

## TRAUMA DALAM NOVEL *YU ZHEN*

Livia Vasantadjaja ([vasantadjaja.lv@gmail.com](mailto:vasantadjaja.lv@gmail.com))

Universitas Kristen Maranatha

**Abstract:** 《余震》 *Yu Zhen* or *After Shock* (2006) is a novel written by Zhang Ling, a Chinese woman writer who lives in Canada now. *After Shock* is a story about the great earthquake happened at Tangshan city, Hebei province, P.R.C in 1976. One interesting point to discuss from this novel is about Wan Xiaodeng's emotional states and conditions as a main character, as well as an earthquake victim in this novel. Wan Xiaodeng not only suffers from physical trauma, but also suffers from acute psychological trauma. This psychological trauma existed from her childhood to adulthood. By psychological point of view, this writing is going to discuss Wan Xiaodeng's symptoms of post traumatic stress disorder, and impacts or responses to the surroundings.

**Keywords:** 《余震》 *Yu Zhen*, *After Shock*, Zhang Ling, trauma

Hidup manusia tidak pernah lepas dari peristiwa traumatis, peristiwa yang menggoncangkan jiwa, contohnya seperti kecelakaan, kematian orang yang paling dicintai, kekerasan, pembunuhan atau tertimpa bencana alam. Peristiwa ini ketika menghampiri hidup seseorang dianggap sebagai sebuah musibah, sebuah kejadian yang terjadi tanpa diketahui sebelumnya, terjadi tiba-tiba begitu saja, orang yang menjadi korban ini tidak dalam keadaan mental yang sepenuhnya siap untuk menghadapi atau menerima kejadian musibah terjadi dalam dirinya, sehingga mengakibatkan orang-orang yang menjadi korban mengalami trauma. Ketika seseorang menderita trauma dibiarkan berkelanjutan, maka tanpa disadari akan menjadi sebuah gangguan mental yang dikenal dengan istilah PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) atau gangguan stres pasca trauma.

Bencana alam bisa terjadi di mana saja, salah satunya bencana yang paling besar yang pernah terjadi di negara China pada tahun 1976. Saat itu musim panas bulan Juli, gempa berkekuatan 7.8 skala Richter berhasil meluluhlantakkan kota Tangshan yang terletak di provinsi Hebei, bagian utara China. Latar belakang peristiwa bencana alam ini digunakan Zhang Ling (张翎), seorang novelis perempuan Tiongkok yang telah bermigrasi dan hidup menetap di Kanada, yang pada tahun 2006 membuat sebuah cerita novel pendek yang berjudul *Yu Zhen* 《余震》 atau yang diterjemahkan ke dalam Bahasa Inggris menjadi *After Shock*. Novel pendek ini juga menginspirasi sutradara kawakan China, Feng Xiaogang (冯小刚)

membuat film tentang gempa bumi di Tangshan, yang berjudul 《唐山大地震》 *Tangshan Da Dizhen* pada tahun 2010.

*Yu Zhen* menceritakan tentang bagaimana sebuah keluarga bisa terpisah satu dengan yang lain karena gempa bumi. Musibah menimpa mereka, tak ada satu pun dari antara mereka yang mengira hal ini menjadi trauma dalam hidup mereka. Yang menjadi sorotan adalah salah satu anak kembar perempuan dari keluarga Wan, bernama Wan Xiaodeng. Setelah gempa terjadi, anak kembar keluarga Wan yang berusia tujuh tahun terpisah dengan orangtua mereka. Dan kedua anak kembar itu ditemukan masih hidup di bawah runtuh bangunan, ketika orang-orang yang mencoba menyelamatkan datang untuk menolong, dari antara anak kembar itu, mereka hanya bisa menolong salah satu dari antara mereka. Sang ibu, Li Yuanni lah yang harus mengambil keputusan, anak mana yang akan diselamatkan, Wan Xiaodeng anak kembar perempuannya atau Wan Xiaoda anak kembar laki-lakinya. Ini adalah pilihan yang sulit. Li Yuanni menyayangi keduanya, baginya Wan Xiaodeng adalah seorang anak perempuan yang kuat sejak lahir, selalu menjadi penolong adik kembar laki-lakinya, sedangkan Wan Xiaoda walau fisiknya tidak sekuat Xiaodeng, namun dialah satu-satunya cucu laki-laki yang dimiliki keluarga Wan yang adalah generasi penerus keluarga tersebut. Dengan berat hati, Li Yuanni memilih Xiaoda untuk diselamatkan, saat itu dua anak kembar mendengar keputusan sang ibu memilih anak laki-laki, Xiaoda. Xiaoda yang mendengar keputusan sang ibu tak bisa berkata apapun, ia akan segera kehilangan saudara kembarnya. Sedangkan Xiaodeng yang saat itu juga mendengar pilihan sang ibu tak bisa berkata apapun, selain meneteskan air mata. Xiaodeng merasa dirinya ternyata tidak bernilai, hilangnya rasa kepercayaan antar anggota keluarga yang ia cintai selama ini, terutama dengan sang ibu. Hal ini menyebabkan torehan trauma dalam diri Xiaodeng.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, trauma adalah “keadaan jiwa atau tingkah laku yang tidak normal sebagai akibat dari tekanan jiwa atau cedera jasmani”. Cedera jasmani inilah yang terjadi dalam benak Xiaodeng ketika dirinya dikorbankan sang ibu demi adik kembarnya. Trauma fisik dialami Xiaodeng tidaklah sebanding dengan trauma psikologis yang dialaminya sejak saat sang ibu mengorbankan dirinya demi adik laki-laki kembarnya, betapa dirinya merasa tidak ada disayangi, tidak layak diperjuangkan. Semua orang dalam keluarga Wan mengira, Xiaodeng telah meninggal. Akan tetapi, sebenarnya beberapa hari kemudian, Xiaodeng sadarkan diri di tengah hari yang hujan lebat, ia ditemukan oleh seorang tentara yang membawanya ke tempat perawatan korban bencana. Sejak saat itu, Xiaodeng tak pernah berbicara sepatah kata pun sampai akhirnya ia diadopsi oleh sepasang suami istri. Semenjak kejadian gempa di Tangshan yang menimpa dirinya, Xiaodeng terus membawa trauma di sepanjang hidupnya.

Bentukan dan perkembangan psikologis Xiaodeng dari masa kanak-kanak sampai masa dewasa sangat terpengaruh oleh pengalaman pahit yang menorehkan trauma mendalam ini. Dengan demikian, orang seperti Xiaodeng, orang yang menderita trauma akan selalu terus menerus hidup dalam dua dunia, dunia trauma dan dunia nyata yang harus ia jalani keduanya. (van der Kolk & van der Hart, 1995, p. 176) Hal ini menjadi masalah yang menarik untuk dibahas dan digali lebih dalam melalui tinjauan psikologi sastra. Dalam diri tokoh Wan Xiaodeng tercermin

banyak sekali gejala-gejala trauma berkelanjutan (PTSD) yang mempengaruhi perilakunya atau tindakannya pada orang-orang sekitar. Kedua hal ini akan menjadi pembahasan dalam tulisan ini, yakni mengungkap trauma-trauma yang diderita oleh Wan Xiaodeng sebagai tokoh sentral perempuan dalam novel ini dan bagaimana pengaruh perilaku Wan Xiaodeng yang hidup dengan trauma pada hal-hal di sekitarnya, seperti relasi dengan suami, anak, keluarga asuh, dan lingkungan.

Melalui uraian rumusan permasalahan di atas, secara keilmuan penelitian ini dapat mencerminkan unsur intrinsik dan unsur ekstrinsik, yaitu psikologi dan sastra, menjadi sebuah konsep yang merekam realita hidup manusia, terutama menelusuri aspek kejiwaan manusia yang terpancar dalam teks sastra. Dalam hal ini, trauma menjadi titik temu dalam pembahasan penelitian psikologi sastra. Secara praktis, bisa dipelajari bahwa trauma bisa terjadi pada setiap diri manusia. Ketika trauma harus dialami oleh seseorang, maka orang tersebut harus menerimanya sebagai bagian dari hidup dirinya, dan ini bukanlah hal yang mudah. Namun, mengalami trauma bisa membuat manusia mengenal kelebihan dan kelemahan diri, terutama di tengah keterpurukan hidup yang harus dialami.

