

AKTUALISASI DIRI REMAJA DALAM NOVEL LAN ASIRA WAHDI KARYA AMAL AHMAD THA'AMAH (KAJIAN PSIKOLOGI SASTRA)

Miftahullah Ilmy Zururi, Siti Amsariah

UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

Email: Miftahullah.ilmy18@mhs.uinjkt.ac.id, Siti.amsariah@uinjkt.ac.id

Copyright © 2025 The Author



This is an open access article

Under the Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 International License

DOI: 10.53866/jimi.v5i2.717

Abstract

This study analyzes the forms of adolescent self-actualization in the main character "Olla" in the novel Lan Asira Wahdi by Amal Ahmad Tha'amah. Lan Asira Wahdi is the first novel by Amal Ahmad Tha'amah, written in 2010 in Damascus, Syria. The main character "Olla" suffers from severe depression symptoms due to bullying at school. She wants to free herself from her depression symptoms by self-actualizing to achieve peace of mind. This research applies a descriptive-analytical method using the Humanistic Psychology approach, specifically Abraham Maslow's five hierarchies of human needs, to analyze the forms of self-actualization in the character "Olla". The results of this study show, first, that Olla successfully fulfills all her needs for self-actualization. The needs for security, love, and self-esteem are more dominant. This is due to the role of the mother character who is always faithful in helping Olla in the process of fulfilling her self-actualization needs. Second, 11 characteristics of adolescent self-actualization behavior are found in Olla's character; namely: (1) ability to observe reality in depth, (2) acceptance of self and others, (3) spontaneity, honesty and openness, (4) focus on goals and problems outside themselves, (5) independence and having principles, (6) appreciation of efforts made, (7) mystical or peak experiences, (8) social interest, (9) interpersonal relationships, (10) focus on goals and aspirations, and (11) creativity.

Keywords: Self-actualization, Adolescent Depression Symptoms, Novel Lan Asira Wahdi

Abstrak

Penelitian ini menganalisis bentuk-bentuk aktualisasi diri remaja pada tokoh utama "Olla" dalam novel *Lan Asira Wahdi* karya Amal Ahmad Tha'amah. *Lan Asira Wahdi* adalah novel pertama karya Amal Ahmad Tha'amah yang ditulis pada tahun 2010 di Damaskus, Suriah. Tokoh utama "Olla" memiliki gejala depresi berat akibat *pembully-an* yang terjadi di sekolah. Ia ingin bebas dari gejala depresinya dengan cara mengaktualisasikan dirinya untuk mendapatkan ketenangan jiwa. Penelitian ini menerapkan metode deksriptif analitis dengan menggunakan pendekatan Psikologi Humanistik, lima kebutuhan hirarki manusia, Abraham Maslow untuk menganalisis bagaimana bentuk-bentuk aktualisasi diri pada tokoh "Olla". Hasil penelitian ini menunjukkan, *pertama*, tokoh Olla berhasil memenuhi semua kebutuhannya untuk mengaktualisasikan dirinya. Kebutuhan rasa aman, cinta dan harga diri lebih dominan. Hal ini disebabkan peran tokoh Ibu yang selalu setia untuk membantu Tokoh Olla dalam proses pemenuhan kebutuhan aktualisasi dirinya. *Kedua*, ditemukan 11 ciri perilaku aktualiasi diri remaja yang terjadi pada tokoh Olla, yaitu: (1) mampu mengamati realitas secara mendalam, (2) menerima diri sendiri dan orang lain, (3) spontanitas, kejujuran dan keterbukaan, (4) fokus pada tujuan dan masalah-masalah di luar diri mereka, (5) mandiri dan mempunyai pendirian, (6) mengapresiasi usaha yang dilakukan, (7) Pengalaman-pengalaman mistik atau puncak, (8) Memiliki minat sosial, (9) hubungan antar pribadi dan orang lain, (10) Fokus pada tujuan dan cita-cita, (11) kreativitas.

Kata Kunci: Aktualisasi diri, Gejala Depresi Remaja, Novel Lan Asira Wahdi

1. Pendahuluan

Pada awal abad ke-21 M, sebagian besar penelitian para psikolog Arab hanya berfokus pada kecemasan dan depresi pada orang dewasa. Mereka mengabaikan tahap perkembangan lainnya seperti masa remaja. Hal tersebut berdampak pada kesehatan mental remaja khususnya di Damaskus pasca perang Suriah yang terjadi pada masa rezim Al-Asaad pada tahun 2010 hampir semua remaja mengalami gangguan kesehatan mental. (Shabon, 2011, hal. 763). Berdasarkan penelitian oleh Amir Kaakji (2020), lebih dari separuh siswa sekolah menengah di Damaskus menderita semacam tekanan psikologis akibat perang 10 tahun lalu. di tujuh sekolah dari kelas sepuluh ke atas, yang tinggal sembilan tahun terakhir di Suriah. Studi ini menemukan dampak negatif pada lebih dari separuh siswa yang ikut serta dalam survei, dengan tingkat gangguan stres, kemarahan, dan masalah kesehatan mental mendasar lainnya yang lebih tinggi. Efek ini lebih besar pada anak perempuan yang dilaporkan mengalami gangguan ini. Namun, terlihat konflik perang di Damaskus hingga saat ini belum juga mereda. Laporan tersebut mencatat, jika kondisi ini terus berlanjut hingga saat ini, pemulihan mental remaja akan lebih sulit.

Selain dampak konflik perang tersebut, gangguan depresi berat pada para siswa juga terjadi akibat perbuatan *pembullying* di lingkungan sekolah. Hal ini berdasarkan wawancara Tim Media SANA dengan Spesialis Psikologi di Fakultas Pendidikan Universitas Damaskus, Dr. Man Al-Syekh, (2021). Dia berkata bahwa di seluruh dunia, dan di Suriah, lingkungan pendidikan di sekolah menghadapi peningkatan fenomena ini di kalangan siswa sebagai akibat dari efek perang teroris di Suriah, yang menyebabkan peningkatan kekerasan di sekolah. Direktur Riset Kementerian Pendidikan, Sbeit Suleiman juga menyatakan perang teroris di Suriah berdampak besar pada kondisi psikologis anak dan menyebabkan meningkatnya kasus kekerasan dan *pembullying* di sekolah.

Minimnya peran kedua orangtua dalam menangani kasus *pembullying* anak-anaknya menjadi salah satu penyebab meningkatnya gejala depresi pada remaja. (Al-Qusi, 1974, hal. 83). Berdasarkan penelitian yang dilakukan, Dr. Basema Halawa, (2011, hal. 92), ditemukan persentase kedekatan orang tua dengan anaknya yang menjawab paling dekat secara emosional adalah sekitar 44,5% dari responden ayah dan 40,15% dari responden ibu, sedangkan yang menjawab tidak pernah adalah sekitar 16,55% dari responden ibu dan 13,27% dari responden ayah. Hal ini disebabkan posisi ibu harus bekerja untuk menghidupkan anak-anaknya. Berdasarkan penelitian tersebut dapat diketahui bahwa peran orang tua dalam memahami kepribadian anaknya di kota Damaskus sangat rendah. Terutama peran ibu.

Hal ini menunjukkan orang tua seringkali tidak mengetahui dan memahami perubahan kepribadian yang terjadi pada anaknya, sehingga tidak menyadari bahwa anaknya telah tumbuh menjadi pribadi yang dewasa, dan bukan lagi anak kecil. Padahal, kehadiran orang tua seharusnya menjadi landasan bagi perkembangan kepribadian remaja. (Hasan, 2014, hal. 68).

Menurut Yusak, (1988, hal. 09), perkembangan kepribadian remaja terletak pada gambaran proses aktualisasi diri remaja dalam kemampuan mengontrol potensi yang dimilikinya. Oleh karena itu, remaja mampu menghadapi tantangan hidup, mampu beradaptasi, dan mampu menyelesaikan segala permasalahan, baik dengan dirinya sendiri, orang lain maupun lingkungannya. Remaja yang sehat jiwa memiliki ciri-ciri antara lain; Mereka memiliki kemampuan untuk bertindak secara efisien, tujuan hidup yang jelas, konsep diri yang sehat, koordinasi potensi dan usaha, pengaturan diri, integritas kepribadian dan pikiran yang tenang.

Aktualisasi diri adalah proses perjuangan manusia yang berkelanjutan untuk mencapai potensi penuhnya sebagai tujuan paling dasar dari kepribadian manusia. Aktualisasi diri merupakan puncak dari hirarki lima kebutuhan dasar manusia. Aktualisasi diri dapat membawa seseorang ke kualitas tertingginya yang mengarah pada munculnya fenomena pengalaman puncak, perubahan nilai-nilai kepribadian, perubahan cara pandang yang lebih jelas, dan motivasi untuk tumbuh dan berkembang selalu. Maslow menyebutkan bahwa untuk mencapai kebutuhan aktualisasi diri, manusia harus memenuhi empat kebutuhan dasar; kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan cinta dan dimiliki, dan kebutuhan harga diri. (Setiawan, 2014, hal. 43-46).

Seorang yang sedang mengaktualisasikan dirinya memiliki 15 ciri seperti yang disebutkan oleh Schultz, (2012, hal. 99-111), (1) mampu mengamati realitas secara mendalam, (2) menerima diri sendiri dan orang lain, (3) spontanitas, kejujuran dan keterbukaan, (4) fokus pada tujuan dan masalah-masalah di luar diri mereka, (5) mandiri dan mempunyai pendirian, (6) mengapresiasi usaha yang dilakukan, (7) Pengalaman-pengalaman mistik atau puncak, (8) Memiliki minat sosial, (9) hubungan antar pribadi dan orang lain, (10)

Fokus pada tujuan dan cita-cita, (11) kreativitas. (12) Kebutuhan akan privasi dan indenpendensi, (13) Berfungsi secara otonom, (14) Perasaan humor yang tidak menimbulkan permusuhan, (15) Resistensi terhadap inkulturasi.

