

MITOLOGI PERILAKU *SELF-HARM* DALAM NASKAH TEATER HANUM “LUKA ADALAH REDA”

Fajar Surya Gumilang¹, Erna Suminar²

¹Universitas Kebangsaan Republik Indonesia, fajarsuryagumilang@gmail.com

²Universitas Kebangsaan Republik Indonesia, ernasuminar@universitaskebangsaan.ac.id

Abstract: *Selfharm behavior is a behavior that is widely practiced by people in Indonesia or even in the world, it invites a negative stigma from society to everyone who commits self harm behavior. In Hanum's theater script “Luka adalah Reda” by Dado Tisna, it depicts a different point of view that explains why self harm is done and what causes individuals to commit self harm behavior. The purpose of this study is to determine the description of selfharm behavior in Hanum's script “Luka is Reda”. This research uses qualitative research with the Roland Barthes semiotic method which includes denotation, connotation and mythical meanings to see signs of character behavior of self harm. The results of this study indicate that the self-harm behavior carried out by the character is hitting his head with his hand, biting his arm and cutting the skin on his arm with a sharp object. Hanum's self-harm behavior is a form of release of all the negative emotions contained in her. Hanum's self harm behavior illustrates the reality of real life, that many individuals choose to engage in selfharm behavior as an escape to relieve all the emotions contained within themselves.*

Keyword: *Theater Script, Self harm, Roland Barthes Semiotics*

Abstrak: Perilaku *self harm* merupakan perilaku yang banyak dilakukan oleh masyarakat di Indonesia atau bahkan di dunia, hal tersebut mengundang stigma negatif dari masyarakat kepada semua orang yang melakukan perilaku *self harm*. Dalam naskah teater Hanum “Luka adalah Reda” karya Dado Tisna menggambarkan sudut pandang yang berbeda yang menjelaskan kenapa *self harm* dilakukan dan apa yang menyebabkan individu melakukan perilaku *self harm*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran perilaku *self harm* dalam naskah Hanum “Luka adalah Reda”. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan metode semiotika Roland Barthes yang meliputi makna denotasi, konotasi dan mitos untuk melihat tanda perilaku tokoh melakukan *self harm*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku *self harm* yang dilakukan tokoh yaitu memukul-mukul kepalanya dengan tangannya, menggigit lengannya dan menyayat kulit lengannya dengan benda tajam. Perilaku *self harm* yang dilakukan oleh tokoh Hanum merupakan bentuk pelampiasan dari semua emosi negatif yang terdapat dalam dirinya. Perilaku *self harm* tokoh Hanum menggambarkan realitas kehidupan nyata, bahwa banyak individu yang memilih melakukan perilaku *self harm* sebagai pelarian untuk meredakan semua emosi yang terdapat didalam dirinya.

Kata Kunci: *Naskah Teater, Self harm, Semiotika Roland Barthes*

PENDAHULUAN

Pada tahun 2021, data menunjukkan bahwa 20,21% remaja di Indonesia pernah melakukan *self harm*, dengan 93% di antaranya merupakan remaja perempuan (Faradiba,

Paramita, Dewi dalam Faradiba & Abidin, 2022:342). Angka ini menunjukkan tingginya prevalensi perilaku *self harm* di kalangan remaja Indonesia, terutama di kalangan remaja perempuan. Perilaku *self harm* dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah lingkungan sosial.

Veague dan Collins dalam Faradiba & Abidin (2022:342) menyatakan bahwa remaja memiliki risiko tinggi untuk melakukan *self harm*, bahkan lebih tinggi dibandingkan kelompok dewasa. Masa remaja adalah fase peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa yang melibatkan perubahan biologis, psikologis, dan sosial budaya. Menurut Sawono dalam Faradiba & Abidin (2022:343), remaja adalah individu yang berusia antara 18 hingga 24 tahun. Masa peralihan ini membuat remaja rentan terhadap depresi, yaitu gangguan suasana hati yang berdampak pada psikologis dan mental, sehingga rawan melakukan tindakan yang merugikan diri sendiri.