### **Trauma**

Telaah jiwa manusia menjadi hal yang menarik untuk dipahami lebih dalam, dan telaah ini umumnya didapatkan ketika mempelajari bidang psikologi. Akan tetapi memahami jiwa manusia bisa dilakukan dalam dunia fiksi juga. Inilah yang ditampilkan dalam psikologi sastra. Albertine Minderop menyatakan bahwa psikologi sastra adalah telaah karya sastra yang diyakini mencerminkan proses dan aktivitas kejiwaan. (Minderop, 2013, p. 54) Memahami dan menelaah aspek atau unsur kejiwaan dalam suatu karya menjadi tujuan dari telaah psikologi sastra. Terutama yang menjadi perhatian dalam penelitian ini adalah keterlibatan tokoh yang menampilkan sisi kejiwaan dan masalah psikologis yang dialami.

Dalam penelitian psikologi sastra ini, teks dalam *Yu Zhen* yang merekam gejala kejiwaan dan perilaku manusia muncul pada tokoh utama perempuan, Wan Xiaodeng, menjadi data empiris yang bisa dibahas atau dikaji dengan lebih dalam dengan mengaplikasikan salah satu konsep psikologi, terutama yang berkaitan dengan trauma atau trauma berkelanjutan, seperti PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) atau gangguan stres pascatrauma. Konsep pendekatan psikologi ini akan menggunakan konsep yang dikemukakan oleh Cathy Caruth dalam *Trauma: Explorations in Memory*.

Trauma muncul atau terjadi dalam diri seseorang karena pernah mengalami sebuah peristiwa traumatis yang membuat jiwanya tergoncang disertai dengan sulitnya menerima kejadian buruk tersebut menjadi bagian dari hidupnya. Kata *trauma*, dalam Bahasa Inggris dan Bahasa Yunani, “*wound*” dan “*trauma*”, awalnya memiliki makna luka atau cedera pada tubuh. Di kemudian hari, dalam dunia kedokteran atau psikologi terjadi perubahan makna yang dipengaruhi oleh Sigmund Freud. Istilah *trauma* dipahami bukan sebagai luka atau cedera pada tubuh atau raga, namun luka atau cedera pada jiwa atau pikiran atau mental seseorang. Luka yang dialami bukan seperti luka pada tubuh yang mudah dan dapat disembuhkan dalam durasi waktu cukup singkat. Luka ini merupakan luka batin yang berasal dari

sebuah peristiwa atau pengalaman hidup yang melibatkan unsur waktu, diri, dan lingkungan. (Caruth, 1996, p.4)

Lebih lanjut, Cathy Caruth juga menyatakan bahwa trauma adalah sebuah rekaman ingatan dari masa lalu yang penuh dengan sebuah atau rangkaian peristiwa traumatis yang membentuk sebuah memori yang kompleks, dan belum dimiliki sepenuhnya, belum diakui, belum diterima menjadi bagian dari pengalaman atau riwayat hidup seseorang yang mengalami trauma. (Caruth, 1995, p. 154) Trauma berkelanjutan pada diri seseorang adalah sebuah respon atau reaksi yang terunda dari peristiwa penuh gejolak atau dashyat yang terjadi. Penderita trauma akan sering mengalami halusinasi berdasarkan pengalaman buruk yang pernah dialami. Peristiwa tersebut bisa muncul dalam wujud mimpi, ingatan atau pikiran, tingkah laku dari yang bersangkutan. Penderita juga bisa menjadi mati rasa terhadap hal-hal di sekelilingnya sesudah peristiwa buruk menimpanya. Sering merasa cemas berlebihan atau usaha menghindarkan diri dari hal-hal yang bisa merangsang dirinya mengingat peristiwa buruk pun akan *setting* muncul dalam diri orang yang mengalami trauma.

Secara garis besar, hal yang sama diungkapkan oleh American Psychiatric Association mengenai gejala-gejala trauma berkelanjutan, sebagai berikut:

a. *Re-experiencing atau Intrusion*

Merupakan kemunculan kembali peristiwa atau pengalaman traumatis ke dalam diri (*flashback*), memunculkan rasa bingung, cemas dan ketakutan karena penderita seolah-olah diajak kembali merasakan kembali pengalaman buruk itu. Gejala ini membuat penderita dalam posisi terancam, perlu waspada terhadap hal yang bahaya. Mimpi buruk yang berulang juga bisa dialami oleh penderita.

b. *Avoidance*

Perasaan tidak nyaman atau menyakitkan yang dimiliki penderita membuat dirinya berusaha menghindar supaya tidak mengalami kejadian traumatis. Hal ini terjadi ketika berhubungan atau menjalin relasi dengan orang lain. Penderita akan menghindari kontak emosi dengan keluarga atau sahabat, menghindari lokasi, percakapan yang mengingatkan dirinya dengan trauma, menciptakan "jarak" atau menarik diri dari hal-hal di sekitarnya, kehilangan minat terhadap berbagai hal yang positif.

c. *Hyperarousal*

Kecemasan berlebih dialami oleh penderita menyebabkan dirinya merasa dalam keadaan terancam atau bahaya terus menerus. Sering ditemui para penderita mengalami gejolak emosi yang tidak stabil, seperti tiba-tiba menjadi agresif, mudah tersinggung, marah meledak-ledak, gelisah, sulit konsentrasi, mudah terkejut, panik, hal ini dilakukan untuk melindungi dirinya sendiri. Selain itu, penderita juga mengalami insomnia yang disertai dengan mimpi buruk.

Jika gejala-gejala trauma berkelanjutan kerap kali muncul dan tidak ditangani, maka akan penderita akan mengalami depresi yang dalam dan berkepanjangan, perasaan suram akan mengikuti sepanjang hidup penderita, penderita akan merasa dirinya memiliki pemikiran atau perasaan yang sempit, merasa diri tidak berharga atau tidak berdaya, kesulitan berpikir logis. Dengan demikian akan semakin panjang waktu yang dibutuhkan untuk mengobati penderita dalam tahap depresi akut seperti itu.

## METODE PENELITIAN

Penelitian psikologi sastra ini merupakan penelitian interdisipliner antara bidang psikologi dan sastra. (Endraswara dalam Minderop, 2013, p.59) Penelitian ini menerapkan metode penelitian deskriptif kualitatif. Dengan metode ini, penelitian mengungkapkan dan mempelajari masalah atau kondisi atau peristiwa yang terjadi sekarang ini secara deskriptif dan sistematis, peneliti juga mengungkapkan fakta-fakta atau data-data yang tampak atau yang diamati sebagai basis analisis, sehingga dapat memberikan gambaran yang faktual dan akurat mengenai permasalahan atau fenomena yang terjadi. Berkenaan dengan hal ini, penulis melibatkan unsur tokoh dan penokohan, yaitu tokoh utama perempuan Wan Xiaodeng menjadi fokus utama. Proyeksi kejiwaan yang dinamis dalam diri tokoh utama menjadi sisi penting permasalahan yang akan dibahas dengan tinjauan psikologi.

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan dua jenis data, yaitu data primer dan sekunder. Data primer untuk penelitian ini yaitu teks novel pendek *Yu Zhen* karya Zhang Ling. Data sekunder yang digunakan, berfungsi sebagai data yang diambil di luar data primer, seperti sumber-sumber referensi berkenaan tentang trauma yang utama karya Cathy Caruth berjudul *Trauma: Explorations in Memory* dan *Unclaimed Experience*, beberapa artikel jurnal berkaitan dengan *Yu Zhen*, dengan pembahasan berfokus pada tentang narasi, kritik karya sastra tentang *Yu Zhen* dan naskah wawancara Zhang Ling dengan media yang menjelaskan tentang perbedaan karya novel dengan karya layar lebar yang ditampilkan oleh Feng Xiaogang. Dengan adanya kedua jenis data yang dikumpulkan ini menjadi salah satu dasar bagi penelitian ini ditunjang dengan studi kepustakaan yang komprehensif.

