

## PROSES INDIVIDUASI TOKOH REY DALAM NOVEL TUHAN TIDAK PERNAH ISENG KARYA ZEMAREY AL- BAKHIN: KAJIAN PSIKOLOGI ANALITIK CARL GUSTAV JUNG

Suaidah<sup>1\*</sup>, Wisnu Dimas Sena<sup>2</sup>, Resdianto Permata Raharjo<sup>3</sup>, Indah Puspitasari<sup>4</sup>.

Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas  
Hasyim Asy'ari

Surel: [suaidahamir33@gmail.com](mailto:suaidahamir33@gmail.com)<sup>1</sup>, [Wisnusena891@gmail.com](mailto:Wisnusena891@gmail.com)<sup>2</sup>, [resdiantoraharjo@unesa.ac.id](mailto:resdiantoraharjo@unesa.ac.id)<sup>3</sup>,  
[indahpuspita@unhasy.ac.id](mailto:indahpuspita@unhasy.ac.id)<sup>4</sup>

**ABSTRAK:** Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji proses individuasi tokoh Rey dalam novel *Tuhan Tidak Pernah Iseng* karya Zemarey Al-Bakhin berdasarkan psikologi analitik Carl Gustav Jung. Fokus penelitian tidak semata pada konflik lahiriah, melainkan pada pergulatan batin Rey, terutama dalam menghadapi *persona* dan *shadow*, serta bagaimana krisis eksistensial mendorongnya melakukan refleksi dan transformasi diri. Pendekatan yang digunakan adalah psikologi sastra dengan metode kualitatif deskriptif. Data utama bersumber dari novel, sementara data pendukung berasal dari buku dan jurnal tentang teori Jung. Pengumpulan data melalui teknik baca-catat, lalu dianalisis dengan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña. Hasil analisis menunjukkan bahwa proses individuasi Rey berlangsung secara bertahap: dimulai dari ketidakseimbangan psikis, konflik antara *persona* (topeng sosial) dan *shadow* (sisi gelap), hingga tercapainya integrasi antara kesadaran dan ketidaksadaran. Perjalanan psikologis ini menandai perubahan Rey dari pribadi yang dikuasai ego menjadi individu yang lebih utuh dan autentik. Dengan demikian, novel ini tidak hanya menceritakan tokoh Rey, tetapi juga menggambarkan bahwa pencarian makna hidup dapat muncul dari refleksi diri yang mendalam serta penerimaan terhadap seluruh aspek diri, termasuk yang sebelumnya dihindari.

**Kata Kunci:** psikologi sastra, individuasi, *persona*, *shadow*, Carl Gustav Jung.

**ABSTRACT:** This study aims to examine the individuation process of the character Rey in the novel *God Never Idles* by Zemarey Al-Bakhin, based on Carl Gustav Jung's analytical psychology. The focus of the research is not merely on external conflicts but rather on Rey's inner struggles, particularly in confronting his *persona* and *shadow*, as well as how an existential crisis drives him toward reflection and self-transformation. The approach used is literary psychology with a qualitative descriptive method. Primary data are sourced from the novel, while secondary data come from books and journals on Jungian theory. Data were collected through reading and note-taking techniques, then analyzed using the interactive model of Miles, Huberman, and Saldaña. The results of the analysis show that Rey's individuation process takes place gradually: starting from psychological imbalance, conflict between *persona* (social mask) and *shadow* (dark side), to the achievement of integration between consciousness and the unconscious. This psychological journey marks Rey's transformation from an ego-dominated personality into a more whole and authentic individual. Thus, the novel not only tells the story of Rey but also illustrates that the search for the meaning of life can emerge from deep self-reflection and acceptance of all aspects of oneself, including those previously avoided.

*Keywords: literary psychology, individuation, persona, shadow, Carl Gustav Jung.*

## PENDAHULUAN

Karya sastra tidak hanya berfungsi sebagai cermin realitas sosial, tetapi juga mampu merekam dinamika kejiwaan manusia secara mendalam. Novel, sebagai salah satu bentuk prosa naratif, kerap menampilkan kompleksitas batin para tokohnya melalui konflik internal maupun eksternal. Dalam konteks ini, pendekatan psikologi sastra menjadi relevan karena membuka ruang analisis terhadap pergulatan psikologis tokoh, termasuk bagaimana mereka mencari makna hidup di tengah penderitaan dan krisis eksistensial (Wiyatmi, 2020; Nurgiyantoro, 2021).