Novel *Lan Asira Wahdi* karya Amal Ahmad Tha'amah merupakan novel remaja yang membahas isu proses aktualisasi diri remaja. Tokoh utama di novel ini merupakan siswi SMA bernama Olla di sebuah sekolah di Damaskus. Tokoh Olla digambarkan sebagai seorang remaja yang memiliki gejala deperesi berat akibat *pembully-an* yang dilakukan teman-temannya di sekolah. Saat ingin bersekolah, Olla merasa tidak bersemangat karena situasi di sekolahnya yang membuat *mood*-nya berantakan. Di sekolah, teman-temannya sering melakukan cacian, cemooh dan merendahkan diri Olla. Olla merasa setiap perbuatannya selalu salah di mata teman-temannya. Setiap pulang sekolah, Olla merasa gelisah dan stress karena tindakan teman-temannya bahkan ada keinginan untuk mengakhiri hidupnya. Namun, berkat peran ibunya yang selalu mendidik Olla, Olla berhasil menjadi pribadi yang lebih baik dan sehat. Novel ini merupakan novel pertama karya Amal Ahmad Tha'amah yang diterbitkan oleh Dar Al-Maaraj, Mesir pada tahun 2013. Daya tarik novel ini adalah penggambaran tokoh ibu untuk mengembangkan karakter Olla. Penulis novel ini seolah ingin mengkritisi kondisi psikologis remaja di Damaskus pada era rezim Al-Asaad pada 2010 lalu.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, penelitian ini berfokus pada bentuk aktualisasi diri remaja dalam novel *Lan Asira Wahdi* karya Amal Ahmad Tho'amah. Tujuan yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah menganalisis bentuk aktualisasi diri remaja pada tokoh utama "Olla" dalam novel *Lan Asira Wahdi* karya Amal Ahmad Tha'amah. Penelitian ini memiliki manfaat teoritis dan manfaat praktis. Manfaat teoritisnya yaitu diharapkan dapat membantu kontribusi penelitian sastra, khususnya psikologi Humanistik Abraham Maslow. Manfaat praktisnya diharapkan dapat memberikan pemahaman secara praktis tentang kebutuhan dasar manusia untuk penulis dan pembaca dalam studi psikologi sastra.

Beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan penelitian ini di antaranya, pertama; skripsi yang berjudul *Tadruju Al-Hajat Fi Ar-riwayati Khawiyah Li Aiman Al-'Atum (Dirasah Sikulujyiyah Adabiyyah bi Nazhriyah Abraham Maslow)*. Ditulis oleh Binti Rahma Fahima Yusri, mahasiswi Jurusan Bahasa dan Sastra Arab, Fakultas Ilmu Budaya Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang tahun 2022. Hasil penelitian ini adalah terpenuhinya kebutuhan tokoh utama Badr dan faktor pendorong atau pendukung kebutuhan tokoh utama. Kedua; jurnal penelitian yang berjudul *Tahlilun Bathlatun fi Ar-riwayati "Sausyun" min Manzhurin Maslow*. Ditulis oleh Safideh Seferi, Asisten Profesor di Departemen Bahasa dan Sastra Persia, Universitas Islam Azad Iran pada tahun 2021. Hasil dari penelitian ini adalah pemenuhan terhadap lima kebutuhan hirarki Maslow pada kepribadian tokoh utama Zari, yaitu fisiologis, keamanan, sosial - kredibilitas dan aktualisasi diri. Ketiga; jurnal penelitian yang berjudul *Al-Mar'atu Al-'amilatu wa Tahqiqu Adz-dzati fi Ar-riwayati Al-Kubra Tasna'u Al-'Asl Li Ahmad Ziyad Muhibbak*. Ditulis oleh Muhammad Al-Ahmad, seorang mahasiswa di Departemen Bahasa Arab dan Retorika di Gümüşhane Universitas (Gümüşhane Üniversitesi) di Turki pada tahun 2020. Penelitian ini menggunakan pendekatan feminisme. Hasil dari penelitian ini menunjukkan menunjukkan peran perempuan pekerja, menunjukkan hambatan perempuan bekerja, prosedur untuk mengatasinya, dan peran manajer yang baik dalam meningkatkan kinerja mereka. Keempat; skripsi yang berjudul "Ash-shara'u li Asy-syakhshiyyati Al-raisiyyati fi Ar-riwayati *Lailah Wahidah Li Kaulit Al-Khaury (Dirasah Tahliliyyah Adabiyyah Li Abraham Maslow wa Louis Kozar)*. Ditulis oleh Sheikhuddin, mahasiswa Jurusan Bahasa dan Sastra Arab, Fakultas Seni dan Ilmu Budaya, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaka, Yogyakarta tahun 2019. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kebutuhan tokoh utama tidak terpenuhi dan alasannya adalah kawin paksa, tidak memiliki anak, kurangnya kelembutan dari suaminya, dan konsekuensi dari dirinya yang menyebabkan konflik internal yang dialami tokoh utama, yaitu kekecewaan, perasaan putus asa dan rasa bersalah.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan psikologi sastra yang berfokus pada karya sastra, yaitu melihat bagaimana aspek psikologis diterapkan dalam tokoh rekaan yang ada. Teori Psikologi yang digunakan adalah teori hirarki kebutuhan manusia Abraham Maslow. Teori tersebut digunakan untuk menganalisis 5 hirarki kebutuhan manusia serta proses aktualisasi diri pada tokoh utama "Olla". Data primer penelitian ini adalah novel *Lan Asira Wahdi*. Adapun data sekundernya adalah buku-buku, jurnal ilmiah, dan lain-lain yang mendukung permasalahan penelitian ini. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan

membaca secara dekat dan mencatat. Teknik analisis data dilakukan dengan mengumpulkan data terkait perilaku, dialog, dan perwatakan, mengidentifikasi, serta memahami data tersebut secara keseluruhan, kemudian mengkajinya dengan teori hirarki kebutuhan manusia, Abraham Maslow.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Analisis Hirarki Kebutuhan Manusia Pada Tokoh “Olla” dalam Novel Lan Asira Wahdii

3.1.1. Kebutuhan Fisiologis

Berdasarkan analisis latar waktu dan tempat, kebutuhan fisiologis tokoh Olla terjadi ketika berada di rumahnya saat ia pulang dari sekolah siang hari. Tokoh Olla diceritakan tinggal bersama kedua orang tuanya di rumahnya. Keluarga Olla bisa dibilang sebagai keluarga yang berkecukupan di dalam novel ini. Kebutuhan pokok seperti makanan, minuman, dan tempat beristirahat bisa didapatkan tanpa harus berjuang sekuat tenaga untuk mencarinya, seperti pada kutipan di bawah ini:

“الْقَيْثُ التَّحِيَّةُ عَلَى أُمِّي، وَأَسْرَعْتُ إِلَى الْمَطْبَخِ، فَقَدْ شَمَمْتُ رَائِحَةَ أُمِّيْزْهَا تَمَامًا، هِيَ مِنْ طَعَامِي الْمَفْضَلِ. أَسْرَعْتُ نَحْوَ أُمِّي أَقْبَلَهَا وَأَلْتَمَّ يَدَهَا الْحَبِيبَةَ، وَكَلِمَاتُ الشُّكْرِ خَرَجَتْ مُتَلَعِّمَةً وَأَنَا أَدْخُلُ غُرْفَتِي وَأَجْهَزُ نَفْسِي لِلْغَدَاءِ.” (hal. 17)

“Aku salut dengan ibuku, dan segera ke dapur. Aku mencium aroma yang benar-benar bisa dikenali. Ini adalah salah satu makanan favoritku. Aku berlari ke ibuku, menciumnya dan membelai tangan kesayangannya. Kata-kata terima kasih keluar tergagap dan aku memasuki kamarku dan bersiap-siap untuk makan siang.”

Berdasarkan kutipan di atas, menunjukkan bahwa setiap manusia harus memenuhi kebutuhan pangan dalam segi apapun. Bisa dilihat bahwa tokoh Olla sebagai sosok siswi SMA yang hidupnya berkecukupan tanpa harus bersusah payah mencari uang untuk membeli makanan. Walaupun, kebutuhan makanan dan minuman terasa cukup, sebagai manusia, Olla tetap harus memenuhi kebutuhan fisiologisnya supaya mampu berpikir dengan baik dan tenang, seperti pada kutipan di bawah ini:

“الْقَيْثُ بِرَأْسِي الْمُنْقَلِ عَلَى وَسَادَتِي، لَمْ أَشَأْ أَنْ أَفَكِّرَ بِأَيِّ شَيْءٍ، وَرَغَمَ عَدَمِ سَهُولَةِ اسْتِسْلَامِي لِلنَّوْمِ كَثْرَةَ الْأَفْكَارِ الَّتِي أَخَذَتْ تَجُولُ فِي ذَهْنِي، إِلَّا أَنِّي نَمْتُ بَعْدَهَا قَرَأِيَةَ سَاعَةٍ. اسْتَيْقَظْتُ – وَلِلَّهِ الْحَمْدُ – وَشَعَرْتُ بِبَعْضِ النَّشَاطِ الْعَقْلِيِّ وَالْجَسَدِيِّ.. خَرَجْتُ مِنْ غُرْفَتِي، وَاتَّجَهْتُ إِلَى الْمَطْبَخِ لِشُرْبِ عَصِيرٍ أَوْ فَنْجَانٍ مِنَ الْقَهْوَةِ.” (hal. 99)

“Aku melemparkan kepalaku yang berat ke bantal, aku tidak ingin memikirkan apa pun, dan meskipun tidak mudah bagiku untuk tertidur karena banyak pikiran yang berkecamuk di benakku, aku tertidur setelah satu jam. Aku bangun – puji Tuhan – dan meninggalkan kamarku kemudian pergi ke dapur untuk minum jus atau secangkir kopi.”