## PEMBAHASAN

### 《余震》 Yu Zhen

《余震》 *Yu Zhen* adalah salah satu karya novel pendek Zhang Ling, novel-novel lain yang pernah ditulisnya di antara lain adalah 《邮购新娘》 *Yougou Xinni*, 《望月》 *Wang Yue*, 《羊》 *Yang*, 《雁过藻溪》 *Yan Guo Zaoxi*, 《金山》 *Jinshan*, dan beberapa karya-karya tersebut pernah mendapat penghargaan sastra. Zhang Ling adalah seorang penulis wanita asal Tiongkok, lahir di kota Wenzhou, provinsi Zhejiang, namun sejak tahun 1986, Zhang Ling memutuskan meneruskan pendidikan master dalam bidang sastra Inggris dan sekaligus mengambil jalur pendidikan keahlian sebagai ahli kesehatan pendengaran di Kanada dan Amerika. Setelah tamat studi, ia memutuskan tetap bermukim di Toronto, Kanada hingga kini. Ia merupakan salah satu penulis berbahasa Mandarin yang produktif menghasilkan karya-karyanya di luar China sejak tahun 1990-an. Penulis seperti dirinya disebut sebagai penulis Kanada-Tionghoa (*Chinese*

*Canadian Writers*), kumpulan para penulis China perantauan yang banyak menghasilkan karya sastra dengan bahasa Mandarin atau bahasa Inggris.

Ketika Zhang Ling menulis *Yu Zhen* ini, ia terinspirasi oleh buku yang ditemukannya di sebuah toko buku di bandara Beijing tatkala dirinya menunggu penerbangan ke Toronto, buku tersebut berjudul 《唐山大地震亲历记》 *Tangshan Da Dizhen Qinli Ji*. Tepat sekali tahun 2006 adalah tahun peringatan 30 tahun gempa Tangshan. Zhang Ling kemudian banyak mencari dan mengumpulkan semua artikel, dokumen atau data yang berkaitan dengan gempa Tangshan. Dari sana ia memulai menciptakan tokoh-tokoh, alur kejadian dan peristiwa, kehidupan korban gempa yang bertahan hidup saat itu. Peristiwa gempa Tangshan membuat rasa kemanusiaan Zhang Ling tergerak dan tersentuh, dan ia bisa merasakan kepedihan dan kesedihan di tengah-tengah semua sumber yang ia miliki. Kepedihan dan kepahitan hidup menjadi salah satu sumber inspirasi tulisan yang ia buat dalam *Yu Zhen*.

*Yu Zhen* menjadi sebuah cerita yang sangat populer setelah sutradara film terkenal China, Feng Xiaogang (冯小刚), membuat karya layar lebar dari gempa Tangshan ini dengan judul 《唐山大地震》 *Tangshan Da Dizhen*. Film ini merupakan film negara China yang dibuat pertama kali dengan menggunakan teknologi IMAX. Feng Xiaogang tertarik mengambil ide cerita dari novel pendek Zhang Ling, walau tidak sama sepenuhnya. Banyak perbedaan disajikan dalam film daripada novel itu sendiri. Satu hal yang membuat perbedaan menonjol adalah sudut pandang kreasi dua seniman ini. Dari sudut pandang sutradara, Feng Xiaogang merekonstruksi cerita *Yu Zhen* dengan pendekatan yang lebih halus dan lembut, walau sebuah bencana alam mencerai-beraikan sebuah keluarga, bahkan dengan kematian, dan dengan adanya sebuah pilihan sulit yang dibuat oleh seorang ibu untuk memilih seorang dari anak kembarnya untuk diselamatkan, dan kemudian menghadirkan trauma dan luka hati yang membekas di sepanjang hidup mereka, dan cerita dalam film menghadirkan kembali rekonsiliasi semua anggota keluarga korban gempa. Tapi tidak dengan demikian yang dihadirkan oleh Zhang Ling dalam novelnya. Zhang Ling mendasarkan cerita ini dengan kepedihan dan kesedihan hati. Bencana, sakit hati, trauma adalah suatu fakta yang harus dihadapi setiap tokoh utamanya dengan melukiskan bahwa tidak semua orang dapat dengan mudah menerima kesulitan dan lika-liku hidup dengan mudah dan lapang dada, naik-turun kehidupan psikologis tokoh utama sangat diperlihatkan, seakan-akan trauma membawa hidup orang tenggelam dalam kekelaman, dan untuk keluar dari dunia itu membutuhkan perjuangan dan pengorbanan secara mental, seperti yang digambarkan melalui tokoh utama perempuan, Wan Xiaodeng.

### **Trauma dalam *Yu Zhen***

Tokoh sentral pada *Yu Zhen*, salah satunya adalah Wan Xiaodeng. Ia adalah putri dari keluar Wan. Ayahnya, Wan Shifu (万师傅) dikenal sebagai orang yang giat bekerja sebagai sopir angkut barang antarprovinsi. Semua orang di kabupaten Feng Nan, Tangshan mengenal suami Li Yuanni (李元妮) ini dengan sebutan Wan Shifu. Li Yuanni sendiri dulunya terkenal sebagai seorang penyanyi dan penari, tapi ia tidak disukai oleh orang sekitarnya. Pasangan ini memiliki anak

kembar, yang perempuan bernama Wan Xiaodeng (万小登), yang laki-laki bernama Wan Xiaoda (万小达). Wan Xiaodeng lahir lima belas menit lebih awal dari Wan Xiaoda, secara fisik sejak bayi Xiaodeng terlihat lebih kuat dan sehat dibandingkan dengan Xiaoda. Maka perhatian sang ibu lebih banyak pada Xiaoda, apalagi Xiaoda menjadi penerus bagi keluarga Wan. Xiaodeng mengetahui dan mengerti tentang hal ini, namun ia tetap selalu menjaga dan melindungi adik laki-lakinya.

Akan tetapi, kehidupan keluarga Wan ini tercerai-berai setelah terjadinya gempa Tangshan. Saat gempa terjadi, Wan Shifu sedang dalam perjalanan mengangkut barang ke provinsi lain, dan ia meninggal tertimpa reruntuhan gempa di tengah perjalanan. Sedangkan, Li Yuanni dan kedua anak kembarnya terpisah. Li Yuanni selamat dari gempa itu, dan begitu pula dengan kedua anak kembarnya hidup, tapi tertimpa reruntuhan. Dan pilihan sulit yang penuh dilema harus dibuat oleh Li Yuanni dengan menyelamatkan salah satu di antaranya, dan dipilihnya Xiaoda saat itu, sedangkan Xiaodeng harus menerima kenyataan pahit yang menjadi trauma sepanjang hidupnya. Dalam paparan isi novel ini, maka dapat ditemukan tiga gejala trauma berkelanjutan pada diri Xiaodeng, yaitu *re-experiencing* atau *intrusion*, *avoidance*, dan *hyperarousal*.

*Re-experiencing* atau *intrusion* merupakan kemunculan kembali peristiwa traumatis dalam diri seseorang yang telah mengalami trauma berkelanjutan. Ketika Wan Xiaodeng merasa dirinya ditolak oleh sang ibu, yang dilakukannya adalah menutup dirinya dan seakan-akan Xiaodeng mengubur semua peristiwa buruk yang harus dialaminya ketika ia masih berusia tujuh tahun, ia menganggap seluruhnya seakan-akan tidak terjadi pada dirinya. Tetapi, Xiaodeng tetap harus menghadapi bagian pahit masa lalunya cepat atau lambat.

*Yu Zhen* diawali dengan masa saat Xiaodeng dewasa dan tinggal di Toronto dan berada dalam bimbingan dan pengawasan psikiater, Henry Wolffe. Awal tahun 2006, Xiaodeng dirawat di Rumah Sakit St. Michael karena percobaan bunuh diri yang gagal. Tercatat dalam rekam medis, terdapat usaha bunuh diri sebanyak tiga kali. Yang ketiga kalinya ini ia mencoba mengiris urat nadi, dua usaha yang dilakukan waktu lalu yaitu tiga tahun yang lalu dan enam belas bulan yang lalu Xiaodeng berusaha menelan pil tidur berlebih, dan yang terakhir ini dia lakukan dua hari yang lalu. Tindakan atau upaya bunuh diri atau perlakuan merusak diri biasanya permulaan aksi yang dilakukan oleh orang yang mengalami trauma.