Salah satu novel yang menarik untuk dikaji dari perspektif ini adalah *Tuhan Tidak Pernah Iseng* karya Zemarey Al-Bakhin. Novel ini menceritakan tokoh Rey yang mengalami gejala batin cukup berat. Ia bergulat dengan pertanyaan-pertanyaan eksistensial, rasa kehilangan, hingga keraguan terhadap hidup yang dijalannya. Perilaku dan dialog Rey sepanjang cerita memperlihatkan adanya konflik antara dirinya dengan lingkungan, serta antara dirinya dengan bayang-bayang gelap dalam pribadinya. Gejala semacam ini, jika dibaca dengan teori psikologi analitik Carl Gustav Jung, menunjukkan adanya proses yang disebut individuasi, yaitu perjalanan penyatuan kesadaran dan ketidaksadaran menuju keutuhan diri (Steiner *et al.*, 2021). Secara singkat, Jung menjelaskan bahwa kepribadian manusia terbentuk dari interaksi antara ego (kesadaran), ketidaksadaran pribadi, dan ketidaksadaran kolektif. Agar seseorang mencapai kematangan psikologis, ia harus berani menghadapi *persona* (topeng sosial), mengakui keberadaan *shadow* (sisi gelap), serta mengintegrasikan berbagai arketipe lain menuju *Self* (Samuels, 2021). Proses ini tidak pernah mudah dan biasanya dipicu oleh krisis atau penderitaan yang memaksa seseorang berhenti sejenak lalu merenung.

Beberapa penelitian terdahulu telah mencoba mengangkat tema serupa dalam karya sastra lain. Maulida dan Sri Israhayu (2025) misalnya, meneliti tokoh utama dalam novel *Laut Bercerita* dan menemukan adanya pergulatan batin akibat tekanan sosial, meskipun analisisnya lebih condong pada resistensi terhadap kekuasaan (Maulida and Sri Israhayu, 2025). Sambodja (2024) juga menggunakan pendekatan Jung pada novel *Negeri Senja*, namun fokus utamanya adalah arketipe ibu dan pahlawan (Sambodja, 2024). Sementara itu, kajian yang secara khusus menyoroti proses individuasi secara utuh, terutama pada tokoh Rey dalam novel *Tuhan Tidak Pernah Iseng*, masih jarang ditemukan. Padahal, perjalanan psikologis Rey dalam novel ini cukup khas karena ia tidak sekadar berubah, melainkan melalui semacam kematian ego dan kelahiran kembali menuju pemahaman diri yang lebih autentik. Aspek inilah yang belum banyak tergalikan dalam diskusi akademik sejauh ini.

Berdasarkan hal tersebut, tujuan penelitian ini adalah menganalisis proses individuasi tokoh Rey dalam novel *Tuhan Tidak Pernah Iseng* karya Zemarey Al-Bakhin dengan menggunakan pendekatan psikologi analitik Carl Gustav Jung, yang mencakup dinamika struktur psikis, ketegangan antara *persona* dan *shadow*, krisis eksistensial, serta integrasi kesadaran dan ketidaksadaran menuju pencapaian *Self*. Secara teoretis, penelitian ini bermanfaat untuk memperkaya kajian psikologi sastra dengan menerapkan konsep individuasi Carl Gustav Jung pada novel *Tuhan Tidak Pernah Iseng*. Penelitian ini mengisi celah kajian terdahulu yang lebih fokus pada arketipe atau resistensi sosial, dengan menyoroti secara utuh proses integrasi *persona* dan *shadow* menuju *Self*. Hasilnya

diharapkan menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang mengkaji karya sastra dari perspektif psikologi analitik. Secara praktis, penelitian ini memberikan wawasan kepada masyarakat bahwa krisis eksistensial dan pergulatan batin merupakan bagian normal dari proses

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan psikologi sastra, karena tujuannya bukan menghitung angka melainkan menggali dan menafsirkan makna di balik teks novel secara mendalam (Creswell, 2009). Data penelitian berupa teks-teks dalam novel yang mencerminkan kondisi kejiwaan tokoh Rey, seperti konflik batin, pergulatan identitas, hingga momen introspeksi spiritual. Sumber data dibedakan menjadi dua, yaitu sumber primer berupa novel *Tuhan Tidak Pernah Iseng* karya Zemarey Al-Bakhin, dan sumber sekunder berupa buku, artikel jurnal, serta kepustakaan lain yang membahas psikologi analitik Jung maupun psikologi sastra (Wiyatmi, 2020; Nurgiyantoro, 2021). Objek material penelitian ini adalah tokoh Rey, dengan fokus utama pada perjalanan individuasinya yang mencakup struktur psikis, persona, *shadow*, serta proses penyatuan menuju *Self*. Selain itu, penelitian ini juga menelusuri aspek-aspek pendukung seperti pergulatan batin, gerak ketidaksadaran, dimensi spiritual dalam proses individuasi, perubahan psikologis yang dialami Rey, peran luka batin atau pengalaman traumatis dalam membentuk pribadinya, serta keterkaitan antara perjalanan hidup Rey dengan gagasan individuasi ala Jung.

