

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI**

Bab ini membahas dua subbab utama, yaitu penelitian sebelumnya dan landasan teori. Subbab penelitian sebelumnya memuat uraian mengenai sejumlah penelitian terdahulu yang relevan dengan objek kajian, yang dijadikan sebagai pijakan dalam memahami posisi penelitian ini sekaligus untuk mengidentifikasi celah atau perbedaan fokus analisis (*research gap*). Penelitian terdahulu umumnya menelaah album *Berdamai* karya Ghea Indrawari dari berbagai perspektif, seperti makna lirik, ekspresi emosional, maupun resepsi pendengar. Namun, belum banyak penelitian yang menganalisis album ini secara menyeluruh dengan mengintegrasikan teori strata norma Roman Ingarden dan teori psikologi humanistik Carl Rogers, khususnya psikologi karya untuk mengungkap hubungan antara makna tersirat dalam lirik lagu dan dinamika psikologis yang melatarbelakanginya.

#### **2.1 Tinjauan Pustaka**

Tinjauan pustaka yang diambil dari penelitian terdahulu berfungsi sebagai dasar komparatif sekaligus pijakan teoritis bagi penelitian ini. Melalui kajian terhadap penelitian terdahulu, penulis dapat memahami arah, fokus, serta menemukan celah penelitian yang belum banyak dikaji dalam topik serupa. Penelitian sebelumnya juga digunakan sebagai landasan teoritis dan pembanding untuk memperkuat makna penelitian ini. Selain itu, kajian terhadap penelitian terdahulu membantu penulis menempatkan penelitian ini dalam konteks keilmuan yang lebih luas. Dengan

demikian, penelitian yang dilakukan tidak bersifat repetitif, melainkan dapat memberikan kontribusi baru secara akademis. Setelah meninjau sejumlah penelitian terdahulu, ditemukan beberapa kajian yang relevan dengan penelitian ini, baik dari segi objek material maupun teori yang digunakan. Berikut uraian penelitian-penelitian tersebut.

Penelitian pertama yang relevan dengan penelitian ini adalah milik Dwi Sefiyani dan Prissilia Prahesta dengan judul “Dinamika Cinta dan Aktualisasi dalam Novel *True Stalker* Karya Sirhayani Perspektif Carl Rogers” tahun 2026 yang dipublikasikan dalam Jurnal Cendekia Ilmiah, Vol. 5 No.3. Penelitian ini bertujuan untuk menelaah dinamika relasi dan aktualisasi diri tokoh utama dalam novel *True Stalker* menggunakan teori psikologi humanistik Carl Rogers. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh utama mengalami perkembangan psikologis melalui penerimaan diri, dorongan untuk bertumbuh, serta hubungan interpersonal yang sehat. Penelitian ini relevan dengan penelitian penulis karena sama-sama menggunakan teori Rogers, meskipun fokusnya pada dinamika relasi, bukan proses penyembuhan diri.

Penelitian kedua yang relevan dengan penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif yang dilakukan oleh Nada Vanca Anggrestia, Taswirul Afkar, dan Wawan Hermawan dengan judul “Bentuk Aktualisasi Diri dalam Novel *Luka Cita* Karya Valerie Patkar Berdasarkan Kajian Psikologi Carl Rogers” tahun 2025 yang dipublikasikan dalam Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk-bentuk aktualisasi diri tokoh utama dalam novel *Luka*

*Cita* dengan menggunakan teori psikologi humanistik Carl Rogers. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh utama mengalami keterbukaan terhadap pengalaman, kehidupan eksistensial, dan kepercayaan pada organisme sebagai bagian dari proses aktualisasi diri. Penelitian ini relevan dengan penelitian penulis karena sama-sama menggunakan teori Rogers sebagai landasan analisis psikologis, meskipun objek kajian berbeda, yaitu novel dan lirik lagu.

Penelitian ketiga milik Risa dan Anas Ahmadi dengan judul “Trauma dan Penerimaan Diri Tokoh Utama dalam Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati*” tahun 2025 yang dipublikasikan dalam E-Journal Universitas Malikussaleh (Unimal), Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM). Penelitian ini bertujuan untuk menelaah proses penerimaan diri tokoh utama yang mengalami trauma dengan menggunakan teori psikologi humanistik Carl Rogers. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh utama mampu menerima dirinya setelah melalui pengalaman traumatis, sehingga dapat melanjutkan hidup dengan lebih tenang. Penelitian ini relevan dengan penelitian penulis karena sama-sama menekankan penerimaan diri sebagai bagian dari proses psikologis, meskipun objek kajian berupa novel, bukan lirik lagu.

