

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Luna merupakan tokoh utama digambarkan sebagai remaja pendiam yang mengalami trauma perundungan. Alur cerita yang disusun secara kronologis memperlihatkan proses muncul dan berkembangnya dampak trauma yang dialami Luna. Latar tempat, khususnya sekolah dan rumah, berperan penting dalam membentuk pengalaman trauma Luna. Sekolah menjadi ruang utama terjadinya perundungan, sedangkan rumah yang sepi dan minim interaksi keluarga tidak sepenuhnya menjadi ruang aman bagi Luna. Selain itu, latar waktu dan latar sosial turut memperkuat gambaran kondisi psikologis Luna, terutama melalui momen-momen tertentu yang memicu kembali kecemasan dan ingatan traumanya.

Berdasarkan hasil pembahasan, dapat disimpulkan bahwa tokoh Luna mengalami trauma psikologis yang disebabkan oleh perundungan. Trauma psikologis tersebut tidak ditunjukkan melalui luka fisik, melainkan melalui berbagai respon trauma yang mencerminkan gangguan psikologis serta perubahan perilaku sosial tokoh Luna setelah mengalami perundungan, seperti penarikan diri dan kecemasan. Mengacu pada teori trauma Mendatu, trauma psikologis yang dialami tokoh Luna diwujudkan melalui empat respon trauma, yaitu respon emosional, respon kognitif, respon perilaku, dan respon fisik. Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh 48 data yang mencerminkan respon trauma, meliputi 22 data respon emosional yang didominasi perasaan takut,

cemas, dan kesedihan, 11 data respon kognitif berupa pikiran negatif terhadap diri sendiri dan munculnya *flashback*, 8 data respon perilaku yang muncul dalam sikap menarik diri dan menghindari interaksi sosial, serta 7 data respon fisik yang ditunjukkan melalui reaksi tubuh seperti gemetar, menangis, dan ketegangan saat menghadapi situasi pemicu trauma.

Respon emosional yang dialami tokoh Luna ditandai oleh munculnya perasaan sedih, cemas, gugup, ketidakmampuan mengendalikan emosi, perasaan diabaikan dan ditolak, serta rasa takut. Respon emosional ini menjadi respon yang paling dominan dan menunjukkan bahwa perundungan memberikan dampak yang signifikan terhadap kondisi perasaan tokoh Luna. Respon kognitif yang dialami tokoh Luna terlihat melalui seringnya mengalami kilas balik atau *flashback* terhadap peristiwa trauma, munculnya pandangan negatif terhadap diri sendiri, serta perasaan lemah dan tidak berdaya. Respon kognitif tersebut menunjukkan adanya gangguan pada pola pikir tokoh Luna sebagai akibat dari pengalaman perundungan yang dialaminya.

Respon perilaku yang dialami tokoh Luna ditunjukkan melalui perilaku menghindari orang, tempat, maupun hal-hal yang berkaitan dengan peristiwa trauma, kecenderungan mengisolasi diri dari lingkungan sosial, serta perubahan dalam cara berkomunikasi dengan orang lain. Respon perilaku ini mencerminkan upaya tokoh Luna untuk melindungi diri dari situasi yang memicu ingatan trauma. Sementara itu, respon fisik yang dialami tokoh Luna terlihat melalui munculnya rasa sakit atau sesak di dada yang disertai kesulitan bernapas, gemetar, tubuh yang terasa lemah, lesu, dan mudah lelah, serta

ketegangan pada otot. Respon fisik tersebut menunjukkan bahwa trauma psikologis akibat perundungan juga berdampak pada kondisi fisik tokoh Luna. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa bentuk trauma yang dialami tokoh Luna merupakan trauma psikologis yang bersifat kompleks karena memengaruhi berbagai aspek kehidupan tokoh, baik secara emosional, kognitif, perilaku, maupun fisik.

5.2 Saran

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan dan referensi bagi penelitian selanjutnya, khususnya yang mengkaji trauma psikologis dalam karya sastra. Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas ruang lingkup analisis dengan mengkaji trauma yang dialami tokoh lain dalam novel *Planet Luna* karya Ray Antariksa Yasmine. Penelitian selanjutnya juga disarankan untuk menggunakan teori trauma lain sebagai landasan analisis, sehingga pembahasan mengenai dampak perundungan terhadap kondisi psikologis tokoh dapat dikaji secara lebih luas dan mendalam.