Pengumpulan data dilakukan lewat teknik baca dan catat, yaitu peneliti membaca seluruh novel secara saksama lalu menandai dan mencatat bagian-bagian yang relevan, seperti adegan konflik kejiwaan, tampilan persona, kemunculan *shadow*, hingga perubahan psikologis tokoh. Setelah data terkumpul, analisis dilakukan menggunakan model interaktif dari Miles, Huberman, dan Saldaña (2020) yang mencakup tiga tahap: pemadatan data (memilah data yang sesuai konsep Jung), penampilan data (menyajikannya dalam uraian analitis), dan penarikan simpulan (menafsirkan temuan untuk menggambarkan utuh proses individuasi Rey). Terakhir, untuk menjaga kredibilitas data, penelitian ini menggunakan triangulasi teori, yaitu menyandingkan temuan dengan berbagai acuan teoretis dan hasil studi sebelumnya yang relevan di bidang psikologi sastra (Sugiyono, 2024).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan analisis terhadap novel *Tuhan Tidak Pernah Iseng* karya Zemarey Al-Bakhin, ditemukan bahwa tokoh Rey mengalami proses individuasi secara bertahap dan kompleks. Proses ini tidak berlangsung cepat atau linier, melainkan melalui serangkaian konflik batin, pergulatan antara persona dan *shadow*, krisis eksistensial yang mendalam, hingga akhirnya sampai pada tahap penerimaan diri yang utuh atau yang dalam teori Jung disebut sebagai *Self*. Berikut uraian lengkap dari setiap temuan yang diperoleh selama penelitian.

### **1. Struktur Psikis Tokoh Rey**

Menurut Jung (1967), struktur kepribadian manusia terdiri dari tiga komponen utama, yaitu ego yang berfungsi sebagai pusat kesadaran, ketidaksadaran pribadi yang menyimpan pengalaman-pengalaman yang pernah disadari tetapi kemudian ditekan atau dilupakan, serta ketidaksadaran kolektif yang berisi warisan psikologis dari nenek moyang manusia berupa arketipe-arketipe universal.

Pada babak awal cerita, diri Rey masih sangat didominasi oleh ego. Ia membaca dan memaknai segala peristiwa hidup berdasarkan nalar sadar dan pengalaman pribadinya sendiri. Rey cenderung rasional dan mencoba mengendalikan segala sesuatu dengan pikirannya. Namun seiring berjalannya cerita, berbagai pengalaman pahit dan menyakitkan mulai menggoyahkan dominasi ego tersebut. Perlahan-lahan, ketidaksadaran pribadi Rey mulai muncul ke permukaan. Wujudnya bermacam-macam: rasa kecewa yang mendalam, ketakutan yang tidak beralasan, serta konflik batin yang terus-menerus menghantuinya. Keadaan ini menarik karena menandakan adanya pergeseran psikologis yang cukup signifikan. Rey tidak lagi sepenuhnya bertumpu pada ego, tetapi mulai mengalami perjumpaan dengan wilayah ketidaksadaran yang selama ini terpendam ( Jung, 1967). Pergeseran semacam ini lazim terjadi pada awal proses individuasi, ketika seseorang mulai menyadari bahwa dirinya tidak sesederhana yang dibayangkan selama ini. Ada lapisan-lapisan batin lain yang ikut memengaruhi cara berpikir dan bertindak.

*"Allah, dimana kau? mengapa kau ciptakan saya begini? mengapa saya beda dari yang lain? kenapa asing dengan tubuh saya sendiri. bukankah engkau Mahahebat, Maha Agung, Maha segalanya. tapi apa kau menciptakan saya layaknya bangkai busuk yang menjijikan. Kau tidak adil, lebih baik ambil nyawa ini! saya tak sudi menerima takdir-Mu yang pahit ini?." (Novel Tuhan Tidak Pernah Iseng, Zemarey Al-Bakhin, 2007, 74)*

Keadaan ini menarik karena menandakan adanya pergeseran psikologis yang cukup signifikan. Rey tidak lagi sepenuhnya bertumpu pada ego, tetapi mulai mengalami perjumpaan dengan wilayah ketidaksadaran yang selama ini terpendam (Jung, 1967; Stein, 2021). Pergeseran semacam ini lazim terjadi pada awal proses individuasi, ketika seseorang mulai menyadari bahwa dirinya tidak sesederhana yang dibayangkan selama ini. Ada lapisan-lapisan batin lain yang ikut memengaruhi cara berpikir dan bertindak.

## 2. Persona dan Shadow

Jung (1959) menjelaskan bahwa *persona* adalah topeng sosial yang kita kenakan agar bisa menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan (Jung, 1967), Sementara itu, *shadow* merupakan sisi gelap kepribadian yang kita tekan karena dinilai buruk, memalukan, atau bertentangan dengan nilai-nilai yang kita anut. Maulida dan Sri Israhayu (2025) menambahkan bahwa baik *persona* maupun *shadow* sama-sama penting dalam struktur kepribadian, dan keduanya harus dikenali jika seseorang ingin mencapai kematangan psikologis. Dalam novel ini, *persona* yang selama ini Rey pertahankan—yaitu topeng untuk tampil normal dan kuat di hadapan lingkungan—akhirnya mengalami keretakan total akibat akumulasi tekanan eksternal yang terus-menerus.