Berdasarkan kutipan di atas terlihat Olla hidup dengan serba cukup di rumah, makanan dan minuman juga sudah tersedia, walaupun hidup dalam keluarga yang berkecukupan, tokoh Olla tetap berusaha memenuhi kebutuhan fisiologisnya. Jika Olla tidak memenuhi kebutuhan fisiologis sebagai kebutuhan dasar di dalam hidupnya, ia tidak akan bisa menjalani aktivitasnya secara normal. Hal terlihat pada kutipan tersebut ketika pikiran Olla merasa tidak tenang, ia berusaha mencari minuman jus atau secangkir kopi di dapur.

Sementara di sekolah, kebutuhan fisiologis tokoh Olla tidak terpenuhi. Pada analisis alur dan latar sebelumnya, tokoh Olla mengalami *pembullying* yang dilakukan teman-temannya di sekolah saat jam istirahat. Dari peristiwa tersebut, Olla mengalami gejala depresi berat yang membuat dirinya terdorong untuk memenuhi kebutuhan fisiologisnya berupa istirahat di kamarnya untuk menenangkan pikirannya, seperti pada kutipan di bawah ini:

“أَسْدَلْتُ جُفُونِي هَرُوبًا مِنْ تَضَارِبِ وَتَكَاثُرِ الْأَفْكَارِ فِي رَأْسِي لِأُرْتَاحَ قَلِيلًا أَوْ أَنْتَظِرَ الْجَوَابَةَ عَنْ تِلْكَ الْأَسْئَلَةِ الَّتِي حَامَتُ فِي عَقْلِي.” (hal. 26)

“Aku menurunkan kelopak mataku untuk melarikan diri dari konflik dan penggandaan pikiran di kepala saya untuk beristirahat sebentar untuk menunggu jawaban atas pertanyaan-pertanyaan yang melayang di pikiranku.”

Berdasarkan kutipan di atas, terlihat Olla tidak dapat memenuhi kebutuhan fisiologisnya di sekolahnya. Ia kemudian berusaha untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tersebut di rumahnya setelah pulang dari sekolah. Berdasarkan kutipan di atas juga terlihat keadaan Olla saat di rumahnya selain memenuhi kebutuhan fisiologis berupa makan dan minum, Olla juga memerlukan istirahat sebagai pemenuhan kebutuhan fisiologisnya yang lain.

Dari penjelasan kebutuhan fisiologis di atas, menggambarkan adanya upaya tokoh Olla dalam memenuhi kebutuhan fisiologisnya seperti makan dan beristirahat. Pada hal ini, peneliti menganggap tokoh Olla telah cukup memenuhi kebutuhan fisiologisnya karena ketika kebutuhan ini terasa cukup, Olla terdorong untuk memenuhi kebutuhan selanjutnya, yakni kebutuhan rasa aman.

3.1.2. Kebutuhan rasa aman

Di dalam novel *Lan Asira Wahdi*, setelah kebutuhan fisiologis tokoh Olla cukup terpenuhi, muncullah kebutuhan selanjutnya, yakni kebutuhan akan rasa aman. Kebutuhan akan rasa aman ini muncul pada alur tahap pertengahan yang menceritakan tokoh Olla mengalami *pembullying* di sekolah yang membuat dirinya merasa terganggu dan tidak nyaman sehingga Olla harus mencari dan memenuhi kebutuhan rasa aman bagi dirinya.

Pada tahap pemenuhan kebutuhan rasa aman ini, tokoh Olla dibantu dengan kehadiran sosok ibunya untuk membantu memenuhi kebutuhan rasa aman pada dirinya. Peneliti menganalisis ada dua cara yang dilakukan tokoh Olla dalam memenuhi kebutuhan rasa amannya, yakni pulang ke rumahnya untuk bercerita pada ibunya dan mendapatkan pendidikan agama dari ibunya.

Pada cara yang pertama dilakukan tokoh Olla untuk memenuhi kebutuhan rasa amannya adalah dengan bercerita pada ibunya tentang apa yang telah terjadi di sekolahnya. Berdasarkan analisis sebelumnya, tokoh Ibu muncul sebagai tokoh bawahan yang memiliki peran penting dalam perkembangan karakter tokoh Olla. Latar rumah menjadi tempat terpenting dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman pada tokoh Olla. Di latar rumah tersebut, Olla dapat melampiaskan perasaannya dengan cara bercerita kepada ibunya tentang masalahnya yang terjadi di sekolah untuk mencari ketenangan batin, seperti pada kutipan di bawah ini:

"فلم أجد بداً من أن أضع الأمر بين يدي أمي، عليها تفهمني السبب فيما وقعت فيه. شرحتُ لأمي الموقف. وانتظرتُ منها الجواب" (hal. 40)

"Aku tidak dapat menemukan cara untuk menyerahkan masalah ini kecuali ke tangan ibuku, sehingga dia dapat memahami alasan mengapa aku jatuh ke dalam masalah ini. Aku menjelaskan kepada ibuku situasinya dan menunggu jawabannya."

Berdasarkan kedua kutipan di atas, terlihat tokoh Olla berusaha untuk memenuhi kebutuhan rasa amannya dengan cara mencari seseorang yang dianggap bisa membuat dirinya merasa aman. Pada analisis alur sebelumnya, diceritakan bahwa tokoh Olla pergi untuk menemui dan menceritakan kejadian yang dialaminya di sekolah pada ibunya setelah pulang sekolah. Adegan tersebut menunjukkan upaya yang dilakukan tokoh Olla dalam memenuhi kebutuhan rasa amannya.

Adapun cara kedua yang dilakukan tokoh Olla untuk memenuhi kebutuhan rasa amannya selain bercerita dengan ibunya tentang masalah yang terjadi di sekolahnya yakni dengan pendidikan dan pengajaran nilai-nilai agama yang dilakukan ibunya. Berdasarkan alur tahapan klimaks sebelumnya, diceritakan ibunya memberikan satu buku tentang nilai-nilai kepribadian manusia yang sesuai dengan Al-Quran dan mengajarkan padanya nilai-nilai keagamaan untuk menenangkan pikiran dan batin Olla. Peristiwa ini terjadi ketika di rumahnya dan di waktu malam hari. Latar rumah dan waktu tersebut menjadi setting terpenting bagi Olla dalam memenuhi kebutuhan rasa amannya, seperti pada kutipan di bawah ini:

"كنتُ أظنّ يا أمي أنما قرأته في الكتب الدينية من أهمية مجاهدة النفس هو للتقرب إلى الله وكسب الحسنات والوصول إلى الجنة فقط، لكنّ حديثك الآن أزال الغشاوة عن كثير من الأمور التي أذكرها الآن تماماً كيف تعاملت فيها من منطق النفس والشعور بها وحدها فقط، دون أي اعتبار لأي شخص آخر غير نفسي!" (hal 280)

"Aku dulu berpikir, Ibu, bahwa apa yang aku baca di buku-buku agama tentang pentingnya berjuang untuk jiwa adalah untuk mendekatkan diri kepada Tuhan dan mendapatkan perbuatan baik dan mengharapkan surga saja, tetapi pembicaraanmu sekarang telah menghilangkan kegelisahanku dari banyak

hal, tepatnya bagaimana aku menghadapinya dan merasakannya saja, tanpa memperhatikan siapa pun selain diriku sendiri!

Berdasarkan kutipan di atas, terlihat upaya yang dilakukan Tokoh Olla untuk mencari keamanannya selain menceritakan permasalahan pada ibunya yaitu dengan cara membaca buku-buku agama yang diberikan ibunya dan memberikan pembelajaran yang ada di dalam buku tersebut. Sebagaimana penjelasan Maslow sebelumnya, bahwa seseorang dapat memenuhi kebutuhan rasa amannya salah satunya dengan cara mempelajari hukum-hukum yang membuat dirinya merasa aman.

Cara yang dilakukan ibunya Olla, yang digambarkan pengarang dalam novelnya ini, sesuai dengan ajaran agama Islam tentang bagaimana cara orang tua dalam mendidik anaknya yang terdapat di dalam firman Allah ta'ala surat Lukman ayat 12 dan 13:

وَلَقَدْ آتَيْنَا لُقْمَانَ الْحِكْمَةَ أَنِ اشْكُرْ لِلَّهِ وَمَنْ يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ حَمِيدٌ (١٢) وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ (١٣)

Kedua ayat ini menjelaskan salah satu metode yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan anak adalah Kontinuitas, terus menerus, sehingga prosesnya terus berjalan sehingga tujuan dari pendidikan karakter anak akan tercapai. Tujuannya untuk memotivasi, karena nasehat, dan bimbingan orangtua untuk anaknya disampaikan dengan cara lemah lembut dan janji. (Ar-razi, hal. 147, 1981).

