



Menggali Makna Duka dalam *Cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk”

Exploring the Meaning of Grief in Cerkak "Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk"

Adhwa Gean Utami¹, Murni Widyastuti^{2,3}, Munawar Holil³

Sastra Daerah untuk Sastra Jawa, Fakultas Ilmu Pengetahuan Budaya, Universitas Indonesia

Email: adhwa.gean@ui.ac.id¹, murni.widyastuti@ui.ac.id², kangmumu2016@gmail.com³

Article Info

Article history :

Received : 20-07-2025

Revised : 21-07-2025

Accepted: 23-07-2025

Published : 25-07-2025

Abstract

*This study aims to analyze the psychological dynamics of the main character in the Javanese short story “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk” by Sri Setya Rahayu using a literary-psychology approach through the Five Stages of Grief theory proposed by Elisabeth Kübler-Ross. The study also explores the value of life attitudes embraced by Javanese society in facing grief. The research employs a descriptive qualitative method with content analysis techniques. The findings reveal that the character Yayuk experiences all five stages of grief: denial, anger, bargaining, depression, and acceptance. Each stage is manifested through monologues, narrative passages, and symbolic actions that reflect emotional turmoil. Furthermore, the study finds that the Javanese attitude of *nrima* (sincere acceptance) and the awareness of the philosophical principle *urip mung sadrema nglakoni* (“life is merely something to be lived”) play a significant role in guiding Yayuk toward the stage of acceptance. These findings indicate that the short story not only reflects the psychological experiences of an individual dealing with grief but also highlights how Javanese life philosophy contributes to shaping emotional resilience and sincere acceptance in the face of loss.*

Keywords: *Javanese; five stages of grief; Javanese short story*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dinamika psikologis tokoh utama dalam *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk” karya Sri Setya Rahayu dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra melalui teori *Five Stages of Grief* yang dikemukakan oleh Elisabeth Kübler-Ross. Penelitian ini juga mengkaji nilai sikap hidup yang dianut oleh masyarakat Jawa dalam menghadapi peristiwa duka. Metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan teknik analisis isi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh Yayuk mengalami kelima tahapan berduka, yaitu *denial* (penyangkalan), *anger* (kemarahan), *bargaining* (negosiasi), *depression* (depresi), hingga *acceptance* (penerimaan). Setiap tahap dimanifestasikan melalui monolog, narasi, dan tindakan simbolik yang merefleksikan gejala emosional. Selain itu, penelitian ini menemukan bahwa sikap *nrima* dan kesadaran akan falsafah *urip mung sadrema nglakoni* memiliki peran penting bagi tokoh Yayuk untuk mencapai tahap penerimaan. Temuan ini menunjukkan bahwa *cerkak* tersebut tidak hanya mencerminkan pengalaman psikologis individu dalam menghadapi duka, tetapi juga memperlihatkan bagaimana peran sikap hidup orang Jawa berperan dalam membimbing tokoh Yayuk menuju keikhlasan dalam menghadapi peristiwa duka.

Kata Kunci: Bahasa Jawa; Lima Tahap Berduka; *Cerkak*



PENDAHULUAN

Manusia akan selalu mengalami perubahan dan dinamika selama menjalani kehidupan, seiring dengan perubahan kebutuhan hidup dan juga dengan kondisi lingkungan. Perubahan dapat hadir dalam berbagai bentuk, mulai dari perubahan peran sosial, pekerjaan, tempat tinggal, hingga hubungan pribadi. Tiap perubahan yang terjadi tentu menimbulkan reaksi yang berbeda. Beberapa perubahan dapat memberikan pengaruh positif yang disambut dengan antusias, bahkan dianggap sebagai peluang untuk bertumbuh dan berkembang. Namun tak jarang pula perubahan dirasakan sebagai beban yang menimbulkan tantangan emosional, terlebih perubahan tersebut datang secara tiba-tiba atau di luar kendali individu. Salah satu dampak emosional mendalam atas terjadinya perubahan adalah peristiwa kehilangan.

Menurut Lambert & Lambert (1985: 35), kehilangan merupakan pengalaman yang pernah dialami oleh setiap individu dalam rentang kehidupannya. Corr (2009: 249) menjelaskan bahwa kehilangan dapat berupa kematian atau jenis-jenis pengakhiran lain. Dalam kata lain, kehilangan merupakan peristiwa yang bersifat tak terhindarkan dan tidak selalu identik dengan peristiwa kematian. Kehilangan dapat mencakup keadaan ketika harus berpisah dari seseorang, objek, status, atau hubungan yang memiliki makna personal dan bernilai signifikan.

Meskipun tidak semua bentuk kehilangan berkaitan dengan kematian, Parkers (1972: 39) menekankan bahwa perasaan gelombang rasa cemas yang hebat dan nyeri psikologis yang intens merupakan ciri khas dari proses berduka akibat kematian. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa rasa kehilangan yang paling menyakitkan bagi manusia dan berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap kesejahteraan manusia adalah rasa kehilangan yang diakibatkan oleh kematian. Potter et al. (2016: 709) menyatakan bersamaan dengan kehilangan adalah munculnya perasaan duka dan kesedihan yang dapat terjadi pada individu ataupun keluarga. Dalam konteks ini, peristiwa kehilangan yang diakibatkan oleh kematian dapat menimbulkan rasa duka (*grief*) yang mendalam bagi mereka yang ditinggalkan.

Menurut Overvad & Wagoner (2019: 1), duka merupakan emosi rumit yang melibatkan cara untuk menjaga memori orang yang telah tiada tetap hidup dan pada hal lain untuk menghadapi kenyataan atas kehilangan. Definisi lain mengenai duka adalah respons insting psikologis yang umum terhadap pengalaman kehilangan (Shear, 2012: 120). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa definisi dari duka ialah respons alamiah yang kompleks dan bersifat personal yang muncul sebagai reaksi akibat kehilangan orang yang dicintai, perpisahan, atau perubahan signifikan dalam hidup.

Perasaan duka yang dialami oleh seseorang tidak akan serta-merta dapat hilang atau berkurang dalam waktu dekat. Dalam rentang waktu tersebut, individu yang mengalami kehilangan akan menjalani suatu proses internal untuk memaknai dan menyesuaikan diri terhadap absennya sosok atau hal yang sebelumnya memiliki arti penting dalam hidup mereka. Stroebe et al. (2017: 2-3) mendefinisikan berduka sebagai proses dinamis dan kompleks yang melibatkan upaya individu untuk menerima kenyataan kehilangan dan mulai membangun kembali kehidupan tanpa kehadiran orang yang telah tiada. Sejalan dengan hal tersebut, Wiryasaputra (2003:24) menyatakan bahwa berduka selalu berkaitan secara langsung dengan kehilangan sesuatu atau seseorang yang dianggap berharga atau bernilai.



Umumnya proses berduka tidak bersifat linear, melainkan berlangsung melalui tahapan-tahapan yang bervariasi. Variasi ini bergantung pada karakteristik personal individu yang berduka. Oleh karena itu, setiap perjalanan berduka adalah pengalaman yang berbeda dan sangat dipengaruhi oleh konteks pribadi dan sosial individu yang mengalaminya. Meskipun demikian, Elisabeth Kübler-Ross dan David Kessler di dalam bukunya yang berjudul *On Grief and Grieving: Finding the Meaning of Grief Through the Five Stages of Loss* (2014) merumuskan secara umum terdapat lima tahapan berduka yang kerap dilalui individu dalam menghadapi kedukaan, yaitu *denial* ‘penyangkalan’, *anger* ‘kemarahan’, *bargaining* ‘negosiasi’, *depression* ‘depresi’, dan *acceptance* ‘penerimaan’. Lima tahapan tersebut tidak selalu dialami sepenuhnya oleh setiap individu, namun teori Kübler-Ross tersebut dapat dijadikan pemahaman dasar sebagai acuan untuk memahami dinamika emosional yang terjadi dalam proses berduka.