*"Telinga ini pekak sudah, hati ini kenyang sudah oleh hinaan demi hinaan. Kedua orangtua saya pun seakan kecewa akan keberadaan diriku. Sampai suatu hari saya masuk sebuah masjid dan memaki kepada Allah, 'Mengapa Engkau membuat saya begini? Katanya Mahaadil, Mahabisa, Maha Mengetahui, tapi kenapa saya harus menderita dengan diciptakan seperti ini?'. Allahu Akbar, betapa berdosanya saya saat itu. Jujur, saat itu saya jauh dari agama, jauh dari Allah karena tekanan batin ini." (Novel Tuhan Tidak Pernah Iseng, Zemarey Al-Bakhin, 2007: 205).*

Frasa tersebut menunjukkan bahwa persona Rey tidak lagi mampu membendung cemoohan dari orang tua dan masyarakat, sehingga pertahanan psikologisnya runtuh. Ketika persona tidak lagi mampu menahan beban, wilayah ketidaksadaran yang berisi amarah, keraguan, dan rasa frustrasi (*shadow*) meledak keluar ke permukaan. Hal ini tampak jelas ketika Rey mengekspresikan kemarahan radikalnya yang selama ini dipendam dengan "memaki kepada Allah" dan mempertanyakan keadilan-Nya: "kenapa saya harus menderita dengan diciptakan seperti ini?". Kondisi di mana ia "jauh dari agama, jauh dari Allah karena tekanan batin" menjadi bukti empiris bagaimana *shadow* mengambil alih kesadaran ego tokoh akibat keputusan yang mendalam. Namun, keruntuhan persona ini justru menjadi pintu masuk bagi proses individuasi. Rey mulai berhenti bersembunyi di balik topeng sosial dan memilih ruang isolasi untuk berefleksi.

*"Meski saya memiliki keadaan batin yang menyimpang, tapi saya tak pernah terjerumus ke dalam jurang kenistaan. Sejak saat itu saya mulai menyukai kesendirian dalam kamar dan membaca buku-buku. Saya merasakan ketenangan dalam batin ini setelah menunaikan shalat. Saya berdoa dalam hati, memohon ampun dengan semua yang pernah saya katakan dulu. 'Ya Allah, saya mohon ampun pada-Mu, saya pasrahkan diri ini kepada-Mu. Hanya Engkaulah yang bisa memberiku petunjuk,' hanya itu doa yang saya panjatkan setiap selesai shalat. Titik cerah mulai saya rasakan. Saya mulai tegar menghadapi segala cemoohan orang, dari mulai keluarga, teman, dan masyarakat. Saya pikir, 'Saya memang sudah begini.'" (Novel Tuhan Tidak Pernah Iseng, Zmarey Al-Bakhin, 2007: 206).*

Alih-alih terus menyangkal, Rey secara jantan mengakui sisi gelapnya: "Meski saya memiliki keadaan batin yang menyimpang..." serta mengolah amarah masa lalunya lewat doa dan kepasrahan batin. "Saya pikir, 'Saya memang sudah begini'" adalah puncak dari proses pengakuan diri dalam sub-bab ini. Kalimat ini membuktikan bahwa Rey tidak lagi memakai topeng kepalsuan, melainkan telah berani menghadapi, mengakui, dan merangkul kelemahan serta sisi gelap dirinya sendiri. Pertentangan antara persona dan *shadow* inilah yang menjadi pendorong utama proses individuasi Rey. Menurut Azizah dan Abdurrahman (2025), seseorang perlu berani menghadapi dan merangkul sisi gelapnya sendiri sebelum bisa menjadi pribadi yang utuh. Rey tidak bisa selamanya bersembunyi di balik topeng. Ia harus berani mengakui bahwa dirinya juga lemah, juga marah, juga bingung. Dan proses pengakuan inilah yang kemudian membawanya ke tahap berikutnya dalam perjalanan individuasinya menuju pribadi yang lebih otentik dan utuh.

### 3. Krisis sebagai Awal Individuasi

Individuasi adalah proses perkembangan kejiwaan menuju keutuhan diri dengan cara menyatukan unsur-unsur sadar dan tidak sadar dalam kepribadian seseorang (Jung, 1967). Proses semacam ini jarang sekali terjadi dalam suasana tenang dan damai. Sebaliknya, individuasi justru sering diawali oleh krisis eksistensial yang memaksa seseorang berhenti sejenak, merenung, dan mempertanyakan ulang segala sesuatu yang selama ini diyakininya.

Perjalanan Rey dalam novel ini memperlihatkan pola yang persis seperti itu. Penderitaan yang ia alami ternyata tidak semata-mata melukai dirinya, tetapi juga memaksanya untuk merenungi hakikat hidup secara lebih dalam. Ia mulai bertanya-tanya: untuk apa ia hidup? Apa makna dari semua penderitaan yang ia alami? Apakah hidup ini

hanya soal kesedihan atau ada sesuatu yang lebih dari itu? Pertanyaan-pertanyaan semacam ini mencapai puncaknya ketika Rey melontarkan gugatan eksistensial yang paling dalam, sekaligus paling menyakitkan, yaitu ketika ia mempertanyakan langsung otoritas tertinggi dalam keyakinannya:

*"Allah, dimana kau? mengapa kau ciptakan saya begini? mengapa saya beda dari yang lain? kenapa asing dengan tubuh saya sendiri. bukankah engkau Maha Hebat, Maha Agung, Maha Segalanya. tapi apa kau menciptakan saya layaknya bangkai busuk yang menjijikan. Kau tidak adil, lebih baik ambil nyawa ini! saya tak sudi menerima takdir-Mu yang pahit ini?." ( Novel Tuhan Tidak Pernah Iseng, Zemarey Al-Bakhin, 2007, 74)*

Menurut Nurgiyantoro (2021), pertanyaan-pertanyaan eksistensial semacam ini menandakan bahwa Rey mulai melepaskan diri dari cengkeraman ego yang sempit dan melangkah ke arah yang lebih luas, yaitu penyatuan diri. Menariknya, dalam proses ini dimensi spiritual ikut muncul. Rey tidak hanya memikirkan hidup dari sudut pandang materi atau sosial, tetapi juga mulai menyentuh hal-hal yang bersifat transendental. Ia mencari makna yang lebih dalam, dan pencarian makna ini tidak bisa dilepaskan dari proses individuasi yang sedang ia jalani.

#### 4. Integrasi Menuju Self

*Self* dalam pandangan Jung (1967) adalah pusat totalitas kepribadian, sebuah arketipe yang menggambarkan persatuan utuh antara kesadaran dan ketidaksadaran. Mencapai *Self* bukan berarti menghilangkan ego, melainkan menempatkan ego pada posisi yang seimbang dengan unsur-unsur kepribadian lainnya. Ini adalah tahap akhir dari proses individuasi, meskipun dalam praktiknya tidak ada seorang pun yang sepenuhnya mencapai *Self* secara mutlak; yang ada hanyalah pergerakan terus-menerus ke arah sana. Pada penghujung cerita, Rey menunjukkan sikap yang sangat berbeda dibandingkan dengan dirinya di awal. Ia mulai menerima sepenuhnya segala sesuatu yang terjadi dalam hidupnya. Ia tidak lagi memberontak terhadap penderitaan, tidak lagi menyalahkan keadaan atau orang lain, dan tidak lagi larut dalam rasa kasihan pada diri sendiri. Sebaliknya, ia justru mulai memaknai penderitaan itu sebagai bagian yang tak terpisahkan dari pertumbuhan dirinya.

*"Titik cerah mulai saya rasakan. Saya mulai tegar menghadapi segala cemoohan orang. Saya memang sudah begini. Dan saya ikhlas menerima kehendak ini. Dengan hati sabar, saya merasakan ketenangan dan kesejukan menghadapi setiap hinaan orang." (Novel Tuhan Tidak Pernah Iseng, Zemarey Al-Bakhin, 2007: 105).*

Menurut Stein (2021), sikap penerimaan semacam ini adalah tanda yang jelas bahwa integrasi antara ego dan ketidaksadaran telah berlangsung. Rey tidak lagi melawan bayang-bayangannya sendiri, tetapi merangkulnya sebagai bagian dari siapa dirinya. Hal ini menandakan bahwa ia telah mencapai tingkat kesadaran yang lebih penuh dalam memahami diri dan kehidupan yang dijalani. Dengan kata lain, Rey telah menapaki tahap individuasi yang cukup matang (Stein, 1998).

#### 5. Konflik Batin dan Dinamika Ketidaksadaran

Jung (1967) dan Samuels (2022) menjelaskan bahwa konflik batin muncul ketika ada ketegangan antara kesadaran dan ketidaksadaran yang belum terpadukan dengan baik. Konflik ini bisa terasa menyakitkan, tetapi sebenarnya ia memiliki fungsi yang penting, yaitu sebagai alarm yang memberitahu kita bahwa ada sesuatu yang tidak beres dalam diri kita dan perlu segera diatasi.

*"Pergolakan batin terus memburu di dada ini, antara keinginan untuk berterus terang atau tetap bungkam memendam. Hampir satu tahun saya menikah, saya masih belum mampu membuka diri. Sampai suatu hari, saya memohon kepada Allah Swt. lewat shalat malam saya, agar Dia berkenan memberi saya kekuatan atas apa yang akan saya lakukan. Saya memohon kepada-Nya agar membimbing lidah ini saat berbicara pada istri. Sampai akhirnya keberanian itu, akhirnya muncul juga. Setelah shalat subuh, saya memberanikan diri mendekati istri, yang waktu itu sedang nonton acara keagamaan di TV." (Novel Tidak Pernah Iseng, Zemarey Al-Bakhin, 2007: 112)*

Dalam pengakuan Rey di atas menunjukkan adanya pertarungan emosional yang hebat. Di satu sisi, ada dorongan ketidaksadaran untuk tetap menyembunyikan rahasia jiwa karena ketakutan, terwakili oleh keinginannya untuk *"tetap bungkam memendam"*. Sedangkan di sisi lain, ego kesadarannya menuntut kejujuran untuk membangun hubungan pernikahan yang nyata, tergambar dalam *"keinginan untuk berterus terang"*. Ketegangan yang menyakitkan ini berfungsi sebagai alarm internal yang memaksa Rey melakukan refleksi mendalam dan menggerakkan dinamika kepribadiannya agar menjadi lebih hidup. Menariknya, ia tidak hanya mengandalkan kekuatan sendiri, tetapi juga memohon petunjuk melalui shalat malam. Hal ini menandakan bahwa konflik batin yang ia alami tidak semata-mata bersifat psikologis, tetapi juga menyentuh dimensi spiritual yang semakin memperkuat fondasi individuasinya. Dari sinilah, proses menuju keutuhan diri menemukan momentum penting: Rey tidak lagi lari dari konflik, tetapi justru menghadapinya dengan kesadaran penuh.

