1) Empati

Hanum merasa khawatir atau merasa bersalah dengan Rangga yang sudah menunggunya di parkir tempat perjanjian untuk bertemu.

*"Aku mengamati jam di tanganku." "Ya Tuhan, dia pasti sudah menjamurnungguin di parkir. Salah satu kebiasaan burukku di masa kampanye seperti ini adalah membuat janji yang tak ditepati. Aku terlalu mudah mengiyakan janji ketemu, padahal aku sendiri disandera oleh pasien-pasien gigi yang tak bisa dipegang (mulutnya)." (Rais, Almahendra, 2018:14)*

Dari kalimat di atas menunjukkan bahwa Hanum merasa bersalah kepada Rangga, karena ia sudah berjanji untuk bertemu di parkir. Namun, Hanum sendiri sedang dilanda konflik yaitu tidak ditepatinya janji Arto sang pasien untuk melakukan pencabutan gigi sebagai gigi akhir untuk meluluskan Hanum dari koas. Hanum dalam posisi bingung dan merasa empati terhadap Rangga yang telah sabar menunggunya untuk menyerahkan lagu tema kampanye kepada Hanum.

##### 2) Tidak kooperatif

Hanum dalam hal ini tidak bisa mengontrol emosional dengan bergumam marah ketika Rangga memohon untuk menemuinya di parkir.

*"Sorry Mas. Pasienku jauh lebih berharga dari demo lagumu yang...sudah pasti jelek. Lagian, mau latihan band? Apa urusanmu?" "gumam hatiku jahat." (Rais, Almahendra, 2018:15)*

Hanum sangat tidak bisa mengimbangi antara masalah pribadi

dengan kebutuhan orang lain. Ia merasa sangat marah kepada Rangga. Bagaimana tidak marah, ia merasa bahwa Rangga telah memaksa untuk menemuinya hanya karena lagu kampanye untuk Amien Rais. Hanum bergumam siapa Rangga, dengan seandainya menyuruh ia turun untuk menemuinya, sedangkan batinnya terluka dengan janji palsu Arto yang tidak kunjung ada kabar yaitu pasien yang dicabut giginya, malah Rangga menyela mengganggu waktu tunggu Hanum untuk perjanjian dengan Arto.

#### SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dan hasil penelitian kecerdasan emosional Hanum dalam novel *I am Sarahza* karya Hanum Salsabiela Rais dan Rangga Almahendra, dapat ditarik kesimpulan bahwa tokoh utama yaitu Hanum memiliki 14 bentuk kecerdasan emosional dalam kehidupan sehari-hari dan memiliki 20 bentuk kecerdasan emosional dalam menghadapi konflik yang terjadi. Kecerdasan emosional yang berhubungan terhadap penilaian diri sendiri maupun dengan orang lain. Dalam penelitian ini, peneliti menganalisis kecerdasan emosional dalam lingkup kecerdasan emosional kesehariannya dan kecerdasan emosional dalam menghadapi konflik yang terdapat pada novel *I am Sarahza* karya Hanum Salsabiela Rais dan Rangga Almahendra. (1) Kecerdasan emosional keseharian dan kecerdasan emosional dalam menghadapi konflik yang dilakukan oleh Hanum pada novel tersebut, sudah digambarkan secara baik, jelas, dan tersirat. Kecerdasan emosional Hanum dalam kehidupan sehari-hari memiliki empat belas bentuk misalnya masih dikuasai oleh emosional kemarahan, seperti contohnya ketika ia dalam keadaan menstruasi, dengan sengaja ia berbicara kepada suaminya dengan nada tinggi. Akan tetapi selain emosional yang buruk, Hanum juga memiliki karakter yang baik, selain suka bercanda, ia juga perhatian kepada sang suami. (2) Sedangkan kecerdasan emosional Hanum dalam menghadapi konflik yang