Penelitian keempat milik Jasmine Noer Aini, Rachmawati, dan Dwi Lestari dengan judul “Konflik Batin dalam Naskah Drama *Rindu Ibu*” tahun 2025 yang dipublikasikan dalam Jurnal Sastra dan Psikologi, Vol. 6 No.2. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konflik batin tokoh dalam drama *Rindu Ibu* menggunakan teori

psikologi humanistik Carl Rogers. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh mengalami konflik batin yang kemudian diselesaikan melalui penerimaan diri dan aktualisasi diri. Penelitian ini relevan dengan penelitian penulis karena sama-sama menggunakan teori Rogers untuk menelaah dinamika batin tokoh, meskipun objek kajian berupa drama, bukan lirik lagu.

Penelitian kelima milik Yofita Stefani Hidayat dengan judul “Aktualisasi Diri Tokoh Utama dalam Novel *Hujan* Karya Tere Liye” tahun 2022 yang dipublikasikan dalam Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra, Vol. 7 No.2. Penelitian ini bertujuan untuk menelaah proses aktualisasi diri tokoh utama dalam novel *Hujan* menggunakan teori psikologi humanistik Carl Rogers. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh utama mengalami keterbukaan terhadap pengalaman, penerimaan diri, dan usaha untuk mencapai kehidupan yang lebih bermakna. Penelitian ini relevan dengan penelitian penulis karena sama-sama membahas proses aktualisasi diri, meskipun objek kajian berupa novel, bukan lirik lagu.

Penelitian terakhir milik Hanif Rizqiyah dengan judul “Novel *Kerumunan Terakhir* Karya Okky Madasari: Kajian Psikologi Carl Rogers” tahun 2021 yang dipublikasikan dalam Jurnal Sapala, Vol. 3 No.1. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji karakter-karakter dalam novel *Kerumunan Terakhir* melalui perspektif psikologi humanistik Carl Rogers. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh-tokoh dalam novel tersebut mengalami proses penerimaan diri (*self-acceptance*) melalui refleksi pengalaman

pribadi, pengakuan terhadap keterbatasan diri, serta keterbukaan terhadap perubahan. Penelitian ini relevan dengan penelitian penulis karena sama-sama menekankan konsep penerimaan diri, meskipun objek kajian berupa novel, bukan lirik lagu.

Berdasarkan kajian terhadap enam penelitian terdahulu, dapat diketahui bahwa penelitian pertama hingga ketiga sama-sama menggunakan objek novel dengan fokus berbeda, yaitu aktualisasi diri, penerimaan diri, dan pencarian makna hidup. Penelitian keempat dan kelima juga menelaah novel, namun lebih menekankan dinamika relasi serta trauma dan penerimaan diri. Sementara itu, penelitian keenam berbeda karena objek kajiannya berupa drama, meskipun tetap menggunakan teori psikologi humanistik Carl Rogers. Dari keseluruhan penelitian tersebut terlihat bahwa teori Rogers banyak digunakan untuk membaca dinamika batin tokoh dalam karya sastra, namun objek kajian masih terbatas pada novel dan drama. Oleh karena itu, penelitian ini menghadirkan kebaruan dengan mengkaji lirik lagu sebagai teks sastra melalui integrasi teori Rogers dan strata norma Roman Ingarden, sehingga memberikan kontribusi baru dalam kajian psikologi sastra.

## **2.2 Kerangka Teori**

Teori berfungsi sebagai pedoman analisis dalam penelitian. Oleh karena itu, dibutuhkan teori yang tepat dan sesuai dengan tujuan penelitian yang ingin dicapai. Pada penelitian ini digunakan teori strata norma Roman Ingarden untuk menganalisis struktur dan lapisan makna lirik lagu, serta teori psikologi humanistik Carl Rogers untuk memahami

dinamika kepribadian dan proses pertumbuhan psikologis individu. Kedua teori ini dijelaskan sebagai berikut.