Berdasarkan dua cara yang ditempuh tokoh Olla dalam memenuhi kebutuhan rasa amannya, menurut peneliti, pemenuhan kebutuhan rasa aman ini menjadi lebih dominan dari kebutuhan sebelumnya. Hal ini berdasarkan pada kutipan di bawah ini:

كَلَّمَا تَحَدَّثْتُ مَعَكَ يَا أُمِّي أَشْعُرُ بِالْأَمَانِ، وَأَسْتَشْعِرُ عَظَمَ نِعْمَةِ اللَّهِ عَلَيَّ أَنْ أَكْرَمَنِي بِكَ لِتُعَلِّمَنِي وَتُرْشِدَنِي.

Setiap kali aku berbicara denganmu, Bu, aku merasa aman, dan merasakan kebesaran rahmat Tuhan padaku, Tuhan menyayangiiku bersama dirimu yang mengajarku dan membimbingku.

Kutipan di atas menunjukan bahwa kebutuhan akan rasa aman sudah cukup terpenuhi. Hal ini bisa terlihat pada dialog Tokoh Olla yang mengungkapkan rasa amannya ketika ia berada di dekat ibunya di rumahnya. Tokoh Olla merasa nyaman dan aman ketika berbincang dan menghabiskan waktu bersama ibunya. Pada bagian ini, peneliti menganggap bahwa tokoh Olla telah terpenuhi kebutuhan akan rasa amannya dan muncul kebutuhan selanjutnya.

3.1.3. Kebutuhan cinta dan rasa memiliki

Di dalam novel Lan Asira Wahdi, keterkaitan tokoh Olla dalam memenuhi kebutuhan cinta dan rasa memiliki ini tergambar pada latar rumah, latar waktu siang hari dan tahapan konflik alur di saat ibunya bertanya tentang keadaan dan kondisi Olla saat pulang dari sekolahnya di rumahnya. Sikap perhatian dan kasih sayang ibu pada anaknya menunjukkan adanya kebutuhan cinta dan memiliki bagi Olla. Hal ini sebagaimana kutipan berikut:

"أَتَمَمْتُ واجباتي ودراستي، أسرعْتُ إلى أُمِّي كي أطمئنَ عليها وأمضي بعض الوقتِ معها. سألتني: كيف المدرسة؟ الحمدُ لله تمام."
"مالك يا علا؟ أرى في وجهك أسئلةً."

"لا شيء يا أُمِّي، لكنِّي أحياناً أشعرُ أنَّني بحاجةٌ إلى وقتٍ طويلٍ كي أفهمَ هذا الواقعَ الذي أعيشُهُ، أحسنُ أنِّي غيرَ متوافقةٍ معه!"
(hal. 135)

"Aku menyelesaikan tugas dan belajarku, aku bergegas ke ibuku untuk menghabiskan waktu bersamanya. Dia bertanya kepadaku,

"Bagaimana sekolahmu?"

"Alhamdulillah baik-baik saja.

"Ada apa denganmu, Ola? Aku melihat pertanyaan di wajahmu. Tidak ada, Ibu, tapi kadang-kadang aku merasa seperti butuh waktu lama untuk memahami kenyataan yang aku jalani ini".

Sikap perhatian seorang Ibu pada anaknya terlihat pada kutipan di atas. Latar rumah menjadi tempat terpenting dalam memenuhi kebutuhan cinta dan rasa memiliki pada diri Olla. Hal ini berdasarkan pada tahapan penyelesaian konflik di dalam cerita tersebut ketika Ibunya selalu memberikan perhatian dan kasih sayang pada Olla di rumah. Kehadiran tokoh Ibu sebagai bentuk usaha untuk memenuhi kebutuhan cinta dan rasa memiliki tokoh Olla. Sikap saling mencintai antara anak dan orangtua menimbulkan adanya hubungan timbal balik untuk saling memberi, menerima perhatian, tidak ingin saling kesepian, seperti pada kutipan berikut:

"أُمِّي أَرِيدُ أَنْ أَسْأَلَكَ. لِمَاذَا أَنْتِ حَزِينَةٌ؟"
عَدَلْتُ أُمِّي مِنْ جُلُوسَتِهَا، وَتَغَيَّرَتْ مَلَامَحُ وَجْهِهَا وَقَالَتْ: "هَلْ يَدُوْتُ حَزِينَةٌ؟"
"نَعَمْ يَا أُمِّي."
"لَا تَخَافِي لَيْسَ هَدُوٌّ يَسْبِقُ الْعَاصِفَةَ يَا بِنْتِي."
"أُمِّي هَلْ تَخْفَيْنِ عَنِّي؟ وَأَنَا ابْنَتُكَ الْمَفْضَلَةُ."
"لَقَدْ جَاءَتْ لِأَبْنَيْكَ فُرْصَةٌ عَمَلٍ فِي بَلَدٍ أَعْجَبَنِي وَبِرَاتِبٍ مَغْرٍ جَدَا، وَهُوَ يَفْكِّرُ أَنْ يَقْبَلَ الْعَرْضَ، بَلْ قَرَّرَ ذَلِكَ فَعَلِيًّا." (hal. 289)

"Bu, aku ingin bertanya, kenapa kamu sedih?"

Ibuku meluruskan kursinya, dan wajahnya berubah, dan berkata: "Apakah ibu terlihat sedih?"

"Ya, Bu."

Jangan khawatir, Nak. Ibu tak apa-apa.

"Bu, apakah kamu bersembunyi dariku? Aku adalah putri kesayanganmu."

"Ayahmu pergi dengan peluang kerja di luar negeri dengan gaji yang sangat menarik, dan dia berpikir untuk menerima tawaran itu, bahkan dia memutuskan untuk melakukannya."

Berdasarkan kutipan di atas, terlihat pada tahapan alur klimaks yang menceritakan perbincangan di meja makan setelah makan siang. Ibunya merasa sedih saat ayahnya pergi untuk bekerja di luar negeri, Olla pun menjadi peka terhadap perasaan ibunya. Perasaan saling menerima dan memberi perhatian muncul pada kebutuhan ini. Sikap Keegoisan yang ada pada dirinya mulai berkurang dan menumbuhkan sikap saling mengerti satu sama lain. Pada bagian ini, peneliti menganggap bahwa kebutuhan cinta dan rasa memiliki pada diri Olla sudah terpenuhi dan meningkat pada kebutuhan berikutnya.

3.1.4. Kebutuhan harga diri

Pemenuhan kebutuhan harga diri pada diri Olla yang pertama terjadi ketika berada di kelasnya. Olla terdorong untuk memenuhi kebutuhan akan harga diri dari teman-temannya di kelasnya ketika dirinya merasa terkucilkan di sana, seperti pada kutipan berikut:

"لَقَدْ ضَرَبْتُ مِثْلًا رَائِعًا يَا حَنَانُ فِي قَبُولِ النَّصِيحِ، وَقَلَّةٍ مِنْ رَفِيقَاتِنَا مَنْ يَقْبَلْنَ ذَلِكَ، أَوْ يَتَقَبَّلْنَ النَّقْدَ." (hal. 61)

"Kamu memberi contoh yang luar biasa, Hanan, dalam menerima nasihat, dan hanya sedikit dari teman wanita kami yang menerimanya, atau menerima kritik."

Tokoh Olla secara tidak langsung menggambarkan keadaan teman-temannya di kelas yang tidak bisa menghargai nasihat orang lain, kecuali Hanan, sahabatnya. Berdasarkan analisis sebelumnya, Hanan hadir sebagai tokoh bawahan yang berperan penting dalam pembentukan karakter Olla. Bergitu juga dengan latar kelas menjadi tempat terpenting dalam pemenuhan kebutuhan harga diri pada diri Olla. Menurut peneliti, pengarang menggambarkan gejolak batin yang dirasakan tokoh Olla terhadap sikap teman-temannya dari dialog tersebut. Sikap menghargai yang dilakukan Hanan kepada tokoh Olla menunjukkan adanya usaha untuk mencapai kebutuhan harga diri terhadap tokoh Olla dalam bentuk rasa menghargai nasihat dan ucapan orang lain. Peran yang dilakukan Hanan menurut peneliti, sebagai bentuk upaya untuk memenuhi kebutuhan harga diri pada tokoh Olla.

Pemenuhan kebutuhan harga diri yang kedua adalah pemenuhan kebutuhan harga diri dari lingkungan keluarga. Selain membutuhkan penghargaan dari teman-temannya di kelas, Tokoh Olla juga terlihat berusaha untuk memenuhi kebutuhan harga diri di lingkungan keluarga, seperti pada kutipan di bawah ini:

أنا فخورة بك يا علا... أتمنى أن تحوّل تلك الأفكار في حياتك إلى سلوكٍ وعملٍ؛ سادعو لك يا حبيبتي أن يزيّنك علما ونورا وفهما، ويرزقك العمل الصالح والحركة الرائدة الفاعلة المنتجة في أرضه كما يحب ويرضى وبما ينهض بالأمة... فأنت أملتي

“Aku bangga padamu, Ola... Kuharap kau akan mengubah pikiran ini menjadi perilaku dan tindakan dalam hidupmu. Aku akan berdoa untukmu, cintaku, untuk meningkatkan pengetahuanmu, cahaya dan pemahaman, dan untuk memberkatimu dengan pekerjaan yang baik, dan berguna bagi tanah air... kau adalah harapan ibu.”