“窗户，沃尔夫医生，我看见了一扇窗户。”

“试试看，推开那扇窗户，看见的是什么？”

“还是窗户，一扇接一扇。”

“再接着推，推到最后，看到的是什么？”

“最后的那扇窗户，我推不开，怎么也推不开。”女人叹了口气。

(Zhang, 2006, p.6-7)

Saat itu Xiaodeng segera dirujuk untuk meminta bantuan kepada seorang psikiater. Wolffe membantu Xiaodeng dengan cara hipnotis, ia bertanya apa yang

dilihatnya. Xiaodeng menjawab ia melihat sebuah jendela yang ketika dibuka di baliknya ada jendela lagi, begitu terus dibuka satu per satu, sampai jendela yang terakhir tidak mampu dibukanya. Jendela yang dimaksud adalah setiap peristiwa yang dialami di masa lalu yang dihadirkan kembali dalam diri Xiaodeng. Jendela yang bisa terbuka adalah peristiwa yang telah terjadi dalam hidupnya dan ia menerimanya sebagai bagian hidupnya, sedangkan jendela yang tak dapat dibuka, adalah peristiwa traumatis yang selama ini ia hindari dan belum diakui oleh Xiaodeng sebagai bagian dari hidupnya. Dan ini yang diusahakan oleh psikiater, yaitu menolong Xiaodeng untuk menghadapi jendela yang terakhir, yaitu peristiwa traumatis yang menimpa diri Xiaodeng.

Bertepatan dengan hari Valentine, Xiaodeng datang ke tempat Henry Wolffe untuk konsultasi sesuai dengan yang dijadwalkan, ia juga menyerahkan catatan mengenai kondisi dan kualitas tidur selama satu minggu setelah konsultasi pertama mereka. Dalam catatan itu terdapat waktu tidur yang kualitasnya tidak terlalu baik dengan durasi tidur yang pendek, suka terbangun beberapa waktu di malam hari, banyaknya mimpi yang dialami. Wolffe menanyakan isi mimpi yang muncul di tidurnya. Namun, jawaban Xiaodeng tetap sama, ia tidak bisa membuka daun jendela yang lain. Wolffe memberitahukan apa yang sebenarnya terjadi pada diri Xiaodeng akan bisa diatasi dengan menerima semua kejadian yang lalu dalam hidupnya, berusaha membuka daun jendela terakhir dan menangis menjadi ciri keberhasilan Xiaodeng sembuh dari depresinya.

Dengan percobaan bunuh diri yang dilakukan oleh Xiaodeng, mimpi buruk yang sering dialami, menandakan diri secara psikis sudah masuk ke dalam tahap depresi akibat trauma berkepanjangan yang tidak ditangani. Wolffe sebagai psikiater jelas mengetahui apa yang terjadi dengan pasiennya. Wolffe menghipnotis Xiaodeng sebagai salah satu cara untuk mengatasinya, ia harus mendengar bagaimana gangguan-gangguan terjadi dalam pemikiran Xiaodeng dan kesenjangan yang terjadi antara pengalaman buruk yang terjadi di masa lalu dan kehidupan masa kini Xiaodeng.

Yang dilakukan oleh Wolffe kepada Xiaodeng adalah dengan menghadirkan kembali pengalaman buruk atau peristiwa-peristiwa traumatis yang pernah dialami oleh Xiaodeng. *Re-experiencing* dalam kontrol pengobatan hipnotis diperoleh banyak sekali peristiwa traumatis yang dialami Xiaodeng dan semua itu saling berkaitan satu dengan yang lain dan memengaruhi hubungan Xiaodeng dengan dirinya sendiri, dan dalam hal berelasi dengan orang di sekitarnya, seperti suami dan anaknya.

“万小登对这个晚上的记忆有些部分是极为清晰的，清洗到几乎可以想得起来每一个细节的每一道纹理。而对另外一些部分却又是极为模糊的，模糊到似乎只有一个边缘混淆的大致轮廓。很多年后，她还在怀疑，她对那天晚上的回忆，是否是因为看过了太多的纪实文献之后产生的一种幻觉。她甚至觉得，她生命中也许根本不存在在这样一个夜晚。”(Zhang, 2010, p.13)

Kemunculan pengalaman traumatis ke dalam diri Xiaodeng dialaminya kembali pada waktu ia diminta untuk mengingat hal-hal apa saja yang terjadi pada



masa kecilnya. Xiaodeng merasa mampu mengingat seluruh kejadian yang terjadi secara rinci saat musim panas tahun 1976 itu. Tapi dia merasa dirinya tidak bisa mengingat beberapa hal dengan jelas. Setelah beberapa tahun sejak kejadian gempa, ia merasa dirinya hidup di tengah halusinasi, karena dia pikir mungkin karena dirinya belakangan ini terlalu banyak membaca dokumen atau catatan tentang peristiwa gempa itu, bahkan kejadian itu mungkin saja terjadi atau tidak terjadi dalam hidupnya. Xiaodeng mengingat dengan jelas musim panas tahun 1976 itu sangat panas, jauh lebih panas dibandingkan dengan musim panas tahun sebelumnya. Saat itu Xiaodeng ingat anjing-anjing di jalanan sering menggonggong dan terdengar mereka sepertinya sangat resah. Lalu malam itu, sayup-sayup ia mendengar percakapan ibu dan pamannya, Lao Qi (老七) tentang bagusnya, indahnya kota Shanghai, lalu ibu menceritakan tentang anak kembarnya, tentang mertuanya. Saat itu Wan Shifu tidak bersama dengan mereka karena harus melakukan pengiriman ke luar kota. Lalu tiba-tiba mereka merasa ada getaran, tak lama terjadilah gempa yang besar, gedung-gedung roboh satu per satu, jalan-jalan retak. Semua orang berteriak-teriak minta tolong, menjerit-jerit kesakitan ataupun tidak mengeluarkan suara apapun karena kematian sudah merenggut nyawa mereka.

Xiaodeng mengakui setelah gempa, ia tidak ingat kejadian setelahnya, seumpama pita film, ia hanya ingat bagian awal dan akhir, yaitu di mana sekarang ia hidup di Toronto yang ia pikir jauh dari bencana. Sekarang ia berusaha mengumpulkan serpihan-serpihan ingatan yang hilang dalam memori otaknya.

Lalu, pikirannya melayang kembali ke suatu masa itu.

两个孩子，一个压在这头，一个压在那头。

四周是死一样的寂寞。

“姐，你说话，就哪一个。”是小舅在说话。

母亲的额头嘭嘭地撞着地，说：“天爷，天爷啊。”一阵撕扯声之后，母亲的哭声就低了下来，小登听见小舅厉害呵斥着母亲：“姐你再不说话，两个都没了。”

母亲的声音非常柔软，旁边的人几乎是靠猜测揣摩出来的。可是小登和小达却都准确无误地听到了那两个音节，以及音节之间的一个细微停顿。

母亲石破天惊的那句话是：

小……达

小达一下子拽紧了小登的手。小登期待着小达说一句话，可是小达什么也没有说。头顶上响起了一阵滚雷一样的声音，小登觉得有人在她的脑壳上凶猛地砸了一锤。

“姐哦，姐”

这是小登入万劫不复的沉睡之前听到的最后一个声音。（Zhang, 2010, p.17-18）

Xiaodeng teringat ketika gempa berhenti, ia dan Xiaoda sudah berada di bawah runtuh beton. Xiaoda merengkek ketakutan, ia sendiri tak bersuara saat itu. Mereka di bawah bisa mendengar dengan jelas suara-suara orang yang berlalu-lalang di atasnya, suara Li Yuanni yang histeris, apalagi ketika mereka tahu ada

orang-orang datang untuk menyelamatkan mereka. Salah satu dari orang-orang itu, bertanya pada sang ibu anak manakah yang mau diselamatkan, karena hanya satu saja yang mereka selamatkan. Li Yuanni tidak bisa memilih satu di antaranya, tetapi akhirnya ia memutuskan dengan berat hati, dan ia harap suaranya tidak terdengar oleh anaknya, ketika ia menyebutkan nama Xiaoda untuk diselamatkan. Xiaodeng sedih sekali ketika ibu yang ia cintai memilih Xiaoda, bukan dirinya. Itulah hal paling pahit yang ia ingat sebelum semuanya menjadi gelap. Ia pikir dirinya sudah mati, selang beberapa hari, ia sadarkan diri dan ia sendiri menemukan dirinya berbaring di antara tumpukan korban gempa yang sudah tak bernyawa.