Peristiwa kehilangan, rasa duka, dan proses berduka yang dialami individu merupakan aspek nyata dari kehidupan manusia yang kerap dimuat dalam karya sastra. Sumardjo dan Saini (1997: 3-4) menyatakan bahwa karya sastra merupakan luapan manusia dalam bentuk bahasa yang menggambarkan pengalaman, emosi, pemikiran pada suatu bentuk yang konkret. Sejalan dengan hal tersebut, Wellek dan Warren (2016: 98) mengemukakan bahwa sastra “menyajikan kehidupan”, dan “kehidupan” sebagian besar terdiri dari kenyataan sosial, walaupun karya sastra juga “meniru” alam dan dunia subjektif manusia. Dalam buku yang sama, Wellek dan Warren (2016: 95) juga menegaskan bahwa:

“Tokoh-tokoh dalam drama dan novel kita nilai ‘kebenaran’-nya secara psikologis. Situasi dan plot tertentu dipuji karena hal ini. Memang kadang-kadang ada teori psikologi tertentu yang dianut pengarang secara sadar atau samar-samar oleh pengarang, dan teori ini cocok untuk menjelaskan tokoh dan situasi cerita.”

Hal ini didukung oleh pemaparan Endraswara (2008: 86) bahwa sastra merupakan hasil ungkapan kejiwaan seorang pengarang, yang berarti di dalamnya suasana kejiwaan sang pengarang, baik suasana pikir maupun suasana rasa (emosi). Dengan demikian karya sastra dapat dikatakan tidak hanya sekadar medium estetis, tetapi juga sebagai representasi pengalaman emosional dan psikologis yang universal manusia dalam realitas kehidupan.

Karya sastra terbagi menjadi tiga, yakni puisi, prosa, dan drama (Suarta & Dwipayana, 2014: 159). Dalam karya sastra, pengalaman duka acapkali digambarkan sebagai cerminan kompleksitas emosi manusia dalam menghadapi kehilangan. *Cerita cekak* merupakan salah satu karya sastra Jawa yang efektif menjadi medium dalam merepresentasikan kompleksitas emosi manusia. Hal ini dikarenakan *cerita cekak* atau cerita pendek didefinisikan sebagai karya sastra berbentuk prosa dan ceritanya hanya terfokus pada satu tokoh dan satu situasi (Limbong, 2016:15). Dengan demikian, melalui karakteristik cerita pendek yang singkat, padat, dan langsung pada tujuannya memungkinkan penyampaian emosi secara intens kepada para pembaca.

“Dheweke wis Ninggalke Kowe Yayuk” merupakan salah satu *cerkak* yang menyuguhkan perjalanan emosional perihal kehilangan mendalam. “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk” yang berarti ‘Dirinya Telah Meninggalkanmu Yayuk’ merupakan karya cipta Sri Setya Rahayu yang ditulis pada tahun 1977. Sri Setya Rahayu sendiri merupakan seorang sastrawan Jawa perempuan yang telah aktif menulis sejak tahun 1969. *Cerkak* tersebut pernah diterbitkan sebanyak dua kali, terbitan pertama dimuat dalam Majalah *Panjebar Semangat* No. 11 tahun 1978 dan terbitan kedua



dimuat dalam buku antologi *cerkak* berjudul *Rembulane Wis Ndhadhari* (2012). Penelitian ini mengambil data melalui buku antologi *cerkak Rembulane Wis Ndhadhari*. Dalam buku tersebut, “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk” berjumlah 5 halaman dan ditulis menggunakan bahasa Jawa *ngoko*.

Melalui sudut pandang psikologi sastra, perjalanan emosi tokoh utama dalam *cerkak* “Dheweke wis Ninggalke Kowe Yayuk” dapat dianalisis menggunakan teori *Five Stages of Grief* yang dikemukakan oleh Elisabeth Kübler-Ross. Karya tersebut tidak semata-mata menyajikan narasi mengenai kehilangan, namun juga mengeksplorasi proses duka yang dialami oleh tokoh utamanya secara bertahap. *Cerkak* ini mampu berfungsi sebagai sebuah karya sastra yang menggambarkan proses individu dalam memulihkan perasaan duka. Karya sastra tersebut juga menonjolkan nilai-nilai budaya Jawa dalam merefleksikan bagaimana masyarakat Jawa menyikapi peristiwa kehilangan.

Sejauh penelusuran yang telah dilakukan, belum ada penelitian yang menggunakan *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk” sebagai korpus utama penelitian. Namun, *cerkak* ini telah digunakan sebagai salah satu data dalam penelitian berjudul “Gaya Bahasa dalam Kumpulan Cerkak Rembulane Wis Ndhadhari Karya Sri Setya Rahayu” oleh Lilisnawati (2016). Selain itu, terdapat sejumlah penelitian terdahulu yang telah membahas mengenai proses berduka berdasarkan teori *Five Stages of Grief* yang dikemukakan oleh Kübler-Ross. Penelitian pertama dilakukan oleh Ahmad Ikhsanul Arif (2024) berjudul “Patah Hati dalam Kumpulan Cerpen *Pacar Seorang Seniman* Karya W.S. Rendra: Analisis Psikologi Sastra” yang memanfaatkan teori Kübler-Ross dengan pendekatan psikoanalisis Sigmund Freud untuk menelaah manifestasi kesedihan akibat patah hati tiap karakter tokoh cerita pendek. Selanjutnya, penelitian berjudul “Analisis Emosi Kesedihan Tokoh Jim dalam Novel Harga Sebuah Percaya Karya Tere Liye: Kajian Teori Kübler-Ross” ditulis oleh Yuanti (2023) mengidentifikasi emosi kesedihan tokoh utama akibat kehilangan kekasih yang dicintai. Penelitian lain yang menggunakan teori Kübler-Ross didapati dalam artikel yang ditulis oleh Intan (2021) yang berjudul “Isu Kedukaan dalam Metropop Critical Eleven Karya Ika Natassa” mengkaji tahapan berduka terhadap tokoh utama setelah kehilangan anak.