Berdasarkan kutipan di atas, terlihat juga bentuk pemenuhan kebutuhan harga diri dari orang lain di lingkungan keluarga Olla. Pengarang menghadirkan tokoh Ibu untuk membantu Olla dalam usaha memenuhi kebutuhan akan dirinya. Berdasarkan analisis sebelumnya, Latar rumah menjadi tempat yang paling nyaman bagi Olla untuk melampiaskan keluh kesahnya disebabkan kehadiran Tokoh ibu dalam menolong masalah yang menimpa Olla. Berdasarkan dialog yang dikatakan ibunya pada Olla tentang rasa bangga dan menaruh harapan pada anaknya sebagai bentuk penghargaan yang dilakukan dalam mencapai kebutuhan harga diri pada tokoh Olla. Dapat dilihat bahwa Olla membutuhkan penghargaan dari orang lain.

Peneliti berpendapat ini merupakan puncak pemenuhan kebutuhan harga diri bagi tokoh Olla. karena adanya pengakuan di lingkungan keluarga, terutama peran Ibunya. Berdasarkan analisis tersebut, kebutuhan akan rasa harga dirinya sudah terpenuhi karena pengakuan dari Hanan, sahabatnya dan faktor terpenting dari pengakuan ibunya.

3.1.5. Kebutuhan Aktualisasi diri

Pada kondisi ini, Olla tidak lagi berusaha untuk memenuhi kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan rasa cinta dan memiliki, serta kebutuhan rasa harga diri. Sebab, Olla tinggal di rumah bersama dengan Ibunya di rumah dengan kondisi ekonomi yang cukup. Ia bisa memenuhi kebutuhan sandang, pangan, dan papannya terlebih lagi ayahnya Olla bekerja di luar negeri dengan gaji yang cukup besar. Walaupun, ditinggal ayahnya, Olla tetap tinggal bersama ibunya di rumah sehingga kebutuhan rasa aman, rasa cinta, dan harga diri sudah terpenuhi. Seperti pada kutipan di bawah ini:

"ما أروعك من أم... أشكرك يا حبيبتي من كلّ قلبي، أسأل الله أن يعينني فأطبق ما تنصحينني به، وتوجهيني من خلاله، فأنا في نعمة عظيمة، أسأله جلّ وعلا أن يوفّقني لأكون كما يحب ويرضى، وأكون من الذين يستمعون القول في تعون أحسنه." "أفعل إن شاء الله. جزاك الله خيرا يا حبيبتي وأعاني كي أقري عنك وأسعدك" (hal. 303)

“Sungguh ibu yang luar biasa.. Terima kasih, sayangku, dengan sepenuh hati. Aku meminta Tuhan untuk membantuku, sehinggaku dapat menerapkan apa yang ibu nasihatkan kepadaku, dan membimbingku melaluinya. Aku dalam keberkahan yang besar.

“Semoga Tuhan membalasmu, cintaku, dan ibu akan membantumu untuk menghibur dan membuatmu bahagia.”

Berdasarkan dialog yang dilakukan ibu dan Olla, keempat kebutuhan tersebut sudah terpenuhi ketika Olla akan mengaktualisasikan dirinya menjadi lebih baik dengan bantuan ibunya. Pada tahap ini, Olla memiliki tujuan untuk memenuhi kebutuhan aktualisasinya menjadi pribadi yang lebih dewasa, bijaksana, menemukan potensi dan bakarnya serta memahami arti kehidupan yang dijalani, seperti pada kutipan di bawah ini:

"لقد أنعم الله عليّ يا أمي بأن علّمتني الكثير من أدوات التغيير، فجزاك الله خيرا، وعلى الآن أن أتدرب عليها وأضعها في موضع التنفيذ لنثمر هذه المعرفة، وإلا كانت حجة عليّ أمام ربي، فقد أهداني من يعلمني بحنوٍ وحبٍّ، وواجبي الآن أن أطبق ما علّمتني وأغيّر نفسي. أسأل الله العون والسداد." (hal. 312)

“Tuhan telah memberkatiku, ibu, dengan mengajari aku banyak perubahan. Semoga Allah membalasmu dengan baik, Bu. Sekarang aku harus mengamalkannya dan mengamalkannya agar ilmu ini berbuah, jika tidak, itu akan menjadi bukti terhadap aku di hadapan Tuhanku, karena Dia yang mengajari aku telah membimbing aku dengan kelembutan dan cinta. Tugas aku sekarang adalah menerapkan apa yang aku pelajari dan mengubah diri aku sendiri. Aku meminta bantuan dan perlindungan kepada Tuhan.”

Pada proses pemenuhan aktualisasi diri yang terjadi pada tokoh Olla, berdasarkan kutipan di atas, terlihat bagaimana pengalaman spiritual dan pembelajaran hidup yang diajarkan Ibunya menjadi sebuah

proses untuk aktualisasi diri yang terjadi pada diri Olla. Kebutuhan aktualisasi pada tokoh Olla dapat terpenuhi melalui perjalanan yang sangat panjang dan penuh dengan usaha. Pengalaman spritual yang dirasakannya tidak serta merta muncul begitu saja. Pengalaman tersebut terjadi pada diri Olla merupakan pengalaman puncak yang panjang, sebagaimana kutipan di bawah ini:

"قلبت صفحات دفتر مذكراتي. عشر سنوات أو تزيد مضت على تلك الذكريات والكلمات، إلا أنها ماثلة أمامي كأنني أشاهدها مرة أخرى في شريط حياتي، بحلوها ومرها، بأفعالها الحميدة وشقاوتها المتعبة. مشكلات كانت عندما تجابهني أحسها عزيمة كالجبال، تنغص علي حياتي أياً ولربما أسابيع وأشهر! إنني أشعر بها الآن أنها ما كانت تستحق مني هذا العناء أو الألم كله!" (hal. 355)

"Aku membalik halaman buku catatanku. Sepuluh tahun atau lebih telah berlalu sejak kenangan dan kata-kata itu, tetapi mereka hadir di depan aku seolah-olah aku menontonnya lagi dalam rekaman hidupku, dengan manis dan pahitnya, dengan tindakan ramah dan kesengsaraannya yang melelahkan. Masalah yang ketika aku hadapi terasa sebesar gunung, mengganggu hidup aku selama sehari-hari, atau mungkin berminggu-minggu dan berbulan-bulan! Aku merasakannya sekarang bahwa itu tidak sebanding dengan semua masalah atau rasa sakit ini dari aku."

Berdasarkan kutipan di atas, terlihat bahwa pengalaman puncak yang dilakukan selama sepuluh tahun lebih menjadikan diri Olla sebagai sosok yang lebih bijaksana dalam menjalani kehidupannya. Hal ini menunjukkan seseorang bisa mengaktualisasikan dirinya melalui pembelajaran dan pengalaman hidup yang telah dilaluinya. Di dalam konteks remaja yang sedang mengalami gejala depresi akibat bullying di lingkungan seperti yang terjadi pada tokoh Olla, pengalaman dan pendekatan kasih sayang dari orang terdekatnya, khususnya keluarga bisa menjadi jalan untuk mengaktualisasikan diri mereka menjadi pribadi yang lebih sehat jiwa dan raganya. Sebagaimana pengarang menggambarkan kejadian tersebut pada cerita di novel Lan Asira Wahda melalui tokoh Olla.

Berdasarkan hasil analisis, menurut peneliti sosok Olla di novel ini telah berhasil memenuhi kebutuhan aktualisasi diri dan kebutuhan sebelumnya. Tokoh Olla telah berhasil melewati masa-masa yang sulit di dalam hidupnya dan menemukan potensi dan minat yang sesuai dengan dirinya. Hal ini disebabkan karena proses yang panjang yang dilewatinya melalui pengalaman hidup dan ajaran ibunya.

3.2. Perubahan karakter Olla ketika mengaktualisasi dirinya.

Berdasarkan analisis yang dilakukan, peneliti menemukan 11 bentuk ciri-ciri aktualisasi diri yang tampak pada tokoh Olla sebagai berikut:

3.2.1 Mampu Mengamati realitas secara mendalam

"الآن بدأت أفهم ... إذن هي مشكلة طبيعية في مرحلتي هذه، عليّ معالجتها لأصل إلى التوازن بين انفعالاتي ومشاعري والعقل والقيم، وإبعاد أهوائي ونفسي تتحكم بسلوكي، عليّ أن أتعمق أكثر في فهم ذاتي، وفهم العلاقات بين الناس والتواصل معهم بشكل صحيح." (hal. 28)

"Sekarang aku mulai mengerti, Jadi itu adalah masalah alami pada tahap ini, aku harus menghadapinya untuk menemukan keseimbangan antara emosi, perasaan, pikiran dan nilai-nilai. Dan untuk menjauhkan nafsu dan diriku dengan mengendalikan perilakuku, aku harus menggali lebih dalam pemahaman diriku, dan untuk memahami hubungan antara manusia dan untuk berkomunikasi dengan mereka dengan benar."

Dialog di atas menunjukkan tokoh utama mampu menganalisis fenomena yang terjadi di kehidupannya. Pada peristiwa ini, tokoh utama, Olla sedang mengamati perilaku teman-temannya dan peristiwa yang terjadi di sekolahnya. Di sekolah, ia selalu cepat marah, dan tidak ingin berinteraksi dengan teman-temannya karena perbuatan bullying yang dilakukan teman-temannya. Ia merasa dirinya tidak harmonis oleh karena itu ia pulang di rumahnya mencari tahu apa yang sedang terjadi pada dirinya seperti pada kutipan bawah ini:

"أغلقت الحاسوب، وألقيت رأسي خلفاً، أتفكر فيما قرأت من أفكار كثيرة، بعضها فسّر لي كثيراً من السلوكيات التي أجدها حولي أو أقوم بها أحياناً." (hal. 25)

Aku mematikan komputer dan melemparkan kepala ke belakang, merenungkan banyak pemikiran yang telah ku baca, beberapa di antaranya menjelaskan kepadaku banyak perilaku yang kutemukan di sekitarku atau yang kadang-kadang aku lakukan...