Self-harm adalah tindakan menyakiti diri sendiri secara sengaja dengan tujuan meredakan kegelisahan atau amarah akibat gangguan mental. Beberapa faktor yang mendorong perilaku ini termasuk masalah yang tidak bisa diceritakan, pengalaman traumatik, dan pola komunikasi keluarga yang buruk (Asyafina & Salam, 2022:13935). Meskipun demikian, faktor-faktor ini tidak selalu menyebabkan gangguan mental atau perilaku *self harm* semuanya bergantung pada konsep hidup individu masing-masing. Jika individu mampu memaknai hidupnya dengan pemikiran positif, mereka dapat menggunakan pengalaman negatif sebagai batu loncatan untuk tumbuh lebih baik, yang disebut dengan *post-traumatic growth* (Rahayu dalam Rohmah & Yuliasari, 2023:39).

Isu *self harm* ini kemudian diangkat dalam naskah drama teater oleh seniman Dado Tisna berjudul "Hanum: Luka adalah Reda." Dado Tisna adalah penulis naskah, sutradara, dan aktor teater asal Bandung yang kerap mengangkat isu sosial dalam karyanya. Melalui naskah ini, Dado Tisna berusaha menyadarkan masyarakat akan isu *self harm* yang banyak terjadi di lingkungan sekitar.

Naskah "Hanum: Luka adalah Reda" menceritakan seorang remaja bernama Hanum yang mengalami konflik keluarga hingga orang tuanya bercerai. Hanum menjadi korban pelampiasan kekesalan orang tuanya, menciptakan konsep diri negatif yang berujung pada perilaku *self harm*. Kondisi Hanum diperburuk oleh lingkungan yang tidak memahami dan menyalahkan tindakannya, tanpa mencoba memahami latar belakang masalah yang dihadapinya.

TINJUAN PUSTAKA

Naskah teater, sebagai karya sastra, terdiri dari dialog yang berakar pada konflik dan memiliki potensi untuk dipentaskan (Waluyo dalam Rahmayantis, Waryanti, Puspitoningrum, 2022:9). Ini mengimplikasikan bahwa naskah adalah dokumen tertulis yang menggambarkan sebuah cerita melalui dialog, mengandung konflik, dan dirancang untuk pentas. Sebagai medium, naskah teater berfungsi sebagai alat penyampaian pesan dari penulis yang akhirnya direalisasikan dalam bentuk pertunjukan.

Teater sendiri diartikan sebagai representasi konflik manusia yang diungkapkan melalui percakapan atau dialog dan diperankan dalam pertunjukan, dengan dukungan gerakan tubuh yang memperkuat narasi (Dietrich dalam Misnawati dkk, 2022:138). Pertunjukan teater melibatkan satu atau lebih aktor yang memainkan konflik manusia, baik secara verbal maupun nonverbal. Oleh karena itu, naskah teater dapat dianggap sebagai karya sastra yang terdiri dari serangkaian dialog yang mengandung konflik dan dirancang untuk dipentaskan.

Self harm, atau perilaku menyakiti diri sendiri, merupakan tindakan yang dilakukan seseorang untuk mengatasi emosi negatif atau kegelisahan. Menurut NICE & WHO (dalam Thesalonika & Apsari, 2022), perilaku ini tidak selalu dikaitkan dengan niat untuk bunuh diri, melainkan sebagai cara untuk meredakan tekanan emosional yang dirasakan.

Perilaku *self harm* dapat terjadi karena konsep diri negatif yang dialami oleh seorang individu. Konsep diri merupakan persepsi fisik, sosial, dan psikologis tentang diri kita

sendiri yang kita peroleh dari pengalaman dan interaksi kita dengan orang lain (Brooks dalam Rakhmat, 2018:122). Konsep diri merupakan pengamatan terhadap diri kita sendiri yang pada akhirnya sampai kepada gambaran dan penilaian terhadap diri sendiri.

Roland Barthes, seorang tokoh semiotika terkemuka, memperluas pemikiran Ferdinand De Saussure tentang semiotika, yang ia anggap sebagai ilmu yang meneliti tanda dalam konteks sosial dan sebagai interaksi antara bentuk dan makna. Saussure membedakan antara penanda, elemen konkret bahasa seperti ucapan atau tulisan, dan petanda, konsep atau ide mental yang diwakilinya.