Kebaruan yang ditawarkan oleh penelitian ini berupa pemanfaatan korpus data yang belum pernah dijadikan objek kajian utama dengan fokus penelitian menggunakan teori *Five Stages of Grief* sebelumnya. Penelitian yang telah dilakukan oleh Lilisnawati (2016) membahas *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk” secara kebahasaan. Sementara, penelitian yang telah dilakukan oleh Arif (2024), Yuanti (2023), dan Intan (2021) memiliki perbedaan bentuk kehilangan yang dialami. Ketiga penelitian tersebut mengkaji bentuk kehilangan kekasih dan anggota keluarga, sementara penelitian ini menyoroti bentuk kehilangan seorang sahabat. Selain itu, belum ditemukan penelitian yang mengkaji *Five Stages of Grief* dalam kesusastraan Jawa. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian psikologi sastra, khususnya dalam ranah kesusastraan Jawa, melalui analisis proses berduka menggunakan kerangka teori *Five Stages of Grief* yang dikemukakan oleh Elisabeth Kübler-Ross. Lebih lanjut, penelitian ini juga mengeksplorasi peran kearifan lokal yang dalam menghadapi rasa kehilangan dalam konteks kebudayaan Jawa.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, dengan munculnya permasalahan emosional yang dimuat dalam *cerkak* “Dheweke wis Ninggalke Kowe Yayuk” dan



peran sikap hidup masyarakat Jawa dalam menghadapi peristiwa duka, penelitian ini berupaya mengkaji secara mendalam dan sistematis persoalan yang dimuat dalam *cerkak* tersebut. Guna membatasi ruang lingkup kajian dan mengorientasikan analisis secara terfokus, diperlukan rumusan masalah penelitian yang hendak dikaji. Dengan demikian, rumusan masalah penelitian ini dapat dikemukakan melalui bentuk pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana tokoh utama, yaitu Yayuk, dalam *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk” memproses pengalaman duka yang dialaminya berdasarkan teori *Five Stages of Grief* yang dikemukakan oleh Kübler-Ross?
2. Bagaimana peran sikap hidup orang Jawa dalam menghadapi kehilangan pada *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk”?

Melalui pertanyaan penelitian di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan secara mendalam bagaimana tokoh Yayuk memproses pengalaman duka yang ia alami dengan memanfaatkan kerangka teori *Five Stages of Grief* oleh Kübler-Ross (2014). Kajian ini tidak hanya menelusuri tahapan psikologis yang dialami Yayuk, tetapi juga untuk mengidentifikasi dinamika emosional yang melandasi respons Yayuk terhadap kehilangan beruntun yang ia alami. Lebih jauh, penelitian ini bertujuan untuk membuktikan bahwa karya sastra tidak lepas sebagai medium kultural yang menjembatani perilaku masyarakat Jawa melalui peran sikap hidup yang dianut oleh masyarakat Jawa dalam menghadapi peristiwa duka.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Metode deskriptif adalah metode yang meneliti masyarakat, peristiwa, objek, sistem pemikiran, atau suatu kondisi (Nazir, 1988:63). Sementara itu, penelitian kualitatif bertujuan untuk mengeksplorasi dan memahami makna perilaku individu maupun kelompok yang menggambarkan masalah sosial (Creswell, 2007:37). Kedua metode ini digunakan untuk mendapatkan pemahaman dan interpretasi yang mendalam terhadap makna suatu interaksi perilaku manusia dalam situasi tertentu.

Dalam penelitian kualitatif, Sangidu (2004:73) menyatakan terdapat tiga tahapan dalam proses menganalisis data. Ketiga hal tersebut yaitu: reduksi data, sajian data, verifikasi dan kesimpulan. Dengan demikian, langkah yang dilakukan dalam proses penelitian ini ialah membaca objek penelitian, yaitu *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk”. Langkah berikutnya dilakukan pengumpulan data dengan mencatat kutipan dialog maupun narasi dalam *cerkak*. Proses selanjutnya melakukan inventarisasi dan klasifikasi kutipan dialog maupun narasi dengan mengambil beberapa bagian cerita sebagai sampel yang dianggap mewakili nilai yang hendak diteliti. Proses terakhir adalah mengolah data yang telah didapat menjadi sebuah penelitian yang runtut.

Data berupa kutipan maupun dialog berbahasa Jawa yang diperoleh akan diterjemahkan menggunakan metode penerjemahan bebas. Metode penerjemahan bebas (*free translation*) merupakan penerjemahan yang lebih mengutamakan isi daripada bentuk teks sumber (Newmark, 1998 dan Machali, 2009 dalam Hartono, 2014: 23). Penggunaan metode ini ditujukan agar isi atau pesan dari teks sumber dapat lebih jelas diterima oleh pembaca dalam bahasa sasaran, sehingga hasil terjemahan dapat lebih mudah dipahami. Dalam proses penerjemahan ini, *Baoesastra Jawa*



(1939) Poerwadarminta dan *Javanese-English Dictionary* (2002) Stuart Robson dan Singgih Wibisono digunakan sebagai acuan dalam menerjemahkan kosakata bahasa Jawa.

Berlandaskan fokus penelitian yang hendak dilakukan, kajian psikologi sastra digunakan untuk menganalisis proses berduka oleh tokoh utama dalam *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk”. Penelitian psikologi sastra memiliki peranan dalam memahami karya sastra melalui aspek perwatakan dan masalah-masalah perwatakan yang dikembangkan untuk menganalisis masalah-masalah psikologis dalam karya sastra (Endraswara, 2008:12). Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa psikologi sastra merupakan kajian multidisiplin. Dalam penelitian ini, aspek psikologi dapat dilihat dari penggunaan teori *Five Stages of Grief* yang dikemukakan oleh Kübler-Ross, sementara aspek sastra dapat ditinjau dari penggunaan karya sastra, yaitu *cerkak* yang pengkajian struktur cerita dengan fokus pada tokoh utamanya.

Wellek dan Warren (2016: 81) mengidentifikasi empat tipe dalam kajian psikologi sastra. Tipe pertama menelaah pandangan atau pengalaman pribadi pengarang yang tercermin dalam karyanya. Kedua, analisis terhadap karya sastra sebagai proses kreatif pengarang. Ketiga, penerapan hukum-hukum psikologi yang dileburkan dalam teks sastra. Keempat, kajian mengenai pengaruh yang ditimbulkan oleh karya sastra terhadap kondisi psikologis pembaca. Penelitian ini menggunakan tipe psikologi sastra yang ketiga, yakni penerapan hukum-hukum psikologi yang dileburkan dalam karya. Tipe psikologi sastra ketiga akan diterapkan dalam penelitian ini dengan mempertimbangkan kemungkinan penulis *cerkak* memahami tahapan dalam berduka pada tahun 1977—ketika *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk” diciptakan—sangat kecil, sehingga pengarang mungkin secara tidak sengaja meleburkan hukum-hukum psikologi dalam karya sastra.

Teori *Five Stages of Grief* yang dikemukakan oleh Elisabeth Kübler-Ross akan digunakan sebagai landasan utama dalam menganalisis objek yang hendak diteliti. Adapun teori tersebut meliputi 5 tahapan dalam berduka, yaitu: (1) *Denial* ‘Penyangkalan’ merupakan tahap paling awal ketika individu menunjukkan ketidakmampuan untuk menerima realita yang terjadi. (2) *Anger* ‘Kemarahan’ yang muncul ketika individu sudah mulai menerima realitas, tetapi pada tahap ini individu cenderung merasa frustrasi, marah, atau mencari pihak yang dianggap bertanggung jawab atas peristiwa yang ia alami. (3) *Bargaining* ‘Negosiasi’ merupakan tahap yang dimarkahi dengan upaya individu untuk berkompromi, baik dengan dirinya sendiri atau dengan kekuatan yang lebih tinggi. (4) *Depression* ‘Depresi’ tahap ketika individu merasakan kesedihan yang mendalam yang dapat menimbulkan reaksi individu mengurung diri, rasa hampa, ketidak berdayaan, bahkan hingga kehilangan motivasi untuk beraktivitas. (5) *Acceptance* ‘Penerimaan’ ialah tahap terakhir ketika individu sudah mulai dapat menerima kenyataan bahwa ia harus melanjutkan kehidupannya tanpa orang yang telah tiada.