#### 6. Dimensi Spiritual dalam Proses Individuasi

Stein (2021) dan Rahmawati (2023) mengemukakan bahwa proses individuasi memiliki hubungan yang erat dengan dimensi spiritual. Bukan dalam arti agama formal, melainkan dalam arti upaya seseorang untuk menemukan makna hidup yang lebih dalam dari sekadar rutinitas sehari-hari. Individuasi pada dasarnya adalah perjalanan spiritual, karena ia melibatkan pertanyaan-pertanyaan mendasar tentang siapa kita, mengapa kita ada, dan ke mana kita akan pergi. Rey mengalami perubahan spiritual yang cukup berarti selama perjalanannya. Awalnya, ia cenderung melihat penderitaan sebagai bentuk ketidakadilan yang tidak seharusnya menimpa dirinya. Ia marah pada Tuhan, marah pada takdir, marah pada hidup.

*"Allah, dimana kau? mengapa kau ciptakan saya begini? mengapa saya beda dari yang lain? kenapa asing dengan tubuh saya sendiri. bukankah engkau Mahahebat, Maha Agung, Maha segalanya. tapi apa kau menciptakan saya layaknya bangkai busuk yang menjijikan. Kau tidak adil, lebih baik ambil nyawa ini! saya tak sudi menerima takdir-Mu yang pahit ini?." (Novel Tuhan Tidak Pernah Iseng, Zemarey Al-Bakhin, 2007, 74)*

Namun seiring berjalannya waktu dan semakin dalam ia merenung, pandangannya mulai berubah. Ia mulai melihat penderitaan sebagai pelajaran, sebagai cara hidup untuk membentuk dirinya menjadi pribadi yang lebih baik. Pergeseran ini memperlihatkan adanya kematangan kesadaran yang tumbuh dalam diri Rey. Ia tidak lagi reaktif terhadap penderitaan, tetapi mulai proaktif dalam memaknainya. Ini adalah salah satu ciri khas dari proses individuasi yang berhasil: seseorang tidak lagi menjadi korban dari kehidupannya sendiri, tetapi mulai mengambil peran aktif dalam membentuk makna dari pengalaman-pengalamannya.

#### 7. Proses Transformasi Psikologis Tokoh Rey

Menurut Samuels (2022), transformasi psikologis berlangsung melalui rangkaian konflik, krisis, dan permenungan diri yang tidak selalu berjalan mulus. Kadang ada kemunduran, kadang ada keraguan, kadang seseorang merasa bahwa ia tidak kunjung berubah meskipun sudah berusaha keras.

*"Tidak saya pungkiri, saya masih sering merasakan dorongan begitu kuat yang menyeret ke arah sana. Tapi saya sadar, kalau saya tidak boleh melanggar semua perintah Allah. Sampai detik ini, saya tetap berdiri sebagai seorang 'pria yang beda', tapi tetap di jalan Allah Swt. Bahkan kini saya sudah menikah dengan wanita yang salehah, yang bisa menerima saya apa adanya." (Novel Tidak Pernah Iseng, Zemarey Al-Bakhin, 2007: 208).*

Tapi perubahan sejati biasanya terjadi secara perlahan, seperti air yang mengikis batu, tidak terlihat dalam sehari tetapi nyata hasilnya setelah sekian waktu. Rey berubah secara bertahap dari kondisi emosional yang sarat dengan kekecewaan menuju pemahaman yang lebih mendalam tentang siapa dirinya. Di awal cerita, ia mudah marah, mudah kecewa, dan mudah merasa putus asa. Di akhir cerita, ia terlihat lebih tenang, lebih bisa menerima kenyataan, dan lebih bijaksana dalam menyikapi berbagai persoalan hidup. Prasetyo (2021) menyebutkan bahwa dalam berbagai studi sebelumnya, penderitaan dalam karya sastra sering kali menjadi wahana pembentukan watak dan kedewasaan emosional tokoh. Hal ini tampak jelas pada diri Rey. Penderitaan yang ia alami tidak membuatnya hancur berkeping-keping, tetapi justru mengasah dirinya menjadi pribadi yang lebih matang secara psikologis. Ia tidak lagi mudah terombang-ambing oleh emosi dan lebih mampu melihat hidup dari perspektif yang lebih luas dan jangka panjang.