Rasa ingin tahu yang tinggi yang dimiliki Olla membuat dirinya mampu mencari penyebab yang terjadi di dalam hidupnya. Proses pencarian informasi yang dilakukan di internet menunjukkan bahwa tokoh Olla memiliki sifat mampu menganalisis peristiwa yang terjadi di sekitarnya. Banyak hal yang belum diketahui Olla pada masa remajanya. Ia ingin mencoba mencari tahu dan menjawab permasalahan yang ada di dalam dirinya. Berdasarkan analisis tersebut, tokoh Olla mampu mengamati realitas secara mendalam dengan menganalisis fenomena dan peristiwa yang terjadi di dalam hidupnya.

3.2.2. Penerimaan terhadap diri sendiri dan orang lain

"أُمِّي أَنَا أَسَفَةٌ، لَقَدْ أَخْطَأْتُ مَرَّتَيْنِ. مَرَّةً عِنْدَمَا غَرَّتْ مِنِّي نَادِيَا وَالثَّانِيَّةَ عِنْدَمَا رَفَضْتُ الْاعْتِرَافَ بِهَذَا الْخَطَأِ. تَبَسَّمتْ أُمِّي وَقَالَتْ: وَمَرَّةً ثَلَاثَةً عِنْدَمَا ارْتَفَعَ صَوْتُكَ، وَغَادَرْتُ الْمَكَانَ غَاضِبَةً."
(hal. 210) "صَحِيحٌ يَا أُمِّي... أَخْطَأْتُ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ. أَنَا أَسَفَةٌ."

"Bu, aku minta maaf, aku salah dua kali. Sekali ketika aku cemburu pada Nadia dan yang kedua ketika aku menolak untuk mengakui kesalahan ini.

"Ibuku tersenyum dan berkata: Dan ketiga kalinya ketika suaramu meninggi, dan kamu meninggalkan tempat itu dengan marah.

"Itu benar, Ibu, aku membuat kesalahan tiga kali. Maafkan aku."

Dialog di atas menunjukkan tokoh Olla memiliki sikap menghargai dan menerima pendapat orang lain. Ia sabar menerima saran dan nasihat ibunya. Walaupun di satu saat ia tidak menerima nasihat ibunya, ia tetap introfeksi dirinya sendiri dan ingi membuka dirinya terhadap kritik, saran dan nasihat yang diberikan ibunya. Hal ini dibuktikan ketika tokoh Olla bercerita pada ibunya tentang sikap kecemburuannya terhadap Nadia yang dekat dengan Heba, Olla tidak menerima kalau dirinya dianggap sangat cemburu dengan seseorang. Tetapi, perlahan-lahan ia sadar dan meminta maaf serta membuka dirinya agar ia menerima nasihat dan pesan ibunya demi mengoreksi kekurangan yang ada di dalam dirinya.

3.2.3. Spontanitas, kejujuran dan keterbukaan

"أُمِّي أَشْعُرُ أَنِّي بِحَاجَةٍ أَكْبَرَ لِأَفْهَمِ الْحَيَاةَ، لِأَعْرِفَ كَيْفَ أَتَعَامَلُ فِي كُلِّ مَوْقِفٍ... مَعَ الْآخَرِينَ. أَشْيَاءُ كَثِيرَةٌ أَحْسَنَ أَنِّي عَاجِزَةٌ عَنْ فَهْمِهَا أَوْ مَعْرِفَةِ كَيْفَ يَجِبُ عَلَيَّ أَنْ أَفْكَرَ! شَعُورٌ مَزْجٌ، يَضِيقُ بِهِ صَدْرِي. أُمِّي.... هَلْ يُمْكِنُكَ أَنْ تَعْلِمَنِي كَيْفَ عَلَيَّ أَنْ أَفْكَرَ وَأَنَاقِشُ أَيَّ مَوْقِفٍ أَوْ مَوْضُوعٍ؟"
(hal. 275) "لَقَدْ بَتْنَا نَتَشَاحِثُ أَكْثَرَ مِنَ السَّابِقِ. لَا أَدْرِي!! بِالْفَعْلِ أَشْعُرُ أَنِّي بِحَاجَةٍ لِأَتَعَلَّمَ. كَمَا قُلْتِ يَا أُمِّي."

"Ibu, aku merasa bahwa aku memiliki kebutuhan yang lebih besar untuk memahami kehidupan, untuk mengetahui bagaimana menghadapi setiap situasi... dengan orang lain. Begitu banyak hal yang aku merasa tidak dapat memahami atau tahu bagaimana berpikir! Terasa campur aduk, sesak di dadaku. Bu.... Bisakah dirimu mengajarku bagaimana aku harus berpikir dan mendiskusikan suatu situasi atau topik?"

"Aku frustrasi ketika melihat diriku tidak berperilaku baik, meskipun aku ingat apa yang kamu katakan saat temanku menjadi lebih sensitif terhadap kata-kata atau tindakanku pada mereka.. kami mulai bertengkar lebih dari sebelumnya. aku tidak tahu !! aku benar-benar merasa perlu belajar. Seperti yang aku katakan, Ibu."

Dari kedua dialog tersebut menunjukkan bahwa tokoh Olla memiliki sikap spontanitas, jujur, sederhana, terbuka dan wajar melihat apa yang terjadi pada diri Olla. Dari dialog antara tokoh Olla dengan ibunya tersebut, terlihat Olla bersikap spontan, jujur, berani dan tidak malu untuk menceritakan pada ibunya permasalahan yang dialaminya di sekolah yang jarang dilakukan orang lain ketika mengalami bullying di sekolah.

3.2.4. Fokus pada tujuan dan masalah di luar dirinya.

"قَبِلْتُ رَأْسَ أُمِّي وَيَدَيْهَا، ثُمَّ أَسْرَعْتُ إِلَى غُرْفَتِي، فَتَحْتُ دَفْترِي الَّذِي أَكْتُبُ فِيهِ خَوَاطِرِي وَبَدَأْتُ بِتَسْجِيلِ الْأَفْكَارِ الْهَامَةِ الَّتِي عَلِمْتُ أَنَّهَا أُمِّي حَتَّى لَا أَنْسَاهَا." (hal. 303)

Aku mencium tangan ibu, kembali ke kamarku dan membuka buku harianku untuk mencatat apa yang aku pelajari sehingga aku tidak akan melupakannya. Apa yang aku pelajari hari ini sangat penting, dan aku harus berusaha untuk menerapkannya, dan itu adalah metode yang ibuku ajarkan dan aku merasa itu berguna.

Kutipan di atas menunjukkan bahwa tokoh Olla memiliki tujuan dalam hidupnya. Hal tersebut digambarkan dengan bentuk perjuangan tokoh Olla dalam meraih cita-cita untuk sembuh dari gejala depresi akibat bullying yang dialaminya dan ingin mengubah dirinya dengan baik.

3.2.5. Mandiri

"أَمَّا الْآنَ فَأَرِيدُ أَنْ أَفْهَمَ نَفْسِي لِأَعْرِفَ مَوَاطِنَ الْقُوَّةِ وَالضَّعْفِ، فَأَعْمَلُ عَلَى تَقْوِيَةِ الضَّعِيفِ مِنْهَا، ثُمَّ أَعْرِفُ مَا هِيَ مُمَيَّزَاتِي وَمَا يَصْلُحُ لَهَا مِنْ مَوْهَبَاتِي." (hal. 235)

"Sekarang, aku ingin memahami diriku sendiri sehingga aku tahu kekuatan dan kelemahannya, jadi aku bekerja memperkuat yang lemah, lalu aku tahu apa karakteristiknya dan apa kecocokannya."

Dari kutipan tersebut menggambarkan bahwa tokoh Olla memiliki kemandirian dan pendirian yang kuat dalam hidupnya. Hal ini terlihat di saat ia menerima banyak nasihat dan pelajaran nilai-nilai keagamaan dari ibunya, ia punya tekad untuk memperbaiki dirinya sendiri tanpa bantuan siapapun dan tidak terpengaruh dengan permasalahan pergaulan dengan teman-temannya di sekolah.

3.2.6. Mengapresiasi usaha yang dilakukan.

"دُونَ تَأْخِيرٍ؛ رَتَبْتُ غُرْفَتِي وَسَرِيرِي، وَخَرَجْتُ أَمْشِي مَشْيَهِ أَطْمَئِنَّا وَسُرُورٍ، فِيهَا مِنَ الْهَمَّةِ وَالنَّشَاطِ مَا لَمْ أَعْهَدْ فِي نَفْسِي مِنْ قَبْلُ، ثُمَّ أَخَذْتُ اللَّقِيَّ التَّحِيَّةَ بِابْتِسَامَةٍ لَطِيفَةٍ عَلَى زِمِيلَاتِي اللَّوَاتِي شَعَرْنَ بِنَشَاطِي وَحُبُورِي فَبَادَلْنِي السُّؤَالَ: نَرَاكَ الْيَوْمَ نَشِيطَةً سَعِيدَةً، خَيْرًا إِنْ شَاءَ اللَّهُ؟ يَوْمًا مَبَارَكًا وَمُشْرِقًا يَا عَلَاءُ.. هُنَاكَ اللَّهُ بِابْتِسَامَتِكَ ... عِبَارَاتٌ كَثِيرَةٌ لَمْ أَحْفَظْهَا، لَكِنَّهَا زَادَتْني هِمَّةً وَقُوَّةً." (hal. 308)

"Aku merasakan semangat dan energi besar yang mendorongku untuk pergi ke sekolah tanpa terlambat, aku merapikan kamar dan tempat tidurku, berjalan keluar ke jalanan dengan rasa kepuasan dan kegembiraan, dipenuhi dengan semangat dan aktivitas yang belum pernah aku ketahui sebelumnya, kemudian aku menyapa rekan-rekan saya dengan senyum manis, yang merasakan enerjik dan antusiasme lalu mereka berkata padaku: "Kami melihat Anda hari ini aktif dan bahagia, bagus, insya Allah? hari yang penuh berkah dan cerah, Olla..Tuhan mengucapkan selamat atas senyummu... banyak ungkapan yang tidak kuhafal, tetapi itu memberiku kekuatan dan semangat."