Kübler-Ross dalam teorinya menegaskan bahwa kelima tahapan tersebut dapat berubah urutannya tergantung kondisi psikis individu yang mengalami kehilangan. Hal ini juga ditemukan dalam data yang diperoleh melalui narasi dan dialog *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk”. Namun, dalam konteks penelitian ini *Five Stages of Grief* akan dibahas secara runut berdasarkan kerangka dasar Kübler-Ross mulai dari tahapan *denial* ‘penyangkalan’ hingga *acceptance* ‘penerimaan’. Pemilihan pendekatan ini guna memudahkan pemahaman konseptual dan menyajikan analisis yang lebih terstruktur dari kerangka teori yang digunakan, terutama dalam mengidentifikasi dinamika emosional tokoh utama dalam *cerkak* secara bertahap.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Sinopsis *Cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk”

“Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk” mengangkat kisah seorang tokoh utama bernama Yayuk. Berlatar di sebuah desa dengan keseharian monoton, Yayuk memiliki seorang sahabat yang telah ia anggap bagaikan *mitra sinarawedi*—teman yang sudah dianggap bagai keluarga sendiri. Sahabat yang Yayuk kasihi tersebut ibarat figur *mbakyu* ‘kakak perempuan’ yang baik bagi Yayuk. Bahkan, perkembangan diri seorang Yayuk tidak lepas dari jasa-jasa sahabatnya yang senantiasa tulus, sabar, dan tidak pernah sakit hati dalam membimbingnya.

Yayuk dan sahabatnya saling mengisi kehidupan satu sama lain. Di dalam kamar sempit milik Yayuk, mereka kerap berbagi suka dan duka. Aktivitas sehari-hari pun terasa istimewa berkat ketulusan persahabatan ini, seperti ketika Yayuk menekuni kertas-kertas berisi tulisannya sementara sahabatnya melantunkan senandung lembut. Suatu waktu, sahabatnya bercerita mengenai asal-usul garam dan sate, ceritanya begitu memikat sampai-sampai kamar Yayuk dikepung oleh anak-anak desa yang datang untuk mendengarkannya.

Yayuk juga sering membacakan sajak-sajak yang ia tulis di dekat sahabatnya, menjadikan momen ini sebagai bentuk keintiman emosional di antara mereka. Sesekali mereka menyusuri pematang sawah di luar desa, melihat matahari terbenam untuk sekadar menghilangkan rasa jenuh akan keseharian yang menjemukan di desa. Momen demi momen tersebut terpatri dalam memori Yayuk, ia selalu mengingatkannya sebagai masa-masa yang indah.

Jalinan persahabatan tersebut tentu tidak lepas dari cobaan yang menyebabkan munculnya dinamika dan konflik emosional. Yayuk, yang telah terbiasa menjalani hari-hari bersama sahabatnya harus menghadapi peristiwa kehilangan beruntun yang mengguncang kehidupannya. Perpisahan pertama terjadi ketika sahabatnya berpindah tempat tinggal. Keadaan ini membuat Yayuk seakan kehilangan sebagian dari kesenangannya. Namun, apakah arti perpisahan raga ini dibandingkan persahabatan yang telah mereka bangun sedemikian kokohnya? Yayuk masih dapat berhubungan baik dengan sahabatnya tersebut meskipun sudah tidak tinggal bersama lagi. Rasa sedih akibat perpisahan ini masih dapat diatasi Yayuk, karena Yayuk sese kali dapat mengunjungi rumah sahabatnya.

Namun, badai besar melanda jalinan persahabatan Yayuk. Rasa kehilangan yang Yayuk rasakan ternyata tak terhenti sampai di situ. Tak lama setelah perpisahan secara raga tersebut, Yayuk kemudian dihadapkan oleh realita pahit. Ia dipaksa oleh keadaan untuk menerima kenyataan atas wafatnya sahabat yang sangat ia kasihi.

Five Stages of Grief dalam *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk”

Seperti yang telah dipaparkan sebelumnya, Elisabeth Kübler-Ross menyatakan terdapat lima tahapan dalam berduka, yaitu *denial* ‘penyangkalan’, *anger* ‘kemarahan’, *bargaining* ‘negosiasi’, *depression* ‘depresi’, dan *acceptance* ‘penerimaan’. Pada bagian pembahasan, proses berduka yang dialami oleh Yayuk akan dianalisis menggunakan teori lima tahapan berduka tersebut.

***Denial* ‘Penyangkalan’**

Tahap pertama dalam *Five Stages of Grief* yang umumnya muncul ketika individu mengalami peristiwa duka adalah *denial* atau penyangkalan. Menurut Gani (2022: 2), penyangkalan



sesungguhnya adalah bentuk pertahanan diri untuk meredam emosi negatif sembari pikiran perlahan mencerna apa yang sedang terjadi. Reaksi yang umumnya muncul dalam tahap ini adalah penolakan terhadap fakta akan peristiwa yang terjadi, ketidakpercayaan, bahkan menganggap situasi yang dialami hanyalah mimpi buruk yang akan segera berlalu.

Dalam *cerkak* “Dhewke Wis Ninggalke Kowe Yayuk”, reaksi *denial* ditunjukkan oleh tokoh Yayuk dapat dilihat dalam kutipan berikut:

- (1) *Mesthine atimu kejut yen krungu pawarta sedih iki. Mesthine kowe bakal mencereng mandeng ora percaya. Nanging kowe kudu percaya lan ora nganggep iki mung sawijining impen bae. Dheweke wis ninggalke kowe selawase. Dheweke wis lunga adoh, adoh banget, lan ora bakal bali maneh.*” (Rahayu, 2012: 39)

‘Pasti hatimu terkejut jika mendengar kabar duka ini. Pasti engkau akan terbelalak memandang (dengan) tidak percaya. Tapi kamu harus percaya dan tidak menganggap ini hanya sebuah mimpi belaka. Ia sudah meninggalkanmu selamanya. Ia sudah pergi jauh, jauh sekali, dan tidak akan kembali lagi.’

Kutipan narasi tersebut dapat menjadi indikator awal dalam reaksi penolakan tokoh Yayuk terhadap kabar duka yang ia terima. Pengarang *cerkak* memprediksi reaksi emosional tokoh Yayuk ketika pertama kali mendengar kabar duka mengenai wafatnya sahabat yang sudah ia anggap sebagai saudara sendiri. Pada kalimat “*Mesthine atimu kejut yen krungu pawarta sedih iki*” yang menjadi kalimat pembuka dari *cerkak* tersebut menjadi sebuah narasi praduga pengarang bagaimana keterkejutan Yayuk ketika mendengar berita sedih yang hendak disampaikan. Kalimat “*Mesthine kowe bakal mencereng mandeng ora percaya*” merupakan bentuk lanjutan dari narasi praduga penulis yang menggambarkan secara detail ekspresi wajah Yayuk ketika berita duka ini sampai di telinganya. Matanya yang “terbelalak” adalah simbol visual ketidaksesuaian antara apa yang ia harapkan dan kenyataan yang hendak disampaikan. Penulis bahkan menggunakan frasa “*ora percaya*” sebagai bentuk eksplisit penolakan Yayuk akan kenyataan yang ia hadapi. Selanjutnya, tahap *denial* dipertegas oleh kutipan berikut:

- (2) “*Pawarta iki kayadene anane bledheg ing mangsa katiga.*” (Rahayu, 2012: 43)

‘Kabar ini layaknya petir yang muncul ketika musim kemarau.’