Barthes menganggap semiotika sebagai cerminan asumsi-asumsi budaya dalam masyarakat pada suatu waktu tertentu, menekankan bahwa pemaknaan tanda oleh manusia bersifat subjektif, dipengaruhi oleh pengalaman dan pengetahuan individu. Roland Barthes memperkenalkan konsep denotasi dan konotasi sebagai dua tingkatan signifikansi yang memungkinkan makna berlapis:

Denotasi adalah makna literal atau langsung dari tanda, seperti 'meja hijau' yang secara denotatif berarti meja dengan warna hijau. Konotasi adalah makna yang dibentuk oleh konstruksi budaya, seperti 'meja hijau' yang secara konotatif dapat merujuk pada meja peradilan.

Barthes juga membahas tentang mitos sebagai operasi ideologi, yang ia lihat sebagai sistem pemaknaan sekunder yang mendistorsi makna asli tanda, mengubahnya menjadi simbol budaya yang lebih luas. Dalam kerangka ini, tanda pada tingkat pertama menjadi penanda pada tingkat kedua, di mana mitos tercipta melalui asosiasi dengan aspek budaya eksternal.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan teori pendekatan semiotika Roland Barthes yang mengungkap makna denotasi, konotasi dan mitos dari adegan-adegan atau dialog-dialog tokoh utama melakukan *self harm* dalam naskah teater Hanum "Luka adalah Reda" karya Dado Tisna. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah paradigma kritis. Paradigma kritis merupakan suatu cara memandang suatu persoalan atau objek yang sudah dianggap lumrah bagi masyarakat dengan tujuan memberikan alternatif pengetahuan baru, Aliran ini menekankan konsep subjektivitas dalam menemukan suatu ilmu pengetahuan, karena nilai-nilai yang dianut oleh subjek atau pengamat ikut campur dalam menentukan kebenaran tentang suatu hal (Salim dalam Murdiyanto, 2020:9).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Profil Naskah

Naskah Teater Hanum "Luka adalah Reda" karya Dado Tisna diciptakan pada bulan Agustus tahun 2022. Naskah ini telah dipentaskan oleh Teater Barak dengan susunan pemain Sinta Sintia, Pina Munawaroh, Haikal Bachtiar, Mayang, Lukman Wildani, Gita Herlina, Dhea Safira, Angel, Nirman Yusuf Guiltom, Wildan Ardiansyah, Elis Setiani dan disutradai langsung oleh Dado Tisna sendiri dengan tim pendukung anggota Teater Barak lainnya. Naskah ini telah dipentaskan di Gedung Kesenian Rumentang Siang Kota Bandung sebanyak 6 sesi pada tanggal 24 dan 25 September 2022.

Sinopsis Naskah

Naskah teater Hanum "Luka adalah Reda" menceritakan seseorang bernama Hanum yang mengalami kondisi keluarga yang kurang baik, kedua orang tuanya memutuskan untuk bercerai. Dari konflik tersebut Hanum menjadi korban pelampiasan kekesalan kedua orang tuanya, sehingga membuat Hanum menciptakan konsep diri yang negatif pada dirinya sendiri sampai akhirnya melakukan perilaku *self harm*. Kondisi Hanum bertambah buruk dikarenakan lingkungan hidupnya yang tidak memahami dan bahkan menyalahkan

Hanum atas tindakannya melakukan perilaku *self harm* tanpa mencoba memahami latar belakang masalah dan tekanan yang Hanum hadapi.

Awal konflik sampai puncak konflik cerita dibuat secara jelas. Sisipan-sisipan komedi yang relevan dengan masyarakat dari setiap adegan menambah dinamika cerita yang disajikan. Naskah ini juga banyak berisi narasi yang kemudian dikemas menjadi sebuah lagu yang mengandung pesan mendalam yang menghasilkan dinamika pertunjukan menjadi lebih hidup.

Analisis

Adegan 2

Adegan : Hanum melakukan *self harm*.

Tokoh : Hanum

Jenis Plot : Eksposisi

Dialog/Teks/Kalimat :

Hanum memukul-mukul kepalanya dengan tangannya. Menggigit lengannya. Hanum mengerang. Menangis. Lalu ia mengambil silet, *cutter* atau gunting, bebas yang penting benda yang tajam. Ia menggoreskan benda itu pada lengannya. Banyak goresan sampai airmatanya berhenti. Ia diam sejenak. Mengacungkan benda tajam yang digenggamnya.