Kemudian Xiaodeng ditolong oleh seorang tentara ke sebuah tenda darurat militer untuk menolong korban bencana, di tempat inilah ia dirawat dan tinggal sementara sampai ada kerabat yang mengenalinya dan membawa dirinya pulang. Tetapi awal musim gugur itu, Li Yuanni sendiri tidak tahu putrinya masih hidup, ia hanya menerima kabar bahwa Xiaodeng sudah meninggal dan jasadnya tidak ditemukan. Li Yuanni sama sekali tidak tahu saat itu Xiaodeng masih hidup, menjalani perawatan di tenda tentara. Saat Xiaodeng masih berada di perkemahan tentara itu, bersamaan dengan peristiwa berkabung nasional, yaitu kematian pemimpin besar negara China, Mao Zedong. Anak-anak yang berada di tempat tentara saat itu diminta untuk membuat bunga putih dari kertas sebagai tanda berkabung, banyak orang di sana waktu itu menangis tanpa henti selama beberapa hari.

Trauma psikologis yang dialami oleh Xiaodeng saat gempa telah meresap di dalam diri Xiaodeng dalam-dalam, Salah satu hal yang Xiaodeng tunjukkan adalah ia berlaku seolah-olah dirinya kehilangan satu tangan kanannya,

“我的手，断了。”那个孩子说。

……于是战士说话的语气就有些严肃起来：“你的手好好的，从今天开始，再也不许用左手。”

那个孩子捡起剪子……用的衣旧的左手，也不抬头看战士却低声地说：“你又不是X光，你怎么看得出我的手没断。”周伟的孩子叽叽咕咕地笑了起来，眼泪的废墟上毫无过渡地生出了快乐的绿意。“叔叔她有神经病。”一个男孩趴在战士耳边说。(Zhang, 2010, p.30-31)

jadi ia mengerjakan segala sesuatunya hanya dengan tangan kirinya saja, ia mengaku bahwa tangan satunya yang ia miliki itu putus, walau fakta sebenarnya tangan kanannya baik-baik saja, hanya saja ia selipkan ke dalam saku. Semua anak-anak di situ menganggap Xiaodeng sakit atau menderita gangguan jiwa. Bahkan ada tentara yang mempertanyakan mengapa saat berkabung seperti ini banyak anak-anak yang ikut sedih menngisi pemimpin besar itu, tapi satu anak ini tidak dilihatnya menitikkan setetes air mata pun. Sebenarnya apa yang dilakukan oleh Xiaodeng adalah sebuah refleksi trauma yang ia alami. Dalam traumanya ia melakukan *re-experiencing*. Ber laku seperti orang cacat yang tidak pernah punya tangan kanan merupakan gambaran dari apa yang diderita oleh saudara kembarnya Xiaoda, karena saat di bawah reruntuhan itu ia mengetahui bahwa tangan kanan Xiaoda tertimpa reruntuhan beton dan mati rasa.

Sejak Xiaodeng mendengar keputusan Li Yuanni menyelamatkan Xiaoda dibandingkan dengan dirinya, ia memutuskan mulai saat itu ia tidak akan menangis kembali. Saat dibawa ke kamp tentara untuk mendapatkan perawatan, Xiaodeng sama sekali tidak bicara. Banyak orang menanyakan namanya, siapa orangtuanya, satupun tidak dijawabnya. Sehingga orang-orang pikir Xiaodeng hilang ingatan karena gempa, hal ini lumrah dan wajar sekali terjadi. Padahal sebenarnya Xiaodeng berusaha menutup semua tragedi itu dalam dirinya. Dirinya menolak untuk mengulang atau mengingat kembali masa-masa buruk yang membawa trauma itu.

Dengan kondisi seperti ini, sangatlah tepat untuk menjadikan Xiaodeng sebagai anak adopsi oleh keluarga Wang yang menginginkan kehadiran buah hati dalam keluarga mereka. Dengan diadopsinya Xiaodeng oleh keluarga Wang ini, maka namanya yang semula Wan Xiaodeng (万小登), menjadi Wang Xiaodeng (王小灯). “第二天, 那个孩子就搬入了王家的窝棚, 成为王家的养女。王家的女人拉着那个孩子的手, 问: ‘你真的, 不记得你的亲娘了?’ 那个孩子定定地看着王家的女人, 说: ‘你就是, 我的娘了。’ 王家的女人又哭了起来, 这回是欢喜的苦。” (Zhang, 2010, p.33) Ketika Xiaodeng ditanya tentang keberadaan ibu kandungnya, ia menolak dan melakukan *intrusion*, terutama kalau harus mengingat ibunya yang sudah menolaknya, dengan begitu di masa kanak-kanaknya ini Xiaodeng menutup dan menyudahi relasi dengan keluarga kandungnya.

Di samping itu, Xiaodeng yang setuju diadopsi oleh keluarga Wang dianggap sebagai *avoidance* atau penghindaran diri. Penghindaran diri dilakukan karena adanya perasaan tidak nyaman atau menyakitkan yang membuat penderita trauma menghindar, agar dirinya tidak terluka kembali. Xiaodeng memutuskan untuk memilih mempunyai hidup yang baru dengan keluarga asing dibandingkan dengan keluarga kandungnya, ini juga merupakan penghindaran diri berupa “jarak” yang Xiaodeng ciptakan untuk menghindari kontak emosi dengan Li Yuanni dan Xiaoda dan kembali mengalami penolakan atas dirinya.

Namun, memiliki keluarga baru yang mengadopsinya tidak membuat Xiaodeng lepas dari trauma. Di tengah-tengah keluarga angkatnya sekali lagi ia harus terlukai, dan meninggalkan trauma yang mendalam. Trauma yang ia alami kali ini baik dengan ibu asuhnya Dong Guilan (童桂兰), maupun dengan ayah asuhnya Wang Deqing (王德清). Semenjak Xiaodeng hadir di kehidupan pasangan ini, Xiaodeng sangat menyukai ibu asuhnya, ia merasa nyaman dengannya, terlebih ia bisa merasakan Dong Guilan sungguh tulus menyayanginya. Xiaodeng sendiri berusaha untuk memiliki prestasi yang baik terutama dalam Bahasa Inggris di sekolah, karena Dong Guilan adalah seorang guru Bahasa Inggris. Maka dari itu Xiaodeng selalu membanggakan sang ibu angkat dengan nilai Bahasa Inggris yang selalu baik.

Saat Xiaodeng berusia 13 tahun, Dong Guilan divonis mengidap kanker yang sudah menjalar ke paru-paru dan hati, sulit untuk disembuhkan. Tak sampai satu bulan, ia meninggal. Ini adalah pukulan bagi Xiaodeng.

小灯说的那句话是: “你骗了我。”

当然，也只是王德清明白小灯的意思。当年把小灯领回家的时候，一路上小灯只问了一句话，不过这句话他一连问了三次。小灯问：“你们会收留我多久？”这一句话问得董桂兰眼泪涟涟。董桂兰搂了小灯，反反复复地说：“一辈子，一辈子，我们一辈子都和你在一块。”（Zhang, 2010, p.52）

Xiaodeng merasa Dong Guilan tidak adil padanya, Dong Guilan tidak menepati janjinya, karena saat pertama kali Xiaodeng diadopsi, Xiaodeng pernah bertanya pada pasangan ini, berapa lama mereka akan pelihara dirinya. Saat itu Dong Guilan berjanji bahwa ia akan bersama Xiaodeng sepanjang hidupnya, tapi nyatanya Dong Guilan terlebih dahulu meninggalkannya. Xiaodeng kecewa sekali, ini kedua kalinya ia ditinggal orang yang dicintainya.

Peristiwa meninggalnya Dong Guilan sebenarnya membawa Xiaodeng mengalami kembali (*intrusion/re-experiencing*) apa yang pernah dilakukan oleh ibu kandungnya, Li Yuanni pada dirinya. Waktu gempa Li Yuanni mengorbankan Xiaodeng demi keselamatan Xiaoda, ini dianggap sebagai penolakan. Kali ini walau Dong Guilan meninggal, dan dengan membiarkan diri Xiaodeng hidup sendiri sama berarti penolakan terhadap dirinya. Karena sebenarnya yang dibutuhkan Xiaodeng adalah orang yang betul-betul menyayangi dirinya. Xiaodeng sendiri merasakan ketakutan dan kecemasan ketika harus menerima kenyataan ini.

Lalu, Wang Deqing, ayah asuhnya jatuh sakit setelah upacara pemakaman Dong Guilan. Xiaodeng merasa cemas dirinya juga akan ditinggalkan oleh orang terakhir yang dia kenal dalam hidupnya. Dengan nada bicara sinis, dingin dan tajam, Xiaodeng bertanya juga apakah ayah asuhnya akan pergi meninggalkannya juga. Perilaku Xiaodeng ini menunjukkan bahwa sebenarnya dirinya sedang waspada dengan apa yang harus dia hadapi seorang diri. Wang Deqing saat itu langsung menangis dan memeluk Xiaodeng, ia berjanji tidak akan meninggalkan Xiaodeng sendiri.