Kutipan di atas merupakan monolog yang disampaikan oleh Yayuk dalam bentuk perumpamaan bahwa berita duka yang ia terima layaknya petir yang muncul ketika musim kemarau. Perumpamaan tersebut menggambarkan ketidaksiapan dan ketidakwajaran dalam persepsi Yayuk terhadap berita duka akan kepergian sahabatnya untuk selamanya. Petir pada saat musim kemarau mengisyaratkan sesuatu yang datang tiba-tiba, mengejutkan, dan tidak sesuai dengan ekspektasi alamiah. Kutipan ini menjadi gambaran bahwa Yayuk tidak pernah membayangkan akan kehilangan sahabatnya dalam waktu yang demikian tidak terduga.

Ketiga kutipan ini secara konsisten menunjukkan tahap pertama dari *Five Stages of Grief*, yaitu *denial* ‘penyangkalan’ yang dialami oleh tokoh Yayuk. Dalam tahap ini, narasi yang menggambarkan penolakan Yayuk merupakan mekanisme psikologis awal yang lazim terjadi saat



individu menghadapi kehilangan besar. Reaksi emosional ini muncul sebagai bentuk pertahanan diri guna menjaga kestabilan emosi dengan menolak realitas yang terlalu menyakitkan untuk diterima secara langsung.

Anger ‘Kemarahan’

Setelah melewati tahap *denial* ‘penyangkalan’, pada umumnya individu akan beralih pada tahap *anger* ‘kemarahan’. Pada tahap ini individu akan merasa sangat marah, tidak terima, dan benci akan keadaan yang ia alami saat berduka. Kübler-Ross menegaskan bahwa kemarahan yang dirasakan oleh seseorang tidak harus logis dan valid, karena emosi yang meluap-luap dapat datang begitu saja secara alamiah. Sejalan dengan hal tersebut, Gani (2022: 3) menyatakan bahwa sesungguhnya kemarahan ini adalah bentuk emosi sedih, bingung, kesal yang bercampur aduk sehingga akhirnya muncullah reaksi marah untuk meluapkan emosi. Pada *cerkak* ini, kemarahan Yayuk digambarkan melalui kutipan berikut:

- (3) “*Yayuk, aku eling tangismu kang koktahan nalika dheweke pindhah. Kowe mlayu menyang njedhing, lan dheweke kebat mangkat*” (Rahayu, 2012: 41)

‘Yayuk, aku ingat tangismu yang kau tahan ketika ia berpindah rumah. Kau berlari ke kamar mandi dan ia buru-buru pergi’

Narasi tersebut muncul ketika Yayuk merasa kehilangan untuk pertama kalinya, ketika sahabatnya harus berpindah tempat tinggal, meninggalkannya sendiri terjebak dengan kehidupan yang menjemukan di desa. Amarah yang berkecamuk di dalam diri Yayuk diekspresikan tidak melalui kata-kata yang penuh emosi, ia meluapkannya secara simbolik. Hal ini dibuktikan dalam tindakan impulsif yang ia lakukan dengan berlari ke kamar mandi, menghindari momen perpisahan. Tindakan ini menunjukkan bentuk ekspresi kemarahan yang terinternalisasi dan disalurkan dengan perilaku menarik diri. Alih-alih mengantarkan kepergian sahabatnya, Yayuk memilih untuk berlari menjauh karena perasaannya yang tidak keruan. Hal yang Yayuk lakukan dapat ditafsirkan sebagai bentuk protes terhadap perubahan yang memisahkan mereka.

Secara kultural, tindakan Yayuk juga mencerminkan karakteristik ekspresi emosi masyarakat Jawa yang cenderung ‘menyembunyikan’ emosi negatif, seperti kemarahan, secara terbuka. Lestari (2024: 134) menyatakan bahwa konotasi “diam sebagai ekspresi marah” sangat melekat kuat pada masyarakat Jawa karena hal tersebut dianggap sebagai bentuk dari cara menjaga keharmonisan masyarakat Jawa dalam berinteraksi dengan yang lainnya. Apa yang Yayuk lakukan menunjukkan bagaimana ekspresi emosi dalam budaya Jawa bersifat implisit, kontemplatif, dan sering kali menggunakan gestur sebagai representasi emosi batin. Dengan demikian, tahap *anger* yang muncul dalam *cerkak* ini bukanlah bentuk ledakan emosional, tetapi memperlihatkan bagaimana kemarahan dapat menjadi sangat halus dan tersembunyi. Ekspresi kemarahan Yayuk merupakan perwujudan yang khas dalam bingkai kebudayaan Jawa.

Bargaining ‘Negosiasi’

Tahap selanjutnya ialah *bargaining* ‘negosiasi’. Menurut Gani (2022: 3), proses menawar ini dapat juga dikatakan sebagai penawaran yang diinginkan atas keadaan menyakitkan yang telah terjadi, dan juga sebagai upaya yang dilakukan oleh individu untuk mempertahankan harapan yang masih ada dalam dirinya, walaupun harapan tersebut sejujurnya akan berbalik menjadi kenyataan yang harus ia terima. Dalam tahapan ini, individu mulai berandai-andai dan berupaya untuk



mengubah atau mencegah peristiwa kehilangan. Individu cenderung akan melakukan apa saja untuk meredakan rasa sakit ketika kehilangan seseorang. Tahap ini juga sering kali disertai dengan rasa menyesal dan bersalah oleh individu. Dalam *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk”, tahap *bargaining* ditandai oleh kutipan narasi berikut:

- (4) “*Apa ta sabenere kang wis koptindakake karo dheweke sasuwene iki? Pasrawungan kang linambaran paseduluran murni, apa mung merga sapanandhang bae? Utawa uga karo-karone?*” (Rahayu, 2012: 39)

‘Sebenarnya apa yang sudah kau lakukan dengan dirinya selama ini? Pertemanan yang didasari (oleh) persaudaraan murni, atau hanya karena formalitas belaka? Atau juga keduanya?’

Pertanyaan reflektif yang muncul di dalam *cerkak* ini menunjukkan bahwa tokoh Yayuk sedang mengalami konflik batin dengan cara melakukan peninjauan ulang terhadap relasi dengan sahabatnya. Dalam konteks ini, Yayuk tidak bernegosiasi dengan Tuhan atau pihak lain secara eksplisit, tetapi ia melakukan negosiasi dengan dirinya sendiri yang penuh keraguan dan penyesalan. Melalui negosiasi tersebut, Yayuk tampak mencoba merekonstruksi hubungan persahabatannya, seolah-olah bahwa jika ia dapat lebih memahami, memperbaiki, bahkan memutarbalikan waktu, kehilangan yang ia rasakan setidaknya dapat diminimalisir secara emosional. Tahap *bargaining* juga muncul dalam kutipan lanjutan di bawah:

- (5) “*Dheweke nate kandha yen kanyatan iku luwih wigati tinimbang pengucap, apa kowe nate migatekake kandhane iku mau?*” (Rahayu, 2012: 40)

‘Ia pernah berkata jika kenyataan itu lebih penting daripada perkataan, apa kau pernah mendengarkan dengan saksama perkataannya?’

Dalam kutipan narasi tersebut merefleksikan bagaimana Yayuk sedang meninjau kembali petuah dari sahabatnya yang seolah-olah kini memiliki bobot makna berbeda setelah peristiwa duka yang terjadi. Selain menjadi perwujudan negosiasi batin, pertanyaan tersebut juga mencerminkan perasaan bersalah Yayuk yang merasa kurang memahami atau menghargai sahabatnya semasa hidupnya. Kutipan ini merupakan pemikiran “seandainya” yang muncul di tengah ketidakberdayaan terhadap kenyataan.