Penanda pada adegan ini yaitu Hanum melakukan perilaku *self harm* dengan memukul kepalanya, menggigit lengannya dan menggunakan benda tajam untuk melukai lengannya. Sedangkan petandanya yaitu perilaku Hanum memiliki tanda emosi yang tidak terbendung, rasa keputusasaan dan penderitaan yang dialami oleh Hanum.

Denotasi pada adegan ini yaitu Tokoh Hanum melakukan *self harm* dengan cara memukul kepalanya, menggigit lengannya, dan mengambil benda tajam (silet, cutter, atau gunting) untuk membuat goresan pada lengannya sambil menangis.

Konotasi pada adegan ini yaitu Emosi dan kondisi psikologis karakter Hanum. Perilaku Hanum menggigit lengannya dan mengambil benda tajam dapat menggambarkan rasa sakit, ketidakstabilan emosional, atau perasaan putus asa karena sesuatu hal. Mitos pada adegan ini yaitu Tindakan Hanum melakukan *self harm* merupakan bentuk perjuangan batin atau konflik yang terdapat di dalam dirinya .

Dengan menunjukkan adegan di mana Hanum melakukan *self harm*, teks ini secara implisit mengkritik kurangnya dukungan dan pemahaman orang-orang yang ada di sekitar Hanum. Ini menyoroti pentingnya mendengarkan, memahami, dan memberikan dukungan kepada individu yang mengalami kesulitan emosional dan psikologis, bukan menghakimi atau mengabaikannya.

Adegan 8

Adegan : Hanum Depresi

Tokoh : Hanum

Jenis Plot : Konflik

Dialog/Teks/Kalimat :

Lihatlah! Garis garis di lengan dan kakiku tampak terlihat cantik dan lucu bukan? Ini pelarianku dari setiap rasa cemas. Rasa gelisahku. Semua bebanku. Luka-luka dan garisgaris ini kubuat ketika aku mengalami konflik yang kurasa berat, sehingga aku tak bisa lagi mampu berpikir kritis... Satu, dua, tiga, banyak lagi garis yang kubuat sampai airmataku berhenti... Disitu aku merasa tenang...

Penanda pada adegan ini yaitu Self harm dilakukan Hanum sebagai pelariannya dari rasa cemas dan gelisah yang dimilikinya akibat konflik yang dialaminya daam kehidupan keluarga. Sedangkan petandanya yaitu Self harm dilakukan Hanum sebagai pelariannya dari rasa cemas dan gelisah yang dimilikinya akibat konflik yang dialaminya daam kehidupan keluarga. Denotasi pada adegan ini yaitu Hanum melakukan *self harm* dengan cara membuat garis-garis pada lengan dan kakinya sampai membekas sebagai pelarian dari rasa cemas dan gelisahnya.

Konotasi pada adegan ini yaitu *Self harm* dipilih Hanum sebagai pelarian yang dirasakannya atas beban yang dia pikul dan rasa cemas juga gelisah yang dirasakannya. Mitos pada adegan ini yaitu *Self harm* dapat menjadi pelarian atas beban cemas dan gelisah yang dirasakan oleh Hanum.

Dalam teks ini, tindakan tersebut bisa diinterpretasikan sebagai produk dari tekanan sosial atau kebutuhan untuk melarikan diri dari norma-norma yang menghambat kesejahteraan mental individu. Tindakan *self harm* memiliki dampak psikologis yang dalam, tetapi juga memiliki akibat sosial yang signifikan. Teks ini tidak hanya mencerminkan penderitaan Hanum, tetapi juga menunjukkan kegagalan sistem yang lebih luas dalam menyediakan dukungan dan pemahaman yang diperlukan bagi Hanum yang mengalami kesulitan emosional..

Adegan 13

Adegan : Hanum melakukan *self harm*.

Tokoh : Hanum, pasukan kelam (pemeran tambahan).

Jenis Plot : Puncak Konflik.

Dialog/Teks/Kalimat :

Hanum :kalian datang untuk menghukumku?!! Aku melakukan ini semua hanya untuk menyalurkan luka hati dan emosiku agar membuatku tenang...

Orang : kondtradiktif!

Hanum : iya!

Orang : bodoh!

Hanum : iya!

Orang : lebay! Baper! Caper!

