

Depresi Tokoh Raisa Dalam Novel Hikikomori-Chan Karya Ghyna Amanda

Satriani¹, Agus Budi Prasetyo², Eva Dwi Kurniawan³

^{1,2,3}Universitas Teknologi Yogyakarta

E-mail: satriani.5221211033@student.uty.ac.id¹, agus.5221211036@student.uty.ac.id²,
eva.dwi.kurniawan@staff.uty.ac.id³

Article History:

Received: 11 Desember 2023

Revised: 17 Desember 2023

Accepted: 21 Desember 2023

Keywords:

Depression, Literature Work, Hermeneutics

Abstract: *Jurnal ini menganalisis tentang aspek psikologis dalam sebuah karya sastra. Penulisan jurnal ini bertujuan untuk mengetahui apa saja gejala depresi dalam karya sastra. Karya sastra yang dipakai bergenre novel yang berjudul Hikikomori-Chan karya Ghyna Amanda. Metode yang digunakan adalah metode kualitatif mengingat penulis hanya mengandalkan buku novel kehidupan sehari-hari pada bagian di Hikikomori-Chan sebagai sumber penulisan. Masalah yang diangkat adalah tentang depresi dan gejala-gejala depresi yang dialami oleh tokoh utama dalam novel tersebut. Depresi merupakan gangguan kesehatan mental yang mempengaruhi perasaan, cara berpikir, dan cara bertindak seseorang. Depresi dapat dipicu oleh berbagai hal seperti, terdapat riwayat keluarga dengan gangguan kesehatan mental, seperti gangguan makan, gangguan kecemasan, atau post-traumatic stress disorder. Umumnya gejala depresi pada seseorang yang sering dilihat atau dijumpai adalah merasa sedih dan kehilangan minat untuk melakukan aktivitas yang biasa mereka lakukan. Hasil yang didapat dari penelitian ini adalah tokoh utama menunjukkan gejala-gejala depresi baik gejala fisik maupun gejala psikis yang menjadikan tokoh dalam novel tersebut menarik diri dari lingkungannya dan tidak keluar rumah selama 4 tahun.*

PENDAHULUAN

Novel adalah sebuah bentuk karya sastra yang di dalamnya memiliki nilai-nilai sosial, budaya, moral, dan pendidikan. Novel adalah karangan prosa yang panjang mengandung rangkaian cerita kehidupan seseorang dengan orang di sekelilingnya dengan menonjolkan watak dan sifat pelaku. Biasanya cerita pada novel diawali dari kejadian atau peristiwa terpenting yang dialami tokoh dalam cerita, yang kemudian akan mengubah nasib dalam hidupnya. Jadi, para tokoh dan watak tokoh lebih berkembang sampai mengalami perubahan nasib. Banyak novel yang menceritakan tentang masalah psikologi.

Novel Hikikomori-Chan karya Ghyna Amanda adalah salah satu novel yang diterbitkan oleh Jakarta : Ice Cube, 2015. Ghyna Amanda menulis karya yang lantas menjadi juara pertama dari sebuah kompetisi bertajuk Young Adult Realistic Novel oleh penerbit Ice Cube. Dan karya itu

adalah Hikikomori-Chan. Istilah tersebut merujuk pada fenomena remaja di Jepang yang kerap menarik diri dari kehidupan sosial. Novel ini banyak diminati oleh masyarakat terlebih dikalangan remaja karena saat ini banyak remaja yang mengalami masalah kesehatan mental seperti cerita pada novel ini. Peneliti memilih novel Hikikomori-Chan karya Ghyna Amanda sebagai objek material atas dasar beberapa pertimbangan. Pertama karena novel Hikikomori-Chan mengangkap topik Kesehatan mental yaitu depresi dan topik tersebut sedang ramai dibicarakan saat ini. Kedua dalam novel Hikikomori-Chan ini mengemukakan ciri-ciri dan gejala-gejala yang dialami oleh seseorang saat mengalami depresi.

Rumusan masalah mengenai depresi dalam novel Hikikomori-Chan, yaitu Apa saja gejala depresi yang dialami? Dan Bagaimana solusi agar seseorang dapat menangani gejala depresi yang sedang dialami.

Terdapat beberapa penelitian terdahulu mengenai depresi di dalam karya sastra yang pernah dilakukan dan cukup relevan dengan penelitian ini diantaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh Siti Maemunah (2021), dan Melia Nuryanti dan Teti Sobari (2019).

Penelitian oleh Siti Maemunah di tahun 2021 dengan judul penelitian *Gejala Depresi Tokoh Utama dalam Novel Represi Karya Fakhrisna Amalia*. Penelitian tersebut menggunakan metode Kualitatif. Hasil penelitian ini adalah mengungkap empat gejala depresi yang dialami oleh tokoh utama. Gejala yang dialami yaitu gejala emosional, gejala kognitif, gejala motivisional, dan gejala fisik. (Maemunah, 2021: 156—161).