“灯啊，爸爸不会，绝对不会，离开你。这世上只有，只有咱爷俩了。”

王德清的手抚过小灯的额小灯的眉眼小灯的鼻子小灯的嘴唇，呼吸渐渐地粗重了起来，鼻息犹如一只小马达，呼呼地扇过小灯的脖子。王德清的手哆哆嗦嗦地伸进了小灯的衣领，停留在那两团鼓起的圆块上。王德清的手指在那个半是坚硬半是柔软的地方揉搓了很久，后来便继续下游走，伸到了小灯的两腿之间。

.....

“别怕，灯，把不会害你，爸只是，只是想好好看看你。”

王德清脱光了小灯的衣服，将连近近地贴上去。小灯的身体鱼一样地闪着青白色的光，照见了王德清扭成了一团的五官。突然，小灯觉得有一件东西杵了进来——是一根手指。那根手指如一团发着酵的面团，在自己的体内膨胀堵塞着，生出隐隐的痛意来。小灯突然狠狠地伸直了腿，王德清没防备，被一脚蹬到了地上。爬起来，声音就碎得满地都是。

“爸，爸只是太寂寞了，你妈，很，很久，没有.....”

第二个星期王德清轮休回家，小灯没在。屋里留了一张纸条：

“我去同学家睡觉，别找我。”

纸条没称呼也没有落款，是用一把削水果的尖刀扎在卧室的门上的。

那年小灯十三岁。(Zhang, 2010, p.53-54)

Tetapi pelukan ayah dan anak asuhnya itu menimbulkan nafsu seksual bagi Wang Deqing, dengan alasan selama ini ia merasa kesepian, Wang Deqing menelanjangi dan berbuat tidak senonoh pada diri Xiaodeng. Xiaodeng segera sadar dengan apa yang dilakukan oleh Wang Deqing, sehingga ia menendang ayah asuhnya itu, lalu ia tinggalkan pria itu.

Peristiwa menjijikan ini membekas pada diri Xiaodeng sehingga mempengaruhi relasi dan hubungan seksual dengan lawan jenis ketika ia dewasa dan berkeluarga. Peristiwa yang terjadi antara Wang Deqing dan Xiaodeng selanjutnya menjadi dingin. Xiaodeng menghindari Wang Deqing sebisanya. Xiaodeng kembali menciptakan “jarak” sebagai bagian dari diri Xiaodeng menghindari Wang Deqing, lebih nyata “jarak” di antara mereka semakin renggang dengan tekad Xiaodeng untuk mengembalikan semua uang yang sudah dikeluarkan keluarga Wang untuk mengurus dan membiayai dirinya. Hal ini sama saja maksudnya bahwa Xiaodeng tidak rela memiliki hubungan keluarga atau hutang budi kepada keluarga Wang.

Pelecehan seksual yang dialami Xiaodeng ini ternyata tidak selesai di sini, malah mempengaruhi kehidupan seksual Xiaodeng dengan suaminya. Pelecehan seksual seolah-olah ia alami kembali ketika malam pertama Xiaodeng dan Yang Yang (杨阳) melakukan hubungan seksual setelah mereka menikah. *Intrusion* terjadi pada diri Xiaodeng malam itu, bahkan Xiaodeng sendiri merasa dirinya seperti sedang berhalusinasi. Hal ini membawa trauma berkelanjutan yang mempengaruhi hubungan suami-istri antara Yang Yang dengan Xiaodeng, sehingga hubungan suami-isteri yang tadinya baik-baik saja, makin lama makin rapuh.

Setelah Xiaodeng menetap di Toronto bersama Yang Yang dan anak perempuannya, Suzy, ia berharap kehidupannya akan menjadi lebih baik. Ia merasa dengan meninggalkan China ia bisa memiliki tempat yang membawanya pada kedamaian. Tanpa Xiaodeng sadari sesungguhnya dirinya sedang melakukan penghindaran (*avoidance*) lokasi. Dirinya enggan memiliki kontak emosi dengan semua yang berhubungan dengan China. Sampai saat Desember 2005, ia merasakan malam Natal saat itu sangat menderita, ia merasakan nyeri di kepala yang kembali menyerang. Tidak tahu apa penyebabnya, tetapi sebenarnya nyeri di kepala yang dialami seperti Xiaodeng merupakan rasa sakit yang ada dalam jiwanya, dengan berkonsultasi dapat menghilangkan sakitnya. Malam itu emosinya naik turun, merasa cemas berlebihan, insomnia pun sempat menyerangnya. Apalagi ketika ia memperhatikan Yang Yang mencoba menyambut sekumpulan orang yang datang di depan rumah untuk *carolling*, lalu suaminya itu seperti biasa melayani mereka dengan ramah, membangkitkan amarah dalam diri Xiaodeng, seakan-akan dirinya tidak mampu untuk memberikan ruang positif pada apa yang ada di hadapannya.

Trauma seksual yang pernah dialami oleh Xiaodeng juga membuatnya menjadi seorang ibu yang *over protective* kepada anak semata wayangnya, Suzy yang saat itu berusia 13 tahun.

其实昨天早上见到了苏西的时候，小灯就知道苏西这回是来真格了。当时小灯正趴在苏西的电脑上，一页一页地查看着苏西的网络聊天记录——苏西和同学约好出去逛商店了。小灯看着看着就入了神，竟忘掉了时间。后来觉出背上有些烫，回头一看，原来是苏西。苏西的眼睛一动不动的，就把小灯的脊背看出了两个洞。小灯的表情在经历了多种变幻之后，最后定格在嘲讽和质问中间的那个地带。

“谁是罗伯特？你从来没有和你自己的母亲说过这么多话。”小灯冷冷地说。

苏西的脸色刷地变了，血液如潮水骤然退下，只剩下嶙嶙峋峋的苍白。苏西的一言不发，转身就走。噤，噤，噤，噤，她的脚板擦过的每一寸地板都在嗤嗤地冒着烟。

你，去，把她追回来。(Zhang, 2010, p.23)

Suzy meninggalkan rumah karena ia merasa kesal karena ibu yang selalu mengaturnya, terlebih lagi ketika Xiaodeng diam-diam mengecek semua aktivitas dalam komputernya, mengecek dengan siapa Suzy bicara, apa yang dibicarakannya. Suzy sendiri bahkan menangkap basah Xiaodeng, ketika sang ibu sedang membaca semua yang ada di komputer milik Suzy. Xiaodeng tidak menyadari sepanjang dia membaca semua percakapan anaknya di dunia maya dengan Robert seorang laki-laki yang Xiaodeng sendiri tidak mengenalinya, Suzy berdiri di belakangnya, mengamati apa yang semua ibunya lakukan. Suzy merasa marah sekali, tidak ada satu kata apa pun yang terucap dari mulutnya, ia hanya langsung meninggalkan rumah.

Yang Yang melihat pertengkaran ibu dan anak itu, lalu ia menasihati Xiaodeng untuk tidak terlalu mengontrol ketat anaknya. Xiaodeng sulit menerima dirinya dinasihati seperti itu, Xiaodeng merasa ia harus mengawasi ketat anaknya. Reaksi Xiaodeng yang keras, bahkan memicu pertengkaran dengan suaminya, bukan hanya karena ia menyayangi anaknya, tetapi ini karena efek samping traumanya.

“她还没到十三岁，别忘了咱们自己十三岁的时候……”

小灯被戳着了痛处，弹簧一样地跳了起来，眼睛似乎要爆出眼眶。小灯逼得近近的，唾沫星子凉凉地飞到杨阳的鼻尖上。

“对你不了解的事情，请你最好闭嘴。我比十三岁小很多的时候，就已经是大人了你别拿女儿做由头，我知道你是要我不管你，你就好和你那个说不清是哪门子的学生，有足够的自认空间，是不是？”(Zhang, 2010, p. 24)

Di usia yang sama dengan Suzy, setelah kematian ibu angkatnya, ia hanya tinggal bersama ayah angkatnya yang kesepian dan ternyata mendambakan hubungan seks,

dan Xiaodeng yang menjadi sasarannya. Sejak itu ia sangat membenci ayah angkatnya. Kejadian buruk ini membuatnya sulit untuk membangun relasi dengan lawan jenis karena ia merasa dirinya tidak suci lagi. Pengalaman atas apa yang Wang Deqing lakukan itu telah menorehkan trauma. Pemikiran inilah yang muncul ketika anak perempuannya, Suzy yang baru berusia 13 tahun diam-diam mengobrol panjang lebar di dunia maya dengan seorang laki-laki bernama Robert.