Hanum : iya! Aku terima semua sebutan itu! Karena tak ada satupun dari kalian yang mengerti bagaimana aku menghadapi semua ini! Nasehat-nasehat dari kalian tak ada satupun yang membantuku. Malah membuatku semakin marah! Aku tak perlu kalian beritahu bahwa melukai diri sendiri itu tidak ada gunanya.

Orang :jangan merasa paling menderita! Banyak orang yang tidak seberuntung kamu!

Penanda pada adegan ini yaitu Cemoohan bodoh, lebay dan caper dari orang-orang disekitar Hanum atas perilaku *self harm* yang dilakukannya dan membandingkannya dengan orang lain yang dianggap lebih bermasalah tetapi tidak melakukan *self harm*. Sedangkan petandanya yaitu penolakan dan penghakiman dari orang-orang dilingkungan sekitar Hanum atas perilaku *self harm* yang dilakukannya.

Denotasi pada adegan ini yaitu Hanum merasa ditekan dan merasa bahwa tindakannya adalah cara untuk menyalurkan emosinya kemudian orang-orang mengkritik Hanum dengan berbagai sebutan dan menegaskan bahwa banyak orang lain yang lebih menderita.

Konotasi pada adegan ini yaitu Hanum merasa orang lain tidak mengerti apa yang dirasakannya dan hanya bisa menghakimi Hanum tanpa mengetahui latar belakang Hanum melakukan perilaku tersebut. Mitos pada adegan ini yaitu Individu yang melakukan *self harm* selalu dipandang sebelah mata dilingkungan sekitarnya bahkan selalu dihakimi atas perbuatannya dan membuat keadaan semakin memburuk.

Dialog ini dapat diinterpretasikan sebagai kritik terhadap norma-norma sosial yang mengharuskan individu untuk menyembunyikan atau menekan emosi mereka, dan mengekspresikannya melalui cara yang dianggap "normal" oleh masyarakat. Hanum menegaskan bahwa tindakannya adalah cara baginya untuk menyalurkan luka hati dan emosinya, meskipun tidak dipahami atau diterima oleh orang-orang sekitarnya.

Adegan 14

Adegan : Hanum melakukan *self harm*.

Tokoh : Hanum, Bapak, Ibu.

Jenis Plot : Puncak Konflik.

Dialog/Teks/Kalimat :

Hanum : aku tahu... Aku pernah berkunjung ke psikiater...

Ibu dan bapak muncul diantara pasukan kelam.

Ibu : apa Hanum? Kamu pergi ke psikiater? Aduh, kamu kenapa? Apa nanti kata tetangga?! Apa nanti kata teman-teman ibu?

Bapak : ke psikiater? Yang gila itu bukan kamu, tapi ibu kamu!!!

Orang : hahaha orang gila!!!

Penanda pada adegan ini adalah Pengakuan Hanum pernah berkunjung ke psikiater direspon penolakan dan penghakiman dari kedua orang tua Hanum atas tindakannya. Sedangkan petandanya yaitu rasa tidak peduli kedua orang tua Hanum terhadap apa yang Hanum rasakan sehingga berkunjung ke psikiater.

Denotasi pada adegan ini yaitu Hanum mengungkapkan bahwa dirinya pernah pergi ke psikiater tetapi ibu dan ayahnya menyangkan hal tersebut dan menyalahkan hanum karena telah pergi ke psikiater.

Konotasi pada adegan ini yaitu Ibu dan ayah Hanum tidak peduli dengan keadaan Hanum yang mengalami ketidakstabilan emosi didalam dirinya dan menganggap hal tersebut sepele. Dan Mitos nya yaitu Anggapan kecil terhadap kesehatan mental bahkan dalam lingkup keluarga sekalipun.

Dialog ini menggambarkan respon orang tua Hanum terhadap pengakuan bahwa Hanum pernah berkunjung ke psikiater mencerminkan stigma yang masih melekat pada masalah kesehatan mental dalam masyarakat. Respon yang menyalahkan dan tidak empatik dari orang tua Hanum menyoroti ketidakpedulian terhadap kondisi mental anak mereka. Mereka lebih khawatir tentang apa yang akan dikatakan tetangga dan teman-teman mereka daripada kesejahteraan Hanum. Hal ini menunjukkan kurangnya dukungan dan pemahaman dari lingkungan terdekat terhadap individu yang mengalami kesulitan emosional atau mental.