Muara dari kedua pertanyaan retorik yang muncul dalam *cerkak* ini, meskipun refleksinya tidak berasal langsung dari Yayuk, bentuk dan isi pertanyaan-pertanyaan tersebut tetap menunjukkan proses negosiasi emosional yang lumrah ketika dalam tahap *bargaining*. Dalam hal ini, narator berperan sebagai parangkat yang mengekspresikan suara batin Yayuk yang mempertanyakan kembali relasi antara ia dan sahabatnya, menafsir ulang makna dari persahabatan yang telah mereka bangun, dan menimbang ulang apakah ia telah gagal menjadi sahabat yang baik karena tidak memahami petuah-petuah penting yang pernah disampaikan oleh sahabatnya.

Depression ‘Depresi’

Tahap keempat dari *Five Stages of Grief* ialah tahap *depression* ‘depresi’. Pada tahap ini individu mulai menyadari sepenuhnya realitas kehilangan dan dampak emosionalnya. *Depression* dimarkahi dengan perasaan duka mendalam, rasa sedih yang intens, bahkan kehilangan makna



hidup dalam jangka waktu tertentu. Tahap *depression* dalam *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk” ditunjukkan oleh kutipan berikut:

- (6) *“Aku pancen nangis, nangis temenan. Durung nate aku krasa sedhik kaya saiki. Pawarta iki kayadene anane bledheg ing mangsa katiga. Aku kelangan sedulur sinarawedi. Oh... geneya ora kasembadan panyunwuku lan panyuwune, tansah rukun lan memitran nganti kaki-nini, najan ta ngendi bae panggone.”* (Rahayu, 2012: 43)

‘Aku memang menangis, menangis tersedu-sedu. Tidak pernah aku merasa sedih seperti ini. Kabar ini layaknya petir yang muncul ketika musim kemarau. Aku kehilangan teman yang sudah kuanggap sebagai saudara. Oh,... mengapa tidak terwujud keinginanku dan keinginannya, senantiasa rukun dan berteman hingga tua, walaupun berada di mana saja’

Kutipan di atas menyatakan intensitas emosi yang sebelumnya belum dirasakan oleh Yayuk pada tiga tahap sebelumnya. Kalimat *“Durung nate aku krasa sedhik kaya saiki”* menitikberatkan bagaimana perasaan Yayuk yang amat terpukul atas luka emosional yang ditimbulkan oleh berita duka yang ia terima. Kalimat tersebut juga menyoroti kedalaman perasaan duka yang belum pernah Yayuk alami sebelumnya. Monolog Yayuk pada kutipan di atas juga menegaskan bahwa ia bukan sekadar kehilangan sahabat, tetapi ia kehilangan seseorang yang sudah ia anggap *sedulur sinarawedi*. Hal ini menyebabkan Yayuk semakin terpuruk, karena hubungan yang ia jalin sudah melampaui batas persahabatan biasa, melainkan ia memiliki keterikatan emosional bagaikan keluarga.

Lebih lanjut, dalam kalimat *“Oh... geneya ora kasembadan panyunwuku lan panyuwune, tansah rukun lan memitran nganti kaki-nini, najan ta ngendi bae panggone”* menunjukkan emosi kesedihan Yayuk ketika ia menyadari harapan untuk bersahabat hingga hari senja menghampiri tidak akan terwujud. Dalam kalimat ini, tokoh Yayuk seolah-olah diselubungi rasa sedih sekaligus putus asa yang mempertegas bahwa ia berada dalam situasi duka yang tidak lagi mencari solusi, namun larut dalam kesedihan sebagai bentuk emosional yang menyakitkan.

Acceptance ‘Penerimaan’

Acceptance ‘penerimaan’ adalah tahap terakhir dalam *Five Stages of Grief*. Tahap penerimaan dapat diibaratkan sebagai resolusi dari keadaan duka yang dialami. Dalam tahap ini individu telah mencapai pemahaman dan kesiapan untuk menerima kehilangan yang dialami, serta menyesuaikan diri dengan keadaan baru dengan tingkat emosional yang lebih stabil. *Acceptance* yang ditemukan dalam *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk” dicerminkan dalam kutipan berikut:

- (7) *“Iki dudu impen, iki kanyatan. Sugeng tindak, mitraku! Tentrema ing ngarsa-Ne. Wis kokliwati dalane urip kang maneka warna, wis kok rasake pait getiring panguripan. Wis kliwat saka uripmu, dina-dina kang kebak rubeda, kebak drengki pasulayan, lan uga kamulyan. Sugeng tindak, sugeng tindak...”* (Rahayu, 2012: 43)

‘Ini bukan mimpi, ini kenyataan. Selamat jalan, kawanku! Tenanglah di hadapan-Nya. Sudah kau lewati jalan hidup yang beraneka warna, sudah kau rasakan pahitnya kehidupan. Sudah kau lewati hidup yang penuh rintangan, penuh pertengkaran, dan juga kemuliaan. Selamat jalan, selamat jalan...’



Kutipan di atas merupakan monolog yang disampaikan oleh Yayuk. Kalimat “*Iki dudu impen, iki kanyatan.*” menyiratkan ketegasan dari diri seorang Yayuk bahwa apa yang ia alami bukan sebuah mimpi belaka, melainkan sebuah kenyataan yang mau tidak mau harus ia terima dan jalani. Yayuk tidak lagi mengekspresikan penyangkalan, kemarahan, tawar-menawar, atau bersedih yang berlebihan atas peristiwa duka yang ia alami. Kalimat ini menjadi pembuka jalan Yayuk menuju penerimaan sepenuhnya atas apa yang telah terjadi.

Selanjutnya, frasa “*Sugeng tindak, mitraku! Tentrema ing Ngarsa-ne*” menjadi simbol keikhlasan Yayuk dengan mengucapkan selamat tinggal serta mendoakan sahabatnya untuk beristirahat dengan tenang di sisi-Nya. Tahap penerimaan Yayuk kemudian dipertegas dengan repetisi frasa “*sugeng tindak*” di akhir kutipan. Frasa tersebut mempertegas bahwa Yayuk sudah pada tahap *acceptance* dalam merespons kepergian sahabatnya dengan mengucapkan selamat tinggal untuk kesekian kalinya. Pada akhirnya, Yayuk telah berhasil mencapai titik ia bisa memberi makna atas peristiwa duka yang ia alami.

Peran Sikap Hidup Orang Jawa dalam Mengatasi Peristiwa Duka pada *Cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk”

Penerimaan Yayuk terhadap peristiwa duka yang ia alami dapat dipahami melalui cara masyarakat Jawa menyikapi kehidupan, khususnya melalui sikap *nrima*. Sikap *nrima* menurut Suseno (1984: 143) adalah sikap ketika individu menerima semua yang terjadi dalam hidup kita tanpa mengeluh atau memberontak. Suseno merujuk sikap *nrima* sebagai bentuk kemampuan manusia untuk merespons dengan bijaksana, dengan tidak menyerah dan tanpa perlawanan yang sia-sia. Ia juga mempertegas bahwa *nrima* menuntut kekuatan untuk menerima apa yang tidak bisa dielakkan tanpa membiarkan diri hancur olehnya.