### **2.2.1 Teori Strata Norma Roman Ingarden**

Setiap karya sastra, baik dalam bentuk puisi, prosa, maupun lirik lagu, dipandang sebagai konstruksi yang kompleks karena tersusun atas berbagai elemen yang saling berkaitan dan membentuk satu kesatuan makna. Karya sastra tidak dapat dipahami hanya sebagai rangkaian kata atau struktur bahasa semata, melainkan sebagai sistem yang mengandung nilai estetis, pengalaman batin, serta prinsip makna yang mendalam. Berdasarkan kompleksitas tersebut, diperlukan suatu pendekatan analisis yang mampu menelusuri lapisan-lapisan makna yang membangun struktur karya sastra secara menyeluruh. Roman Ingarden memperkenalkan teori strata norma yang memandang karya sastra sebagai bangunan berlapis. Pemikiran ini kemudian dijelaskan lebih lanjut oleh Rachmat Djoko Pradopo dalam bukunya *Pengkajian Puisi* (1990), yang menyebutkan lima lapisan utama, yaitu lapis bunyi, lapis arti, lapis objek, lapis dunia, dan lapis metafisis.

Teori strata norma Roman Ingarden melihat karya sastra sebagai sistem yang terdiri atas beberapa lapisan norma yang berjenjang, masing-masing memiliki fungsi tersendiri dalam membentuk makna keseluruhan teks. Pendekatan strata norma bersifat fenomenologis karena menekankan pengalaman pembaca dalam memahami karya sastra melalui lapisan-lapisan makna yang lebih dalam, bukan sekadar urutan kata-kata. Ingarden (1973:11-13) berpendapat bahwa karya sastra merupakan konstruksi kompleks yang mengandung nilai estetis, psikologis, dan filosofis. Analisis strata

norma mencakup lima lapisan utama, yaitu (1) lapis bunyi, (2) lapis arti, (3) lapis objek, (4) lapis dunia, dan (5) lapis metafisis (Pradopo, 1990:15).

#### 2.2.1.1 Lapis Bunyi

Lapisan pertama dalam teori strata norma Ingarden berkaitan dengan aspek kebahasaan, yaitu lapis bunyi. Pada lapisan ini, perhatian diarahkan pada unsur fonetik, ritme, rima, intonasi, serta musikalitas bahasa yang membangun kesan awal sebuah karya sastra. Dalam lirik lagu, lapis bunyi tampak melalui pilihan kata, pengulangan bunyi, serta alunan melodi yang menyatu dengan teks. Unsur bunyi tidak hanya berfungsi sebagai pemanis estetis, tetapi juga berperan dalam membangun suasana emosional yang dirasakan oleh pendengar (Pradopo, 1990:16). Bunyi yang lembut dan ritmis dapat menghadirkan kesan menenangkan, sedangkan bunyi yang tegas atau terputus-putus mampu mencerminkan kegelisahan batin.

#### 2.2.1.2 Lapis Arti

Lapis arti berkaitan dengan makna kata, frasa, dan kalimat yang digunakan dalam teks sastra. Pada lapisan ini, makna literal maupun konotatif dipahami melalui analisis bahasa yang digunakan dalam lirik lagu. Lapis arti membantu mengungkap pesan eksplisit maupun implisit yang disampaikan pengarang melalui pilihan diksi dan ungkapan simbolik (Pradopo, 1990:17). Dalam lirik lagu Ghea Indrawari, kata-kata tertentu merepresentasikan pengalaman batin, seperti rasa sakit, kehilangan, ketakutan, harapan, serta proses penerimaan diri yang dialami subjek lirik.

#### 2.2.1.3 Lapis Objek

Lapis objek merujuk pada unsur yang menggambarkan tokoh atau karakter, peristiwa, serta keadaan yang ditampilkan dalam karya sastra. Dalam lirik lagu, lapis objek sering diwujudkan melalui sosok “aku lirik” yang menjadi pusat pengalaman emosional dan refleksi batin. Subjek lirik ini digambarkan mengalami berbagai konflik psikologis, seperti perasaan terluka, kebingungan, kesedihan, hingga upaya untuk bangkit dan menerima diri. Selain tokoh, lapis objek juga mencakup situasi emosional yang melatarbelakangi pengalaman tersebut (Pradopo, 1990:18).

#### 2.2.1.4 Lapis Dunia

Lapis dunia merujuk pada lapisan yang menggambarkan dunia atau realitas yang dibangun dalam karya sastra. Dunia yang dimaksud tidak selalu berupa realitas konkret, melainkan dapat berupa dunia batin yang bersifat imajiner dan reflektif. Dalam lirik lagu, lapis dunia sering menampilkan ruang perenungan, dialog batin, serta pengalaman emosional yang bersifat subjektif (Pradopo, 1990:19). Dunia ini menjadi wadah bagi subjek lirik untuk mengekspresikan perasaan terdalamnya dan memahami kondisi dirinya.