*Hyperarousal* atau kecemasan berlebihan muncul dalam diri Xiaodeng, karena kondisi yang mengganggu, mengancam atau berbahaya. Sulit dimengerti mengapa Xiaodeng sebagai ibu bereaksi demikian, bahkan Yang Yang sendiri tidak memahami kecemasan dan ketakutan berlebihan yang dimiliki oleh istrinya, apalagi Xiaodeng berasumsi Yang Yang menjalin hubungan dengan perempuan lain. Seperti halnya, ketika Xiaodeng merasa pendapat Yang Yang untuk memberikan ruang kepada anaknya yang beranjak remaja, malah akhirnya ia yang dituduh memiliki hubungan dengan muridnya, “对你不了解的事情, 请你最好闭嘴。我比十三岁小很多的时候, 就已经是大人了你别拿女儿做由头, 我知道你是要我不管你, 你就好和你那个说不清是哪门子的学生, 有足够的自认空间, 是不是?” (Zhang, 2010, p. 24) Atau ketika di kesempatan lain, Xiaodeng melalui Suzy bertanya tentang hubungan Yang Yang dengan perempuan yang adalah guru lukis di tempat Yang Yang membuka kursus,

“苏西, 那个向前老师的画, 画得好吗?” 小灯微微一笑, 问苏西。

“大概, 不错吧。” 苏西的回答有几分犹豫。

“你爸爸也是这么认为的吗?”

“大概, 也是吧。”

“到底是是, 还是不是?” 小灯的脸, 渐渐地紧了起来。而苏西的身体, 在小灯的注视下渐渐地低矮了下去。

“妈妈, 我不知道。”

“平常你去补习中文的时候, 你爸爸在学校里, 是怎么吃午饭的?”

“使自己带的饭, 用微波炉热的。”

小灯一路逼, 苏西一路退, 小灯终于把苏西逼到了墙角。再没有退路的苏西, 突然就有了拼命的胆气。”

“妈妈, 你那么想知道, 为什么不直接去问爸爸呢?”

小灯的嘴巴张了一张, 确实无言以对。(Zhang, 2010, p.71)

Keingintahuan Xiaodeng terhadap apa yang suaminya lakukan didasari oleh kecurigaan bahwa ada perempuan lain dalam hidup Yang Yang, dan akan menyingkirkannya. Hal ini juga membuat Xiaodeng lebih waspada terhadap keluarganya ini. Relasi antara suami dan istri ini sejak mula didasari dengan ketidakpercayaan, terutama dari diri Xiaodeng.

.....

“他, 今天, 搬出去了。我们刚从律师楼出来, 签了分居协议。”

“女儿呢, 怎么办?”

“暂时跟他, 等我好些了再商量。”

“是你，还是他，要走的？”

“是我要他走的，因为我知道他的心已经不在这儿了。它有一个学生，也是同事，一直很崇拜他的。”

“那么他呢？她也喜欢她吗？”

“不知道，他从来不提。”

“所以，你要抢在他之前，把话说出来。这样，感觉上，你在控制局面。你一直都是控制局面的那个人，是吗？” (Zhang, 2010, p.37)

Demikian percakapan dengan Wolffe, Xiaodeng memberitahukan ia telah berpisah dengan Yang Yang. Perilaku Xiaodeng dengan kecemasan dan ketakutan yang berlebihan melahirkan prasangka pada Yang Yang. Relasi dengan Yang Yang semakin memburuk, sehingga suatu hari Yang Yang meninggalkan rumah, karena ia sudah tidak tahan dengan Xiaodeng yang menaruh curiga kalau dirinya telah berselingkuh dengan perempuan lain. Sebenarnya kecurigaan Xiaodeng ini hanyalah kecemasan dan kecurigaan yang telah menutupi pikiran dan hatinya untuk berpikir logis dan jernih. Xiaodeng pun tidak tanggung-tanggung untuk memutuskan bercerai dengan Yang Yang. Xiaodeng meyakinkan dirinya bahwa segala sesuatu ada di bawah kendalinya, sehingga tidak sembarang orang bisa melukai dirinya, seperti yang terjadi di masa lalu.

Dan untuk itu ia harus kembali ke China untuk mengurus semua surat-surat perceraian. Xiaodeng sendiri sangat dilema, dengan kembalinya dia ke China, ia khawatir dirinya akan mengalami pengalaman buruk lagi, jika tidak maka ia akan terus terikat dengan pernikahan yang menurutnya tidak memberikan kebahagiaan. Ia sangat hati-hati karena ia mau menjaga dirinya dari kepahitan dan kepedihan hidup yang pernah ia alami.

Keputusan untuk kembali ke China mengurus surat cerai, tanpa terpikirkan olehnya membawa dirinya bertemu dengan bagian masa lalunya, yaitu ia bertemu kembali dengan ibu kandungnya Li Yuanni dan Xiaoda di kota kelahirannya kota Tangshan. Xiaodeng masih ingat gedung tempat tinggal waktu ia kecil. Xiaodeng melihat seorang ibu yang tua dengan dua orang cucu di balkon. Lalu, tak lama sang ibu tua ini melihat Xiaodeng di bawah,

……突然间，妇人发现了站在楼下的小灯。妇人愣了一愣，才问：

“闺女，你找谁？”

小灯的嘴唇颤颤地抖了起来，却半天扯不出一个字来。只觉得脸上有些麻痒，就用手去抓。

过了一会儿才明白，那是眼泪。(Zhang, 2010, p.77)

Akhirnya Xiaodeng yang mengaku sejak peristiwa gempa ia berjanji pada diri sendiri, ia tidak akan pernah menangis kembali seumur hidupnya. Xiaodeng tanpa sadar membawa dirinya kembali ke akar trauma dalam dirinya, dan ternyata ia bisa menghadapi semuanya, bahkan ketika pertemuan itu Xiaodeng akhirnya menitikkan air mata. Momen itu seakan-akan mendamaikan tidak hanya pulihnya hubungan ibu dan anak, akan tetapi penerimaan masa trauma menjadi bagian dari diri Xiaodeng sendiri, dan dengan begitu dia berhasil berdamai dengan dirinya



sendiri. Kemudian, Xiaodeng mengirimkan telegram kepada Wolffe, mengabarkan, “亨利：我终于，推开了那扇窗。小灯” (Zhang, 2010, p.78) Xiaodeng berhasil mengatasi trauma berkelanjutan yang derita sepanjang hidupnya. Inilah jendela terakhir yang akhirnya berhasil dibuka.

## SIMPULAN

Dunia kejiwaan Wan Xiaodeng dalam *Yu Zhen* sangat kompleks, jiwa yang pedih, kesedihan yang mendalam, sulit membuat dirinya tetap bertahan dalam dua dunia, yaitu dunia masa lalu dan dunia masa kini. Dunia masa lalu terus mengikuti dirinya ini adalah dunia akibat trauma yang muncul karena peristiwa gempa bumi yang mengguncangkan hidupnya, dan sebenarnya belum bisa ia terima untuk menjadi bagian dalam hidupnya. Dan dunia masa kini yang adalah realita yang harus Xiaodeng hadapi. Dalam sesi konsultasi dengan psikiater Wolffe, Xiaodeng bisa mengatasi semua *re-experience/intrusion*, *avoidance* ataupun *hyperarousal* yang terjadi pada dirinya, asalkan dia mau berusaha untuk membuat dirinya menerima kenyataan buruk di masa lalu yang telah membuat dirinya depresi sehingga Xiaodeng mencoba bunuh diri.

Dalam *Yu Zhen*, Wan Xiaodeng memperlihatkan setiap gejala trauma, meliputi *intrusion (re-experiencing)* atau mengalami kembali, *avoidance* (penghindaran), dan *hyperarousal* (kecemasan berlebihan) dan semua hal tersebut mempengaruhi perilakunya dalam berhasil atau gagalnya dalam berelasi.