Pemaknaan *nrima* yang dinyatakan oleh Suseno sejalan dengan apa yang pernyataan Daryono (2021: 72) bahwa sikap *nrima* juga memberi daya tahan untuk bisa menanggung nasib buruk, dalam konteks penelitian ini nasib buruk diartikan dengan kehilangan sahabat yang dikasihi. Pada *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk”, sikap *nrima* yang pada akhirnya ditunjukkan oleh Yayuk tidak lepas dari keyakinan masyarakat Jawa bahwa sesuatu yang telah menjadi ketentuan Tuhan tidak dapat diubah. Hal ini didukung oleh pendapat Endraswara (2003: 70) yang menyatakan orang Jawa mempercayai apapun yang terjadi pada kehidupan manusia merupakan sebuah ketentuan dari Tuhan dengan mempertimbangkan ikhtiar yang dilakukan oleh setiap manusia, dengan demikian apapun yang sudah digariskan bisa dapat diterima dengan hati yang ikhlas.

Melalui keyakinan tersebut, dalam masyarakat Jawa berkembang proposisi *urip mung sadrema nglakoni* ‘hidup hanya sekadar menjalani’. Rahyono (2015: 120) mendefinisikan *urip mung sadrema nglakoni* sebagai sebuah kesadaran terhadap kodrat hidup manusia yang dikaruniai pikiran dan perasaan untuk terus berbuat (*nglakoni*) menghadapi dunia kehidupan. Dalam *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk”, sikap *nrima* dan proposisi *urip mung sadrema nglakoni* muncul dalam kutipan naratif berikut:

- (8) “*Sadurunge, ayo padha digagas kanthi ati kang wening. Ati kang sumeleh lan pasrah, yen sabenere mono kita iki mung saderma nampa apa kang wis digaresake dening Kang*”



Maha Kuwasa. Yen urip kita ing donya mung kaya wong sanja bae. Teka sedhela, lan banjur bali maneh sawayah-wayah kang bisa dijangka suwene.” (Rahayu, 2012: 39)

‘Sebelumnya, marilah kita renungkan dengan hati yang jernih. Hati yang ikhlas dan pasrah, bahwa sesungguhnya kita ini hanyalah menerima apa yang telah digariskan oleh Yang Maha Kuasa. Bahwa hidup kita di dunia ini hanyalah seperti orang singgah saja. Datang sebentar, lalu kembali lagi kapan saja tanpa bisa diperkirakan lamanya.’

Narasi yang disampaikan pada kutipan (8) adalah bentuk *pangeling* ‘peringat’ yang mengajak untuk merefleksikan kehidupan yang dijalani hanya sekadar anugerah yang telah digariskan oleh Tuhan. Kalimat “*Sadurunge, ayo padha digagas kanthi ati kang wening. Ati kang sumeleh lan pasrah...*”, menjadi landasan filosofis serta batiniah unruk menerima kehilangan dengan hati yang ikhlas dan pasrah. Dalam konteks ini, hati yang ikhlas dan pasrah ditafsirkan sebagai sikap *nrima*. Hal tersebut memperkuat bahwa kebudayaan Jawa memiliki peran penting dalam menyikapi peristiwa duka dalam *cerkak* “*Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk*”.

Lebih lanjut, kalimat “... *kita iki mung saderma nampa apa kang wis digaresake dening Kang Maha Kuwasa*” dan “*Yen urip kita ing donya mung kaya wong sanja bae*” merupakan representasi proposisi *urip mung sadrema nglakoni*. Hal tersebut juga sebuah bentuk penyadaran bahwa kehidupan di dunia hanya sementara dan kematian adalah momen kembali kepada-Nya yang pasti akan datang tanpa dapat diprediksi. Kemudian, kesadaran ini muncul secara eksplisit untuk kedua kalinya pada kutipan berikut:

(9) “*Saiki dheweke bener-bener pisah karo kowe, karo kita kabeh. Pepisahan kang ora kok karepke biyen, saiki nyata-nyata dumadi, ora bisa kita selaki. Dheweke dipundhut bali dening Gusti Kang Gawe Urip. Pangeran kang Maha Kuwasa. Dheweke katimbangan, sadurunge tutug olehe ngrasakake kamuryan ing sisihe wong kang ditresnani. Ah, manungsa mung saderma nglakoni apa kang wis digarisake.*” (Rahayu, 2012: 42)

‘Sekarang dia benar-benar telah berpisah darimu, dari kita semua. Perpisahan yang dulu tidak kamu kehendaki, kini benar-benar terjadi, tak bisa kita hindari. Dia telah dipanggil kembali oleh Tuhan Sang Pencipta, Tuhan yang Maha Kuasa. Dia dipanggil pulang, sebelum ia sempat merasakan kebahagiaan di sisi orang-orang yang dicintai. Ah, manusia memang hanya menjalani apa yang telah digariskan.’

Kalimat “*Pepisahan kang ora kok karepke biyen, saiki nyata-nyata dumadi, ora bisa kita selaki*” mempertegas bahwa perpisahan yang tidak diinginkan pun akhirnya diterima sebagai realitas yang tidak dapat dielakkan. Mau tidak mau, kematian adalah peristiwa sedih yang harus disikapi dengan hati yang lapang. Narasi tersebut juga mempertegas bahwa pemaknaan kematian dalam budaya Jawa berangkat dari kesadaran bahwa manusia bukanlah penguasa takdir, melainkan pelaku yang menjalani *lakon* kehidupan sesuai skenario yang telah diciptakan oleh Tuhan.

Kedua kutipan narasi tersebut muncul sebelum Yayuk secara eksplisit menunjukkan tahap *acceptance* yang tercermin dalam kutipan (7). Dapat dikatakan bahwa tahap *acceptance* yang dicapai oleh Yayuk bukan sekadar proses emosional pribadi, melainkan terdapat peran nilai-nilai kolektif kebudayaan Jawa di dalamnya. Nilai-nilai kolektif seperti sikap *nrima* dan kesadaran akan *urip mung sadrema nglakoni* tidak hanya hadir sebagai latar budaya, tetapi juga berperan sebagai faktor pendorong yang memungkinkan Yayuk berdamai dengan kenyataan bahwa sahabatnya sudah



pergi untuk selamanya. Dalam kata lain, penerimaan yang dicapai oleh Yayuk merupakan respons yang ditopang oleh sistem makna kebudayaan yang menjadikan duka bukan sebagai kesedihan belaka, tetapi juga sebagai momen spiritual dan kontemplatif untuk menyadari bahwa kematian adalah bagian dari siklus kehidupan yang tak terelakkan.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan terhadap *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk”, dapat disimpulkan bahwa proses berduka yang dialami oleh tokoh Yayuk mengikuti tahapan-tahapan dalam *Five Stages of Grief* yang dikemukakan oleh Elisabeth Kübler-Ross. Dengan demikian, penelitian ini melengkapi pemahaman proses berduka dengan relasi sebagai sahabat yang tidak dikaji dalam penelitian terdahulu. Selain itu, penelitian ini memberi kebaruan multidisiplin dalam ranah psikologi sastra, khususnya dalam kesusastraan Jawa, dengan menggunakan teori *Five Stages of Grief* oleh Elisabeth Kübler-Ross. Tahapan demi tahapan duka dianalisis untuk mengetahui bagaimana seorang Yayuk berkembang secara emosi psikologi. Selain itu, penelitian ini juga mengungkapkan peran kebudayaan Jawa dalam menghadapi peristiwa duka melalui sikap *nrima* dan proposisi *urip mung sadrema nglakoni*. Penelitian ini merupakan wujud pertama kalinya *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk” dikaji sebagai korpus data utama penelitian. Kehilangan merupakan pengalaman emosional yang kompleks dan menyentuh ranah terdalam psikologis manusia, terlebih ketika menyangkut perihal perpisahan dengan seseorang yang memiliki kedekatan emosional yang kuat. Dalam *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk”, tokoh Yayuk memperlihatkan dinamika emosional individu ketika mengalami peristiwa duka dalam tahapan-tahapan psikologis yang kompleks. Melalui teori *Five Stages of Grief* yang dikemukakan oleh Elisabeth Kübler-Ross, teridentifikasi bahwa Yayuk melewati seluruh fase duka: mulai dari *denial* ‘penyangkalan’, *anger* ‘kemarahan’, *bargaining* ‘negosiasi’, *depression* ‘depresi’ dan terakhir *acceptance* ‘penerimaan’. Meskipun tahapan duka dapat terjadi tidak secara linier, seperti halnya kemunculan tahapan berduka dalam *cerkak* tersebut, dalam penelitian ini kelima tahap duka disusun secara berurutan guna memberikann kerangka analisis yang lebih terstruktur. Tahap duka yang hadir juga tidak selalu muncul secara eksplisit, misalnya pada tahap *anger* ‘kemarahan’ ditunjukkan oleh tokoh Yayuk dengan bentuk diam dan penarikan diri. Hal ini menunjukkan bahwa ekspresi tahapan berduka bukan sekadar repons emosional, melainkan sebuah proses dalam memaknai kehilangan itu sendiri.