#### 2.2.1.5 Lapis Metafisis

Lapis metafisis merujuk pada lapisan terdalam dalam struktur karya sastra yang berkaitan dengan nilai-nilai universal, seperti makna kehidupan, penderitaan, harapan, dan penerimaan diri. Pada lapisan ini, karya sastra tidak hanya menyampaikan pengalaman individual, tetapi juga menghadirkan pandangan hidup yang bersifat reflektif dan filosofis (Pradopo, 1990:19). Nilai-nilai tersebut sering disampaikan

secara tersirat melalui simbol, metafora, dan suasana yang dibangun dalam teks. Lapis metafisis menjadi puncak pemaknaan karena menghubungkan pengalaman personal dengan makna universal kemanusiaan.

## **2.2.2 Teori Psikologi Humanistik Carl Rogers**

Psikologi humanistik dipandang sebagai aliran psikologi yang berkembang pada pertengahan abad ke-20 sebagai respons terhadap psikoanalisis dan behaviorisme. Aliran ini memandang manusia sebagai individu yang utuh, memiliki potensi positif, serta kemampuan untuk berkembang secara optimal melalui pengalaman hidupnya. Carl Rogers sebagai salah satu tokoh utama psikologi humanistik menegaskan bahwa manusia memiliki kecenderungan alami untuk tumbuh dan berkembang ke arah yang positif, konstruktif, dan bermakna. Pandangan tersebut menempatkan manusia sebagai subjek aktif yang mampu memahami, mengarahkan, serta memaknai pengalaman hidupnya berdasarkan kesadaran diri dan pengalaman subjektif. Dalam perspektif psikologi sastra, pandangan Rogers relevan untuk menelaah karya sastra yang menampilkan pengalaman batin manusia, khususnya konflik internal, luka emosional, dan proses pencarian makna diri. Lirik lagu, sebagai salah satu bentuk karya sastra, menyajikan narasi subjektif yang merepresentasikan dinamika psikologis individu.

### **2.2.2.1 Hakikat Manusia dan *Actualizing Tendency***

Carl Rogers mengemukakan pandangan mengenai hakikat manusia melalui konsep kecenderungan aktualisasi (*actualizing tendency*). Pandangan tersebut dijelaskan dalam kutipan berikut “*The organism has one basic tendency and striving, to actualize, maintain, and enhance the experiencing organism*” (Rogers, 1951:487). Kutipan

tersebut menunjukkan bahwa setiap individu memiliki dorongan bawaan untuk mempertahankan, mengembangkan, dan menyempurnakan dirinya. Dorongan ini bersifat alamiah dan menjadi dasar pertumbuhan psikologis manusia. Rogers memandang manusia sebagai organisme yang secara aktif bergerak menuju perkembangan diri yang sehat apabila tidak terhambat oleh kondisi lingkungan maupun konflik internal. Kondisi psikologis yang sehat dipahami sebagai keadaan ketika individu mampu menjalani proses pertumbuhan diri secara alami, sedangkan gangguan psikologis dipandang sebagai hambatan terhadap proses aktualisasi tersebut (Rizqiyah & Ahmadi, 2021: 6).

Pandangan Rogers mengenai kehidupan yang baik dijelaskan lebih lanjut dalam bukunya *On Becoming a Person*. Menurut Rogers (1961:288), kehidupan yang baik dipahami sebagai suatu proses, bukan keadaan yang pasti. Kehidupan yang baik dipandang sebagai proses pergerakan yang berlangsung ketika individu secara internal bebas bergerak ke arah yang dipilihnya, dengan arah pertumbuhan yang menunjukkan pola tertentu. Konsep ini menegaskan bahwa pertumbuhan psikologis berlangsung secara dinamis melalui pengalaman hidup yang terus dialami dan dimaknai oleh individu.

#### 2.2.2.2 *Self-Healing* dalam Perspektif Carl Rogers

Konsep *self-healing* dalam perspektif Carl Rogers berkaitan erat dengan dorongan aktualisasi diri yang mendorong individu untuk pulih dari luka emosional dan bergerak menuju pertumbuhan psikologis yang lebih sehat. Rogers memandang aktualisasi diri sebagai “daya hidup” yang secara alami mendorong manusia menuju perkembangan

kepribadian yang konstruktif (Boeree, 2013: 286). Individu yang mengikuti dorongan aktualisasi diri cenderung mampu mengenali kebutuhan batinnya, memahami pengalaman emosionalnya, serta memilih respons yang bersifat progresif terhadap situasi yang dihadapi.