Dari kutipan tersebut, terlihat bahwa tokoh Olla sangat mengapresiasi usahanya dalam memperbaiki diri. Hal tersebut terlihat ketika di rumahnya, ia menjadi bersemangat untuk berangkat ke sekolah dan tidak terlambat lagi seperti sebelumnya. Ia nampak gembira ketika sudah mendapatkan nasihat dan tuntunan dari ibunya. Ia juga Nampak memiliki rasa syukur terhadap apa yang sudah dia jalani seperti pada kutipan bawah ini:

"أُمُورٌ كَثِيرَةٌ تَبَدَّلَتْ، أَشْيَاءٌ عَدِيدَةٌ كُنْتُ أَظُنُّ مِنَ الصَّعْبِ تَغْيِيرُهَا، لَكِنِّي بِفَضْلِ اللَّهِ وَتَوْجِيهَاتِ أُمِّي غَدَتُ وَاقِعًا، عَيْشُهُ وَأَعْلَمُهُ مِنْ خِلَالِ تَجَرُّبَتِي لَغَيْرِي." (hal. 308)

Banyak hal telah berubah, banyak hal yang aku pikir sulit untuk diubah, tetapi berkat bimbingan Tuhan dan ibuku, itu menjadi kenyataan, yang aku jalani dan ketahui melalui pengalamanku tentang orang lain.

Dari kutipan di atas juga menunjukkan bahwa tokoh Olla memiliki rasa syukur yang mendalam pada Tuhan dan Ibunya karena menurutnya berkat bantuan ibunya dan pertolongan Tuhan, ia bisa menjalani tujuan hidupnya untuk menjadi pribadi yang baik dan sehat serta melewati masalah yang ia sedang hadapi. Kebahagiaan dan rasa syukur yang besar terhadap usaha yang sudah dijalani merupakan bentuk apresiasi diri yang dilakukan Olla.

3.2.7. Pengalaman-pengalaman mistik atau puncak

"كنتُ أظنّ يا أمّي أن ما قرأته في الكتب الدينية من أهمية مجاهدة النفس هو للتقرب إلى الله وكسب الحسنات والوصول إلى الجنة فقط، لكنّ حديثك الآن أزال الغشاوة عن كثير من الأمور التي أذكرها الآن تماماً كيف تعاملت فيها من منطق النفس والشعور بها وحدها فقط، دون أي اعتبار لأي شخص آخر غير نفسي! وعرفت الآن أنّ مجاهدة النفس ليست للحصول على الجنة أو التقرب من الله، بل حتى أكون سعيدة في الدنيا، وأعرف كيف أنجح في علاقتي مع ذاتي والآخرين دون أن أخسر آخرتي" (hal. 275)

"Aku dulu berpikir, ibu, bahwa apa yang aku baca di buku-buku agama tentang pentingnya berjuang untuk jiwa adalah untuk mendekatkan diri kepada Tuhan dan mendapatkan perbuatan baik dan mencapai surga saja, tetapi pembicaraan ibu sekarang telah menghilangkan tabir dari banyak hal-hal yang aku sebutkan sekarang, tepatnya bagaimana dirimu menghadapinya dari logika jiwa dan merasakannya saja, tanpa memperhatikan siapa pun selain diriku sendiri! Dan sekarang aku belajar bahwa berjuang untuk jiwa bukanlah untuk mencapai surga atau untuk mendekatkan diri kepada Tuhan, melainkan agar saya bahagia di dunia ini, dan tahu bagaimana berhasil dalam hubungan dengan diriku dan orang lain tanpa kehilangan akhiratku."

Berdasarkan kutipan di atas, terlihat tokoh Olla mengalami pengalaman puncak yaitu ditandai dengan terbebas dari keraguan, ketakutan, dan kebimbangan dalam hidupnya ketika Ibunya memberikan buku-buku agama tentang upaya mendekatkan diri pada Tuhan. Hal tersebut tergambar ketika tokoh Olla sudah memahami buku-buku agama yang dibaca, ia merasakan perasaan paling membahagiakan dalam hidupnya seperti yang terlihat pada kutipan bawah ini:

"لقد أحسستُ بالقوّة الهائلة التي أودعها الله فينا وأعطانا إياها في هذه الآية، لكننا نحن من نحدّ من طاقاتنا وقوّة التغيير لدينا." (hal. 310)

"Aku merasakan kekuatan luar biasa yang Tuhan tempatkan dalam diri kita dan berikan kepada kita dalam ayat ini, tetapi kitalah yang membatasi energi kita dan kekuatan perubahan yang kita miliki."

Dari kutipan di atas dapat dilihat bagaimana pengalaman spiritual itu masuk ke dalam hati dan jiwa tokoh Olla ketika ia mengaktualisasikan dirinya. Ia merasakan nikmat dan energi yang luar biasa ketika ia sudah mengenal bagaimana cara menjadi dirinya sendiri. momen-momen seperti itu yang membuat diri Olla merasa lebih bahagia, jujur dengan diri sendiri, ikhlas dengan ketentuan yang diberikan Tuhan, alami, dan lebih terbuka dengan lingkungan sekitar.

3.2.8. Memiliki Minat sosial

بدأت أمّي حزينة، مطرقة الرأس، لكنّي لم أشأ أن أسألها فور وصولي للبيت. أسرعتُ إلى غرفتي، لم أستطع أن أركّز في دراستي كالعادة، فحرّضتُ أمّي أثر في كثير، لم أعتد عليها إلا وهي باسمّة الثغر مشرقة الوجه.

"أمّي أيدُ أن أسألك. لماذا أنت حزينة؟"

عدلتُ أمّي من جلستها، وتغيّرت ملامح وجهها وقالت:

"هل بدوّث حزينة؟" (hal. 287)

Ibuku tampak sedih, tetapi aku tidak ingin bertanya padanya begitu aku sampai di rumah. Aku bergegas ke kamarku, aku tidak bisa fokus pada belajarku seperti biasa, kesedihan ibuku sangat mempengaruhi, aku hanya terbiasa dengan senyum cerah di wajahnya.

Bu, aku ingin bertanya. kenapa kamu sedih? Ibuku meluruskan duduknya, dan wajahnya berubah, dan berkata: - Apakah ibu terlihat sedih?

Ya, Bu.

Jangan takut, ini bukan ketenangan sebelum badai, gadisku. Senyum indah tergambar di soketnya yang indah, dengan ketenangan dan martabat yang saya cintai. Bu, apakah kamu bersembunyi dariku? Aku adalah putri kesayanganmu.

"مسكينة وفاء يا أمّي.. تتشعر بالوحدة ولا تجد من يجيئها عن تساؤلاتها، وتفقدُ العطف والحنان، وتحسّ بالامتعاظ لدرجة أنها تشعّر بعدم محبّتها لأمّها!" (hal. 110)

Wafa yang malang, ibunya .. dia merasa kesepian dan tidak menemukan siapa pun untuk menjawab pertanyaannya, dan dia tidak memiliki simpati dan kelembutan, dan dia sangat marah sehingga dia merasa tidak dicintai ibunya!

Dari dua dialog antara tokoh Olla dengan ibunya tersebut menunjukkan bahwa tokoh Olla memiliki tingkat kesadaran sosial yang cukup tinggi. Hal itu dibuktikan dalam kedua kutipan dialog tersebut, pertama; ketika tokoh bercerita tentang Wafa, temannya, dia merasa kasihan dan empati padanya sebab Wafa tidak bisa hidup bersama dengan sosok ibu yang perhatian dan kasih sayang seperti ibunya Olla, kedua; ketika Olla pulang ke rumah melihat ibunya sedang bersedih karena ayahnya meninggalkan mereka tanpa sepengetahuan Olla. dari kedua penjelasan tersebut, dapat menunjukan bahwa ketika sedang mengaktualisasikan dirinya, Olla memiliki empati dan kepedulian sosial terhadap orang lain.

3.2.9. Hubungan antar pribadi

"ألو ... أهلا حنان.. كيف حالك؟"
 "اشتقتُ لكِ ... ما أخبارك؟ لم صوتك حزين؟ ماذا حصل؟"
 "لا شيء يا علا"
 "إنني أعرفك جيدًا يا حنان. صوتك حزين. ما الأمر؟" (hal. 52)

"مرحبا ... هل أستطيع التحدث إليك؟"
 "لا على العكس، لقد أسعدتني، تفضلي وتحدثي بما تشائين، يا مها" (hal. 121)

"Haloo.. Oh, Hanan. Apa kabar? Aku kangen.. Kenapa? Kok Suaramu sedih? apa yang telah terjadi?"

"Enggak apa-apa kok, Olla.."