#### 8. Peran Pengalaman Traumatis dalam Pembentukan Kepribadian

Jung (1959) dan Stein (2021) mengakui bahwa pengalaman traumatis bisa memunculkan sisi ketidaksadaran dan memicu konflik batin yang cukup hebat. Trauma sering kali menjadi pintu masuk bagi *shadow* untuk muncul ke permukaan, karena trauma biasanya melibatkan pengalaman-pengalaman yang kita tekan dan tidak ingin kita ingat. Fenomena di mana seseorang justru tumbuh menjadi lebih kuat setelah mengalami trauma dikenal dalam psikologi sebagai *post-traumatic growth* (PTG), sebuah konsep yang pertama kali dikemukakan oleh Tedeschi dan Calhoun (1995) dan terus dikembangkan dalam penelitian-penelitian berikutnya (Tedeschi & Moore, 2021).

*"Suatu malam, tepat pada hari kelahiran saya, saat saya menangis tersedu memohon ampunan atas segala dosa, tiba-tiba terbetik sebuah tanya dalam hati*

*yang dialamatkan kepada diri sendiri. Sekarang, kamu sudah jadi begini, apa yang akan kamu lakukan? Kepada siapa kamu akan adukan semuanya? Sebuah pertanyaan yang mengoyak batin ini penuh haru, hingga tanpa sadar saya bergumam, Hanya Engkau ya Allah, tempatku mengadu. Hanya kepada-Mu lah aku pasrahkan diri ini dan atas apa yang aku lakukan. Ya Allah, ampuni aku!" (Novel Tuhan Tidak Pernah Iseng Zmarey Al-Bakhin, 2007: 102).*

Dalam novel ini, pengalaman traumatis yang menimpa Rey tidak hanya menimbulkan luka dan rasa sakit. Ia juga membukakan jalan bagi Rey untuk melakukan refleksi diri secara mendalam. Rey dipaksa untuk berhenti, duduk diam, dan mempertanyakan ulang segala sesuatu yang selama ini ia yakini. Dengan kata lain, trauma turut berperan dalam membentuk kepribadian Rey yang lebih matang di akhir cerita. Tanpa trauma, mungkin Rey tidak akan pernah bertanya sejauh itu tentang dirinya sendiri dan tentang makna hidup.

#### 9. Kaitan Perjalanan Rey dengan Konsep Individuasi Jung

Jung (1967) menegaskan bahwa tahap akhir dari proses individuasi adalah integrasi, yaitu kemampuan seseorang untuk menerima, memahami, dan menyatukan seluruh aspek kepribadiannya secara utuh, tanpa lagi menyangkal atau memberontak terhadap realitas dirinya. Dalam tahap ini, ego tidak lagi bertikai dengan shadow, melainkan hidup berdampingan secara seimbang menuju keutuhan diri (Self). Perjalanan Rey dalam novel ini memperlihatkan pencapaian tahap integrasi yang sangat jelas. Ia bergerak dari sikap menolak realitas di masa lalu menuju sikap menerima dan memahami dirinya secara utuh.

*"SAYA HARUS BISA MENJADI LAKI-LAKI SEJATI! Dulu saya sering menyalahkan Allah karena telah tega memasukkan ruh wanita ke dalam jasad laki-laki, membuat saya merasa asing dengan jasad dan jiwa sendiri. Namun kini kalbu saya terbuka, tak mungkin Allah salah, karena Allah Mahabener." (Novel Tuhan Tidak Pernah Iseng, Zmarey Al-Bakhin, 2007: 120).*

Frasa tersebut menunjukkan bahwa ia pernah berada dalam fase disintegrasi, di mana ia tidak mampu menerima kenyataan bahwa dirinya berbeda. Namun, "*kini kalbu saya terbuka*" dan "*tak mungkin Allah salah*" menandakan bahwa ia telah berhasil melepaskan pola pikir korban dan mulai menerima realitas dirinya sebagai bagian dari takdir ilahi yang tidak perlu dipertanyakan lagi. Lebih lanjut, ia bahkan mampu menganalisis secara sadar dan objektif akar dari konflik psikologis yang dialaminya sejak masa kecil.

*"Orientasilah yang membuatku berpikir begini. Saya diciptakan jelas sebagai laki-laki, ruh pun tepat menempati jasad laki-laki. Namun kromosomku yang condong kepada wanita dan orientasi berpikir yang terbangun karena situasi yang dihadapi di masa kecil lebih sering bermain dengan wanita karena merasa tidak diterima di kalangan lelaki, akhirnya membuat saya merasa berjiwa wanita. Ini menurut kata hati saya." (Novel Tuhan Tidak Pernah Iseng, Zmarey Al-Bakhin, 2007: 121).*

"*Saya diciptakan jelas sebagai laki-laki, ruh pun tepat menempati jasad laki-laki*" adalah bentuk penerimaan utuh terhadap realitas biologisnya, tanpa lagi menyangkal atau merasa asing. Ia tidak lagi menyalahkan Tuhan, tidak lagi menyalahkan orang tua,

tidak lagi menyalahkan lingkungan. Ia justru mampu melihat secara jernih bagaimana masa lalunya (sering bermain dengan wanita, tidak diterima di kalangan lelaki) telah membentuk orientasi berpikirnya. Keberanian Rey untuk merangkul keterbatasan dan memahami sejarah hidupnya sendiri demi mencapai keutuhan diri tercermin kuat dalam tekad awalnya: "*SAYA HARUS BISA MENJADI LAKI-LAKI SEJATI!*" Tekad ini bukan lagi bentuk pemberontakan atau pemaksaan, melainkan ekspresi dari kesadaran penuh bahwa menjadi laki-laki sejati bukan berarti menghilangkan sisi feminin dalam dirinya, tetapi justru menyatukannya secara harmonis dalam totalitas kepribadian yang utuh (Self).