Menurut Rogers dalam *On Becoming a Person*, kecenderungan untuk mewujudkan merupakan satu-satunya motif yang dapat dikaitkan dengan organisme (1961:35). Pernyataan tersebut menegaskan bahwa aktualisasi diri berfungsi sebagai motivasi fundamental dalam kehidupan manusia. Proses ini tidak berlangsung secara instan, melainkan melalui rangkaian pengalaman reflektif yang melibatkan kesadaran diri dan penerimaan terhadap pengalaman emosional, termasuk pengalaman yang bersifat menyakitkan.

#### 2.2.2.3 *Self-Acceptance* dalam Perspektif Carl Rogers

Selain aktualisasi diri, Carl Rogers menekankan pentingnya kebutuhan akan penghargaan positif (*positive regard*) dalam perkembangan psikologis individu. Kebutuhan ini mencakup kebutuhan untuk diterima, dicintai, dan dihargai oleh lingkungan sosial. Rogers membedakan penghargaan positif menjadi dua bentuk, yaitu *conditional positive regard* (penghargaan positif bersyarat) dan *unconditional positive regard* (penghargaan positif tanpa syarat). Perkembangan psikologis yang sehat hanya dapat tercapai apabila individu memperoleh *unconditional positive regard*, yakni penerimaan diri secara utuh tanpa syarat tertentu (Amalia, 2014: 95).

Penerimaan tanpa syarat ini menjadi dasar terbentuknya *positive self-regard* yang mendukung proses penerimaan diri (*self-acceptance*). Individu yang mampu

menerima dirinya secara utuh cenderung memiliki konsep diri yang lebih stabil dan mampu menghadapi pengalaman emosional tanpa sikap defensif. Rogers memandang konsep diri (*self-concept*) sebagai keseluruhan persepsi individu terhadap dirinya sendiri, yang meliputi citra diri (*self-image*) dan penilaian diri (*self-esteem*) (Venus & Helmi, 2010: 75). Konsep diri berkembang melalui interaksi sosial dan pengalaman hidup yang dialami individu.

Ketidaksesuaian antara pengalaman hidup dan gambaran diri ideal dapat memunculkan konflik batin yang mendalam. Rogers menjelaskan kondisi tersebut melalui konsep *congruence* dan *incongruence*, sebagaimana tercermin dalam kutipan berikut. Menurut Rogers (1951:499) “*Psychological maladjustment exists when the organism denies to awareness, or distorts in awareness, significant aspects of its experience*”. Pernyataan ini menunjukkan bahwa gangguan psikologis muncul ketika individu menolak atau mendistorsi pengalaman penting dalam kesadarannya.

#### 2.2.2.4 Individu yang Berfungsi Sepenuhnya (*Fully Functioning Person*)

Rogers menggunakan istilah *fully functioning person* untuk menggambarkan individu yang mampu menjalani kehidupannya secara optimal dan autentik. Individu yang berfungsi sepenuhnya tidak terlepas dari masalah, tetapi mampu menghadapi pengalaman hidup secara terbuka dan reflektif (Rogers, 1970: 80). Rogers mengemukakan tiga karakteristik utama individu yang berfungsi sepenuhnya, yaitu keterbukaan terhadap pengalaman, kehidupan yang bersifat eksistensial, dan kepercayaan terhadap organisme diri (Feist dkk., 2017: 324-325).

Ketiga karakteristik tersebut menggambarkan individu yang mampu menerima berbagai pengalaman emosional tanpa sikap defensif, menjalani hidup secara sadar pada masa kini, serta mempercayai intuisi dan perasaan batinnya dalam mengambil keputusan. Dalam album *Berdamai*, karakteristik ini tercermin melalui sikap aku lirik yang tidak lagi menghindari rasa sakit, melainkan berani menghadapi pengalaman tersebut sebagai bagian dari perjalanan hidupnya. Sikap ini mempresentasikan proses menuju *self-healing* dan *self-acceptance* yang matang.

Rogers juga mengemukakan implikasi individu yang berfungsi sepenuhnya, yang mencakup kebebasan eksistensial, kreativitas, dan nilai kepercayaan (Combs, 1962:29–31). Individu yang mampu menjalani kehidupan secara bebas, kreatif, dan penuh kepercayaan menunjukkan kematangan psikologis yang selaras dengan tujuan aktualisasi diri. Dengan demikian, konsep *fully functioning person* berfungsi sebagai indikator keberhasilan proses penyembuhan diri dan penerimaan diri yang dihadirkan dalam lirik lagu.