terjadi terdapat dua puluh bentuk, contohnya ia lebih banyak memilih diam ketika menghadapi masalah. Namun, ada kalanya ia merasa kecewa, sedih, menangis, tidak bisa mengontrol kemarahan, dan masih banyak lainnya. Mulai konflik diejeknya oleh kakak senior di kampus, karena kekalahan sang Ayah untuk menjadi calon presiden Indonesia. Kesalahan dalam memilih jurusan perkuliahan, yaitu masuk fakultas dokter gigi, dan sangat lama untuk meluluskan diri karena banyaknya berbagai tindakan yang ia lakukan. Dikecewain oleh pasien. Bahkan yang lebih parah lagi, ketika ia belum mempunyai keturunan selama 10 tahun, tentu disaat itu ia merasa bukan wanita sempurna seutuhnya. Tetapi, dibalik kesabaran yang ia jalani, tepat di pernikahan kesebelas, ia dikaruniai malaikat kecil yang sangat cantik dan diberi nama 'Sarahza'. Dengan kehadiran sang buah hati tentu membuat emosional Hanum lebih baik dan ia bisa merasakan menjadi seorang ibu yang hebat.

## REFERENSI

- Afifah, Fina L. F. N. (2020). Kecerdasan Emosional Tokoh Utama Dalam Novel "Tanah Surga Merah" Karya Arafat Nur. *Jurnal Penelitian, Pendidikan, dan Pembelajaran*, 15(24).
- Eriyanto. (2011). *Analisis Isi*. Jakarta: Kencana.
- Juwari. (2018). *Konstruksi Kecerdasan Emosional Tokoh Utama Dalam Novel Negeri Di Ujung Tanduk Karya Tere Laye*. Tesis: Jurusan Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Moleong, Lexy J. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Pratiwi, Nurul. (2020). *Konflik Batin Tokoh Utama Dalam Novel Aku Lupa Bahwa Aku Perempuan Karya Ihsan Abdul Quddus*. Skripsi: Jurusan Pendidikan Bahasa Indonesia, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Makassar.
- Puspita, Heni. (2021). Analisis Penokohan Novel "Iavanna Van Dijk" Karya Risa Saraswati melalui Pendekatan Psikologi Sastra. *Jurnal: Kajian Sastra Nusantara Linggau*, 1(1), 9-21.
- Rais, Hanum Salsabiela & Rangga Almahendra. (2018). *I am Sarahza*. Jakarta: Republika Penerbit.
- Safitri, Eka Dewi. (2020). *Analisis Emosi Kesedihan dan Kemarahan Tokoh Utama Dalam Novel Anak Rantau Karya Ahmad Fuadi Kajian Psikologi Sastra*. Skripsi: Jurusan Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Madiun.
- Saragih, Amoy Krismawati, Nola Sari Manik, & Rosenna Rema Y.B.S. (2021). Hubungan Imajinasi dengan Karya Sastra Novel. *Asas: Jurnal Sastra*, 10(2).
- Suharto, V. Teguh. (2013). Pengantar Teori Belajar-Pembelajaran Bahasa dan Sastra Berbasis Pengalaman. *Salatiga: WidyaSari Press*.
- Suharto, V. Teguh. (2016). Relevansi Kecerdasan Emosional Dalam Pengembangan RPP Berbasis Karakter. *Widyabastra: Jurnal Ilmiah Pembelajaran Bahasa dan Sastra Indonesia*, 4 (2), 192-209.
- Tarmila, Evi, Wartiningsih A., & Martono (2013). Kajian Emosi Tokoh Utama dalam Novel Pesan dari Sambu Karya Tasmi P.S. *Jurnal Pendidikan dan*

*Pembelajaran Khatulistiwa*, 2(6).

Widayanti, Anista, E. (2019). *Kajian Kecerdasan Emosi (Emotional Quotient) Tokoh Utama Dalam Novel Gunung Ungaran Karya Nh. Dini*. Skripsi: Jurusan Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Malang.

Wuryantoro, A., Agung Nasrulloh Saputro, & Asri Musandi Waraulia. (2017). Pembelajaran Menulis Sastra yang Berorientasi pada Pembentukan Karakter Siswa Kelas VIII. In *Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian LPPM Universitas PGRI Madiun* (pp. 249-253).

Rohmah, Suharto, & Saputro: Kecerdasan Emosi Hanum Dalam Novel "I Am Sarahza"  
Karya Hanum S.R. Dan Rangga A. (Kajian Psikologi Sastra)