KESIMPULAN

Dengan semua peristiwa adegan yang telah direduksi dan telah dianalisis oleh penulis, tokoh Hanum memilih untuk melakukan perilaku *self harm* dengan cara memukul-mukul kepalanya dengan tangannya, menggigit lengannya dan menyayat kulit lengannya dengan benda tajam. *Self harm* yang dilakukan Hanum termasuk kedalam jenis *self harm Moderrate/Superfacial self-mutilation* yaitu perilaku *self harm* yang paling sering ditemukan atau dilakukan oleh perilaku *self harm*.

Perilaku *self harm* yang dilakukan oleh tokoh Hanum merupakan bentuk pelampiasan dari semua emosi negatif yang terdapat dalam dirinya. Hanum tidak mempunyai cara lain untuk menyalurkan semua emosi negatif yang tercipta karena faktor kehidupan keluarganya yang buruk dan penghakiman dari orang-orang disekitarnya terhadap perilaku Hanum mempunyai konsep diri yang negatif sehingga membuat keadaan Hanum semakin buruk.

Perilaku *self harm* yang dilakukan Hanum dalam naskah Hanum "Luka adalah Reda" menggambarkan realitas kehidupan nyata, bahwa banyak individu yang memilih melakukan perilaku *self harm* sebagai pelarian untuk meredakan semua emosi yang terdapat didalam dirinya. Perilaku *self harm* dianggap sebagai jalan keluar bagi individu yang memiliki mental yang kurang baik. Setidaknya dengan melakukan *self harm* emosi negatif yang terdapat dalam individu yang merasakannya bisa tersalurkan dan tidak mengganggu pikiran terus-menerus.

Setelah dilakukan analisis dari data yang ada, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Denotasi

Tokoh Hanum melakukan perilaku *self harm* dengan cara memukul-mukul kepalanya dengan tangannya, menggigit lengannya dan menyayat kulit lengannya dengan benda tajam.

2. Konotasi
Perilaku *self harm* yang dilakukan oleh tokoh Hanum merupakan bentuk pelampiasan dari semua emosi negatif yang terdapat dalam dirinya.
3. Mitos
Perilaku *self harm* yang dilakukan tokoh Hanum menggambarkan realitas kehidupan nyata, bahwa banyak individu yang memilih melakukan perilaku *self harm* sebagai pelarian untuk meredakan semua emosi yang terdapat didalam dirinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Asyafina, N., & Salam, N. E. (2022). *Fenomena Mahasiswa Pelaku Self Harm di Kota Pekanbaru*. Jurnal Pendidikan Tambusai, 6(3), 13930–13936. <https://doi.org/10.31004/jptam.v6i3.4820>.
- Dwi, R., Endang, W., & Encil, P. (2022). *Menulis Kreatif Naskah Drama Penulis*. Kediri: Penerbit Universitas Nusantara PGRI.
- Faradiba, A. T., & Abidin, Z. (2022). *Pengalaman Remaja Perempuan Melakukan Deliberate Self-Harm: Sebuah Kajian Fenomenologis*. Bulletin of Counseling and Psychotherapy, 4(2), 342–348. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.280>.
- Misnawati, Stefani, R. L., Nirena, A. C., Syarah, V., Anwarsani, & Robertus, H. P. (2022). *Pertunjukan “Bah” Oleh Teater Tunas PBSI Universitas Palangka Raya Sebagai Salah Satu Industri Kreatif Kampus*. Jurnal Pendidikan, Bahasa Dan Budaya, 1(3), 137–148. <https://doi.org/10.55606/jpbb.v1i3.1022>, 138.
- Murdiyanto, E. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif (Sistematika Penelitian Kualitatif)*. In Yogyakarta Press. [Http://Www.Academia.Edu/Download/35360663/Metode_Penelitian_Kualitaif.Docx](http://Www.Academia.Edu/Download/35360663/Metode_Penelitian_Kualitaif.Docx).
- Rakhmat, J. (2018). *Psikologi Komunikasi Edisi Revisi*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya.
- Rohmah, I. M., & Yuliasari, H. (2023). *Post traumatic growth pada korban broken home (Post traumatic growth in broken home victims)*. Jurnal Ilmiah Psikologi Mind Set, 14(1), 32–42.