## SIMPULAN

Tokoh Rey dalam novel *Tuhan Tidak Pernah Iseng* benar-benar mengalami proses individuasi seperti yang dimaksudkan Jung. Perjalanannya dimulai dari pertarungan antara *persona* dan *shadow*, lalu berlanjut ke konflik batin yang cukup berat. Pengalaman traumatis yang ia alami ternyata tidak hanya meninggalkan luka, tetapi justru memicu refleksi diri yang membuatnya perlahan berubah. Cara pandangannya terhadap penderitaan bergeser: dari yang awalnya dianggap sebagai ketidakadilan, menjadi sesuatu yang ia terima sebagai bagian dari proses belajar hidup. Di sinilah dimensi spiritual ikut ambil bagian dalam membantunya menemukan makna yang lebih dalam. Pada akhir cerita, Rey sampai pada tahap integrasi antara kesadaran dan ketidaksadaran dalam dirinya, yang tampak dari sikapnya yang lebih menerima kenyataan hidup sebagai pencapaian *Self*. Individuasi yang dijalani Rey bukan perubahan instan, melainkan perjalanan panjang yang penuh konflik batin, pengolahan luka, permenungan spiritual, dan pencarian makna hidup. Dengan begitu, karakter Rey terbukti memiliki hubungan erat dengan gagasan individuasi Jung, yaitu proses menuju keutuhan diri melalui penyatuan seluruh aspek kejiwaan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, A. and Abdurrahman, A. (2025) "Analisis Cerpen 'Langit Makin Mendung' Karya Ki Panjikusman dengan Pendekatan Religius," *Tsaqofah*, 6(1), pp. 278–290. Available at: <https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v6i1.8108>.
- Creswell, J.W. (2009) "Research Design, Qualitatif, Quantitative, and Mixing Approaches (3rd ed.)," *Sage Publications.*, p. pp.7.
- Jung (1967) "Symbols of transformation: An analysis of the prelude to a case of schizophrenia: Second edition," *Symbols of Transformation: An Analysis of the Prelude to a Case of Schizophrenia: Second Edition*, 5, pp. 1–557.
- Jung, C.G.H. (1967) "Collected Works of C.G. Jung, Volume 9 (Part 1): Archetypes and the Collective Unconscious," *Collected Works of C.G. Jung, Volume 9 (Part 1): Archetypes and the Collective Unconscious*, p. 470. Available at: <https://doi.org/10.1515/9781400850969>.
- Maulida, L. and Sri Israhayu, E. (2025) "Perilaku Altruisme Tokoh Biru Laut dalam Novel Laut Bercerita Karya Leila S. Chudori (Kajian Psikologi Sosial)," *EDU-KATA*, 11(2), pp. 55–62. Available at: <https://doi.org/10.52166/KATA.V11I2.10766>.
- Nurgiyantoro, B. (2021) *Teori Pengkajian Fiksi, Teori Pengkajian Fiksi*. Available at: <https://ugmpress.ugm.ac.id/id/product/budaya/teori-pengkajian-fiksi> (Accessed: May 20, 2026).

- Sambodja, A. (2024) “Dongeng Politik dalam Negeri Senja Seno Gumira Ajidarma Seno Gumira Ajidarma , Negeri Senja (Jakarta: Kepustakaan Populer Gramedia, 2003), Cet. I; XX + 244 Halaman.” *Wacana, Journal of the Humanities of Indonesia*, 7(1), p. 181003. Available at: <https://www.neliti.com/publications/181003/> (Accessed: May 20, 2026).
- Samuels, A. (2021) *Jung and the Post-Jungians, Jung and the Post-Jungians*. Routledge. Available at: <https://doi.org/10.4324/9780203359297>.
- Stein, M. (1998) *Jung's map of the soul: an introduction*, *Choice Reviews Online*. Shira Media. Available at: <https://doi.org/10.5860/choice.36-1271>.
- Steiner, M.D. *et al.* (2021) “Through the window of my mind: Mapping information integration and the cognitive representations underlying self-reported risk preference.” *Decision*, 8(2), pp. 97–122. Available at: <https://doi.org/10.1037/dec0000127>.
- Sugiyono (2024) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Available at: <https://cvalfabeta.com/product/metode-penelitian-kuantitatif-kualitatif-dan-rd-mpkk/> (Accessed: May 20, 2026).
- Wiyatmi (2020) *Psikologi Sastra Teori dan Aplikasinya*.