Sikap hidup yang dianut oleh masyarakat Jawa juga memiliki peran penting bagi tokoh Yayuk dalam mencapai tahap *acceptance*. Adanya sikap *nrima* menjadi fondasi batin yang memungkinkan Yayuk untuk berdamai dengan kenyataan. Selain itu, kesadaran bahwa *urip mung sadrema nglakoni* juga berperan untuk menyadarkan bahwa kehidupan hanyalah sebuah titipan yang harus dijalani dengan pasrah dan ikhlas sebagaimana dikehendaki oleh Yang Maha Kuasa. Dapat dikatakan bahwa proses berduka dalam *cerkak* “Dheweke Wis Ninggalke Kowe Yayuk” tidak hanya menggambarkan dinamika emosi personal Yayuk dari sisi psikologis, melainkan juga menegaskan bahwa budaya Jawa andil dalam membentuk mekanisme pemaknaan dan penyembuhan duka.

DAFTAR REFERENSI

Arif, Ahmad Ikhsanul. (2024). *Patah Hati dalam Kumpulan Cerpen Pacar Seorang Seniman Karya W.S. Rendra: Analisis Psikologi Sastra*. Depok: Fakultas Ilmu Pengetahuan Budaya Universitas Indonesia. <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920540850&lokasi=lokal>



- Corr, C. A., Nabe, C. M., & Corr, D. M. (2009). *Death and dying, life and living* (6th ed.). Belmont, CA: Wadsworth Cengage Learning.
- Creswell, John W. (2007) *Qualitative Inquiry & Research Design Choosing Among Five Approaches*. California: Sage Publication Inc.
- Endraswara, S. (2003). *Falsafah Hidup Jawa*. Yogyakarta: Cakrawala
- Endraswara, S. (2008). *Metode penelitian psikologi sastra: teori, langkah dan penerapannya*. Yogyakarta: FBS Universitas Negeri Yogyakarta.
- Gani, M. L. A. (2022). Penerimaan Diri Pada Tokoh Utama Film “Sound Of Metal” dalam DESKOVI: *Art and Design Journal*, 5(1), 1—4. DOI: <http://dx.doi.org/10.51804/deskovi.v5i1.1527>
- Hartono. (2014). *Pengantar Ilmu Penerjemah*. Semarang: Cipta Prima Nusantara
- Intan, T., & Wardiani, S. R. (2021). Isu Kedukaan dalam Metropop Critical Eleven Karya Ika Natassa dalam *tuahtalino*, 15(1), 31-47.
- Nazir. (1988). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Overvad, A. T., & Wagoner, B. (2019). Grieving After Suicide: A Study of Taboo and Metaphor in *Culture & Psychology*, 26(10), 1–15. DOI: <http://dx.doi.org/10.1177/1354067X19861047>
- Kübler-Ross, E., & Kessler, D. (2014). *On Grief and Grieving –Finding the Meaning of Grief Through the Five Stages of Loss*. Simon & Schuster.
- Lambert, A.V. & Lambert, E.C. (1985). *Psychosocial care of the physically ill: what every nurse should do*. 2nd edition. Prentice-Hall
- Lestari, Siti Putri. (2024). Diam dan Misuh: Ekspresi Kemarahan dalam Sosial Ostracism Masyarakat Jawa dalam Moderasi: *Jurnal Studi Ilmu Pengetahuan Sosial*, 5(2), 133—143. DOI: <http://dx.doi.org/10.24239/moderasi.Vol5.Iss2.338>
- Lilisnawati. (2016). *Gaya Bahasa dalam Kumpulan Cerkak Rembulane Wis Ndhadhari Karya Sri Setya Rahayu*. Semarang: Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Semarang.
- Limbong, J. L. (2016). “Kemampuan Menentukan Unsur Intrinsik Cerpen Melalui Model Pembelajaran Inkuiri Siswa Kelas VIII Smp Negeri 10 Kota Palopo.” Dalam *Jurnal Onoma*, 2(1), 12–26.
- Molina, L., dan Albir, A.H. (2002). Translation Techniques Revisited: A Dynamic and Functionalist Approach in *META Journal*, XLVII,4,2002.
- Parkes C (1972). *Bereavement: Studies of grief in later life*. London: Tavistock, 39
- Poerwadarminta, W.J.S. 1939. *Baoesastra Djawa*. Batavia: J.B. Wolters
- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P., & Hall, A. (2016). *Fundamentals of Nursing*. Amsterdam: Elsevier
- Rahyono, F. X. (2015). *Kearifan Budaya dalam Kata Edisi Revisi*. Jakarta: Wedatama Widya Sastra.
- Robson, Stuart & Wibisono, Singgih. (2002). *Javanese English Dictionary*.
- Sangidu. (2004). *Penelitian Sastra: Pendekatan, Teori, Metode, Teknik dan Kiat*. Yogyakarta: Unit Penerbitan Sastra Asia Barat Fakultas Sastra Universitas Gadjah Mada.



- Shear, M. K. (2012). Grieving and Mourning Gone Awry: Pathway and Course of Complicated Grief in *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 14(2), 119–128. DOI: <https://doi.org/10.31887/DCNS.2012.14.2/mshear>
- Tarigan, H. Guntur. (1984). *Prinsip-prinsip Dasar Sastra*. Bandung: Angkasa.
- Stroebe, M., Schut, H., & Boerner, K. (2017). Models of coping with bereavement: an updated overview in *Estudios de Psicología*. DOI: <https://doi.org/10.1080/074811899201046>
- Suarta, I Made dan I kadek Adhi Dwipayana. (2014). *Teori Sastra*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sumardjo, Jakob dan Saini. (1997). *Apresiasi Kesusastraan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Yuanti, A.H. (2023). *Analisis Emosi Kesedihan Tokoh Jim dalam Novel Harga Sebuah Percaya Karya Tere Liye*. Palembang: Universitas Muhammadiyah Palembang. DOI: <https://doi.org/10.59435/gjmi.v1i16.163>
- Wass, H. (1995). *Dying: Facing the Facts*. New York: McGraw-Hill.
- Wellek, R., & Warren, A. (2016). *Teori Kesusastraan* (6th ed.). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Wiryasaputra, Totok S. 2003. *Mengapa Berduka Kreatif Mengelola Perasaan Duka*. Yogyakarta: Kanisius