*Intrusion* atau *re-experiencing* atau mengalami kembali semua kejadian yang menimbulkan trauma oleh Xiaodeng adalah sebuah tekanan besar bagi Xiaodeng. Tapi dirinya mengetahui, dengan memunculkan kembali semua peristiwa trauma akan menolong dirinya dari hidup di antara masa lalu dan masa kini. Hal ini ia sungguh lakukan setelah ia melakukan konsultasi terapi hipnotis bersama psikiater Wolffe. Ini adalah cara untuk menyembuhkan Xiaodeng sendiri, walau perasaan cemas, bingung dan takut dirasakan oleh Xiaodeng. Diawali dengang mengingat detail saat awal trauma itu muncul, yaitu ketika Li Yuanni merelakan dirinya mati dan menyelamatkan saudara kembarnya Xiaoda. Ia memutuskan hubungan kekeluargaan dengan memilih diadopsi oleh keluarga lain.

Trauma membuat Xiaodeng kecil yang dirawat di tenda tentara berperilaku aneh dicap sebagai “orang gila” oleh anak-anak seusia dengannya. Ia pura-pura kehilangan tangannya karena ia ingat tangan kanan Xiaoda yang tertimpa reruntuhan, dan ia akan kehilangan tangannya. Xiaodeng pun tidak terlihat menagis saat perkabungan nasional, karena ia bertekad tidak akan pernah menangis setelah Li Yuanni “membuangnya”. Membuat orang-orang sekitar berpikir dirinya aneh, menyendiri untuk menghindari mereka, sehingga tidak ada relasi erat yang tercipta antara Xiaodeng dengan teman-teman sebayanya.

Trauma berhubungan dengan kematian harus ia alami enam tahun kemudian dengan kehilangan ibu angkat yang sangat ia cintai, Dong Guilan yang meninggal disebabkan penyakit kanker. Xiaodeng menganggap Dong Guilan ingkar janji karena seharusnya ia menemani dirinya sepanjang hidup. Relasi mereka tidak berlanjut karena kematian telah memisahkan hidup ibu dan angkat anak ini.

Hubungan percintaan antara Yang Yang dengan Xiaodeng tampak berhasil. Tetapi malam pertama mereka menjadi awal bagi retaknya hubungan mereka. Hubungan seksual antara suami-istri ini menjadi sebuah pengalaman pahit bagi Xiaodeng. Karena Xiaodeng teringat bayangan betapa menjijikannya Wang Deqing yang pernah menyentuh tubuhnya. Ini adalah sesuatu yang ingin dihindari oleh diri Xiaodeng.

Selama sesi konsultasi yang dilakukan dengan Wolffe, banyak sekali mimpi buruk atau kualitas tidur rendah karena terbangun oleh potongan-potongan mimpi. Ini adalah gejala yang normal terjadi di dalam penderita memiliki gejala *intrusion*.

*Avoidance* atau penghindaran adalah upaya menghindari segala hal yang berhubungan dengan pengalaman buruk yang pernah dialami. Wan Xiaodeng banyak melakukan penghindaran terhadap anggota keluarga, lokasi, kontak emosi, menarik diri dan menciptakan “jarak”. Wan Xiaodeng jelas sekali menghindari bertemu dengan keluarganya yang masih hidup, ibu kandungnya Li Yuanni dan saudara laki-lakinya, Xiaoda. Xiaodeng lebih baik memilih dirinya diadopsi oleh pasangan Wang Deqiang dan Dong Guilan, karena ia menganggap dirinya sudah dibuang oleh Li Yuanni. Wang Xiaodeng juga berhasil menciptakan “jarak” baik secara fisik maupun mental. Berpindahinya ke kota lain menciptakan jarak antara keluarga kandung yang ia kenal baik dengan keluarga angkat yang asing. Keputusan Xiaodeng berbuat demikian menyudahi semua hubungan relasi dengan keluarga kandungnya yang ia bangun semasa kanak-kanaknya.

Penghindaran kedua yang dilakukan oleh Xiaodeng, ialah ketika ia harus mendapatkan ayah angkatnya melakukan pelecehan seksual terhadap dirinya, ia juga menciptakan “jarak” secara fisik dengan tidak tinggal satu atap, mengadakan pertemuan sesedikit dan seperlunya, ia juga menciptakan “jarak” secara mental dengan tidak pernah bicara lagi dengan ayah angkatnya, bahkan dengan usaha mengembalikan semua uang untuk menghidupinya Xiaodeng sejak ia diadopsi, adalah usaha Xiaodeng untuk memutuskan hubungan kekeluargaan. Relasi ayah angkat dan anak angkat yang baik akhirnya menjadi rusak dan tidak pernah baik kembali.

Penghindaran ketiga dilakukan Xiaodeng ketika mengalami keretakan rumah tangganya dengan Yang Yang. Xiaodeng tidak terima Yang Yang berselingkuh dengan perempuan lain di luar sana. Tentu saja ini hanya kecemasan dalam pikiran Xiaodeng, karena sebetulnya Yang Yang tidak pernah berselingkuh dengan perempuan manapun. Pikirannya yang sudah tidak jernih dalam menghadapi masalah, membuatnya untuk bercerai dengan suaminya. Bercerai dipilih Xiaodeng sebagai satu bentuk untuk melindungi diri dari sakit hati atau menghindarkan diri dari kontak emosi yang tidak perlu antara suami-istri. Relasi suami-istri ini akhirnya berakhir di tahun 2006.

*Hyperarousal* atau kecemasan berlebihan muncul dalam hidup Xiaodeng. Kecemasan muncul karena ia khawatir akan ancaman bahaya yang terjadi di dalam keluarganya. Kecemasan berlebihan ditunjukkan oleh Xiaodeng ketika ia mendapati Suzy putrinya yang berusia 13 tahun lebih senang melakukan percakapan dengan Robert di dunia maya. Xiaodeng merasa tersinggung karena Suzy tidak pernah mencurahkan hatinya seperti yang anaknya lakukan kepada teman laki-lakinya. Xiaodeng tiba-tiba menjadi agresif, marah meledak-ledak,

tersinggung dan cemas, karena Robert bukanlah laki-laki yang Xiaodeng kenal sebelumnya, dan dia cemas putrinya melakukan hubungan seksual atau putrinya menjadi korban pelecehan seksual. Kecemasan Xiaodeng muncul karena dulu dirinya pernah menjadi korban pelecehan seksual. Perilaku Xiaodeng ini membuat hubungan ibu dan anak ini tidak menjadi harmonis seperti sediakala.

Hidup Wan Xiaodeng walau menderita trauma, tetapi di satu titik Xiaodeng akhirnya memutuskan mengakhiri hidup di dua dunia trauma dan dunia masa kini. Jendela terakhir yang sejak awal tidak mampu dibukanya akhirnya terbuka menjadi simbol dari penyelesaian proses dirinya dalam menerima semua trauma menjadi bagian dari hidupnya. Walaupun di setiap proses didapatkan banyaknya relasi yang hancur, tetapi pertemuan akhir dengan sang ibu, Li Yuanni dan adiknya Xiaoda, membuatnya sadar setelah sekian lama, dan ia mendapatkan kembali hidupnya di masa kini. Mengatasi trauma membawa kehidupan yang sesungguhnya bagi Xiaodeng.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Caruth, Cathy. (1996). *Unclaimed experince: trauma, narrative, and history*. Baltimore: The John Hopskin University Press.
- Caruth, Cathy. (1995). *Trauma: Exploration in memory*. Baltimore: The John Hopskin University Press.
- Hong, Pang. (2012). Shengcun Kunjing Yu Shisu Chaoyue: Tangshan Da Dizhen Zhong de Beiju Yishi. *Journal of Wuhan University of Science and Technology (Social Science Edition)*,14 (6), pp. 589-692. Retrieved from [www.cnki.net](http://www.cnki.net)
- Ling, Zhang. (2010). *Yu Zhen*. Beijing: Beijing Shiyue Wenyi Chubanshe.
- Minderop, Albertine. (2013). *Psikologi sastra: karya sastra, metode, teori dan contoh kasus*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Siswanto. (2005). *Metode penelitian sastra: analisis psikologis*. Surakarta: Muhammadiyah University Press.
- Xiangjiao, Chen. (2010, July 29). Zhang Ling: Xiaoshuo Yu Zhen Guanzhu TengDong. *Zhongguo Wang*. Retrieved from [http://culture.china.com.cn/book/2010-07/29/content\\_20596703\\_3.htm](http://culture.china.com.cn/book/2010-07/29/content_20596703_3.htm)