"Aku kenal banget sama kamu, Hanan. Suaramu sedih. Ada masalah apa?"

"Hai, bisakah aku bicara denganmu?"

"Tidak, apa-apa, Maha, Silakan berbicara tentang apa pun yang kamu inginkan."

Berdasarkan dialog antara tokoh utama dengan Maha dan Hanan, terlihat bahwa Olla dapat menjalin hubungan persahabatan yang baik. Hal ini dibuktikan ketika sebelum tokoh Olla mengalami proses aktualisasi diri, ia dikenal sebagai gadis yang tidak ingin berinteraksi dengan siapa pun seperti yang telah dibahas pada pembahasan analisis tokoh utama. Namun, setelah tokoh Olla berhasil mengaktualisasikan dirinya, ia mampu menjalin hubungan persahabatan yang baik dengan teman-temannya. Olla menjadi lebih perhatian dengan teman-temannya di sekolah. Olla juga menjadi lebih berhati-hati dalam memilih hubungan pertemanannya seperti pada kutipan di bawah ini:

"لقد ضربت مثلا راعيا حنان في قبول النصيح، وقلة من رفيقاتنا من يقبلن ذلك، أو يقبلن النقد، ولو كان لإنسان صادقا في هد فله للرقى بنفسه والتمسك بالأخلاق الرفيعة ومعرفة عيوبه لارتقى حتى يقارب الكمال، ويحقق أهدافه." (hal. 60)

"Kamu memberi contoh yang luar biasa, Hanan, dalam menerima nasihat, dan hanya sedikit dari teman wanita kami yang menerimanya, atau menerima kritik, Jika seseorang tulus dalam tujuannya untuk memajukan dirinya dan berpegang pada moral yang tinggi dan pengetahuan tentang kekurangannya, ia akan naik mendekati kesempurnaan, dan mencapai tujuannya."

Dari kutipan di atas, menunjukkan bahwa tokoh Olla lebih berhati-hati dalam menjalankan hubungan pertemanannya di sekolah. Hal tersebut terlihat dari dialog antara Olla dengan Hanan. Tokoh Olla mengatakan bahwa Hanan merupakan salah satu teman yang dapat menghargainya daripada teman-temannya yang lain. Peristiwa ini membuktikan bahwa tokoh Olla dapat menjalin hubungan antar pribadi dengan cara memilih hubungan pertemanan yang sehat.

3.2.10. Fokus pada tujuan dan cita-cita

"أشعر بحاجة شديدة لأعرف نفسي، شخصيتي، مواهبي، كيف أحدد اختصاص الجامعة فيما بعد، ما الذي يناسبني من مهنة أو دراسة؟"
 "معك حق يا بنتي، فأنت قد شارفت على اتخاذ قرار التخصص الجامعي، ولا بد لك أن تعرفي ميولك واتجاهك، وشخصيتك، وما يناسبك، من دراسة جامعية أو تخصص مهني؛ وهذا هو العلم الذي سيساعدك." (hal. 205)

“Aku merasakan kebutuhan yang kuat untuk mengetahui diriku, kepribadianku, bakatku, bagaimana aku menentukan spesialisasi universitas nanti, apa yang cocok untukku dari sebuah profesi atau studi?”

“Kamu benar, putraku, kamu akan memutuskan jurusan universitas, dan kamu harus tahu kecenderungan, sikap, dan kepribadianmu, dan apa yang cocok untuk studi universitas atau jurusan profesional. Ini adalah pengetahuan yang akan membantumu.”

Dialog di atas menunjukkan bentuk perjuangan tokoh Olla dalam mencari jati diri, potensi, minat dan bakatnya demi meraih cita-cita untuk melanjutkan pendidikannya ke jenjang universitas. Segala upaya ia kerahkan dan fokus dalam meraih cita-citanya, selalu berusaha maksimal meskipun dengan segala keterbatasan, tetap semangat, dan tidak menyia nyiakan kesempatan untuk belajar menemukan hal yang dapat mengembangkan bakat dan minatnya dan menjadi pribadi yang terbaik seperti pada kutipan di bawah ini:

"وواجبي الآن أن أطبق ما علمتنيهِ وأغيّر نفسي. أسأل الله العون والهدى." (hal. 312)

“Tugasku sekarang adalah menerapkan apa yang aku pelajari dan mengubah diriku sendiri. aku meminta bantuan dan perlindungan kepada Tuhan.”

Dari kutipan di atas terlihat betapa antusiasme dan usaha yang ingin dilakukan tokoh Olla demi meraih tujuan yang diinginkannya. Hal tersebut membuktikan bahwa tokoh Olla dalam mengaktualisasikan dirinya ia sangat focus mencapai keinginan dan cita-citanya.

3.2.11. Kreativitas

"ولعلني سأسجل هذه الكلمات لأنني بها دفتر الذكريات، وأختم بها مرحلة انتقالي إلى النضج والشباب." (hal. 358)

Mungkin aku akan merekam kata-kata ini untuk menyelesaikan buku catatan kenangan, dan untuk menyimpulkan bersama mereka tahap transisi saya menuju kedewasaan dan masa muda

Kutipan di atas merupakan inovasi yang dilakukan tokoh Olla dalam prosesnya untuk mengaktualisasi diri. Hal ini digambarkan dalam alur cerita ketika ibunya memberikan pelajaran dan nasihat kepada dirinya, ia langsung mencatatnya di buku hariannya supaya senantiasa dipelajari dan diingat bahwa ia pernah mengalami proses yang menyulitkan di masa remajanya. Berdasarkan hal tersebut, peneliti berpendapat bahwa tokoh Olla juga memiliki sisi kreativitas di dalam bidang kepenulisan. Sebab, tidak semua orang bisa menuliskan perasaannya dengan tujuan introspeksi diri.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti, menunjukkan; *pertama*, tokoh Olla berhasil memenuhi semua kebutuhannya untuk mengaktualisasikan dirinya. Kebutuhan rasa aman, cinta dan harga diri lebih dominan. Hal ini disebabkan peran tokoh Ibu yang selalu setia untuk membantu Tokoh Olla dalam proses pemenuhan kebutuhan aktualisasi dirinya. *Kedua*, ditemukan 11 ciri perilaku aktualisasi diri remaja yang terjadi pada tokoh Olla, yaitu: (1) mampu mengamati realitas secara mendalam, (2) menerima diri sendiri dan orang lain, (3) spontanitas, kejujuran dan keterbukaan, (4) fokus pada tujuan dan masalah-masalah di luar diri mereka, (5) mandiri dan mempunyai pendirian, (6) mengapresiasi usaha yang dilakukan, (7) Pengalaman-pengalaman mistik atau puncak, (8) Memiliki minat sosial, (9) hubungan antar pribadi dan orang lain, (10) Fokus pada tujuan dan cita-cita, (11) kreativitas. Berdasarkan kesimpulan yang disampaikan, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan maupun referensi dalam melakukan penelitian lanjutan mengenai psikologi sastra, terutama menggunakan pendekatan psikologi Humanistik, Abraham Maslow dengan teori lima kebutuhan bertingkat. Penelitian ini berfokus pada proses aktualisasi diri remaja yang tergambar dalam novel *Lan Asira Wahdi* karya Ahmad Amal Tho'amah menggunakan pendekatan psikologi sastra Abraham Maslow. Penelitian ini masih memiliki kekurangan sehingga diperlukan peneliti lebih lanjut untuk menganalisis nilai-nilai keagamaan yang terkandung dalam novel *Lan Asira Wahdi* yang tidak banyak disampaikan dalam penelitian ini dengan menggunakan pendekatan yang berbeda sehingga pemahaman makna dan nilai yang terkandung dalam novel ini dapat digali dan diambil manfaatnya secara lebih dalam dan lebih luas.

Bibliografi

حلاوة، باسمه، (٢٠١١) "الور والدين في تكوين الشخصية الاجتماعية عند الأبناء دراسة ميدانية في مدينة دمشق" مجلة جامعة دمشق، ٣ ر. ٢٧.

الرازي، فخر الدين، (١٩٨١) تفسير الفخر الرزي المشتهر بالتفسير الكبير ومفتاح الغيب، ط. ١، ج. ٥ بيروت: دار الفكر. الشؤون، دانيا (٢٠١١) "القلق وعلاقته بالانكئاب عند المراهقين دراسة ميدانية ارتباطية لدى عينة من تلاميذ الصف التاسع من التعليم الأساسي في مدارس مدينة دمشق الرسمية"، مجلة جامعة دمشق، ٣، ٢٧، ص. ٧٦٣.

عنب بلادي، "فرقة المؤسسة إعلامية سورية، دراسة: أكثر من نصف طلاب الثانوية في دمشق يعانون اضطرابات نفسية"، مادة علمية مأخوذة في 12 مايو 2022. <https://www.enabbaladi.net/archives/437275>.

Al-Masymawi, Hasan. (2004) *Kiat Mendidik Anak dengan Cinta*. Yogyakarta: Saujana.

Burhanuddin, Yusak. (1999) *Kesehatan Mental*. Bandung: Pustaka Setia.

El-Qussey, Abdul Aziz. (1986) *Pokok-Pokok Kesehatan Mental dan Jiwa*, Cet. 2. Jakarta: Bulan Bintang.

Schultz, Duane. (2012) *Psikologi Pertumbuhan: Model-model Kepribadian Sehat*. Yogyakarta: Kanisius.

Setiawan, Hendro. (2014) *Manusia Utuh: Sebuah Kajian atas Pemikiran Abraham Maslow*. Yogyakarta: Kanisius.