Penelitian lain mengenai depresi didalam karya sastra juga pernah dilakukan oleh Melia Nuryanti dan Teti Sobari di tahun 2019 dengan judul penelitian *Analisis Kajian Psikologi Sastra pada Novel "Pulang" Karya Leila S. Chudori*. Penelitian tersebut menggunakan metode Deskriptif Kualitatif. Hasil penelitian tersebut yaitu membahas aspek kejiwaan tokoh utama pada novel *Pulang* dalam menghadapi konflik batin menimbulkan berbagai gangguan psikologis ringan. (Nuryanti dan Sobari, 2019 : 503).

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan adalah metode kualitatif mengingat penulis hanya mengandalkan buku novel kehidupan sehari-hari pada bagian di novel hikikomori chan sebagai sumber penulisan. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan hermeneutik, yaitu pendekatan yang digunakan untuk menganalisis suatu teks. Objek formal penelitian ini yaitu gejala-gejala depresi. Sedangkan objek material pada penelitian ini adalah novel Hikikomori-chan karya Gina Amanda dan diterbitkan oleh Ice Cube 2015. Teknik yang digunakan pada penelitian ini yaitu teknik baca catat yaitu dengan membaca keseluruhan isi novel dan mengumpulkan data dengan cara mencatat atau mengutip teks yang ada di dalam novel tersebut untuk dijadikan sebagai sumber data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut Supratiknya (dalam widuri & Nora 2011:3—4), mengatakan depresi merupakan gangguan afektif (mood) yang bersifat ekstrim dan tidak sesuai, meliputi: kegembiraan (elation) dan kesedihan (depression) yang ekstrim seperti: berteriak dengan histeris, murung atau jadi sangat pendiam dan pasif, keinginan untuk bunuh diri, dan meningkatkan ketergantungan pada bantuan orang lain. Menurut Chaplin (dalam Widuri dan Nora 2011:4) depresi dibagi menjadi dua pengertian. Pertama adalah orang normal, depresi merupakan keadaan kemurungan (kesedihan, patah semangat) yang ditandai dengan perasaan tidak pas, menurunnya kegiatan dan pesimisme menghadapi masa yang akan datang. Pengertian yang kedua adalah pada kasus patologis, dimana

depresi merupakan ketidakmauan yang ekstrim untuk mereaksi pada stimulus disertai dengan menurunnya nilai diri, delusi, ketidakpastian, tidak mampu dan putus asa.

Tak sedikit manusia mengalami depresi dikehidupannya. Setiap depresi yang dialami seseorang berbeda-beda dalam cara menyikapi dan menghadapinya. Dalam novel Hikikomori-Chan karya Ghyna Amanda ditemukan dua gejala depresi yakni gejala fisik dan gejala psikis. Kedua gejala tersebut akan dijelaskan lebih mendalam pada sub-bab dibawah ini.

1. Gejala Psikis

Adapun gejala psikis dari depresi ditandai dengan beberapa kondisi seperti cenderung menutup diri dari lingkungan sosial, merasa rendah diri, merasa khawatir atau cemas berlebihan, sangat sensitif seperti mudah marah, tersinggung, atau sedih. Penyebab awal terjadinya depresi tokoh raisa adalah bermula saat ibunya meninggal. Depresi biasanya terjadi saat stress yang dialami oleh seseorang tidak kunjung reda, depresi yang dialami berkolerasi dengan kejadian dramatis yang menimpa seseorang seperti kematian seseorang, kehilangan pekerjaan, komunikasi yang kurang efektif antara satu dengan yang lain menurut Rice (dalam Widuri & Nora 2011:4).

"sejak Ibu meninggalkan kami 4 tahun yang lalu banyak hal terjadi. perlahan hal-hal itu yang membuatku menutup diri." (Amanda,2015:39)

Di situ raisa menceritakan awal mula dia mulai menarik diri atau menutup diri dari lingkungan dan memutuskan untuk menjadi seorang hikikomori-chan yaitu sejak ibunya meninggalkan dia yaitu 4 tahun yang lalu. Kepergian seseorang yang kita sayangi memang berat untuk diterima seperti halnya tokoh raisa pada novel hikikomori-chan yang sangat terpukul atas kepergian ibunya, yang akhirnya kepergian ibunya itu menjadi salah satu penyebab yang menjadikan ia depresi. Kepergian seseorang yang kita sayang kadang banyak memunculkan masalah seperti emosi yang tidak dapat kita kendalikan sehingga kerap kali kita ingin menyalahkan orang lain. Padahal hal tersebut sangat salah dan tidak akan membuat orang tersebut kembali. Malah dengan kita menyalahkan orang lain akan memunculkan masalah baru seperti yang terjadi di dalam novel hikikomori-chan ini.

"Sejak hari kepergian Ibu, sejak semua orang termasuk Kana dan si kembar menyalahkanku, aku selalu takut pada mereka." (Amanda,2015:133).

Dikutipan tersebut Raisa menjelaskan bahwa dia mengalami ketakutan terhadap keluarganya karena keluarganya menyalahkan dia atas kepergian ibunya. Dampak dari perlakuan keluarganya ini akhirnya menimbulkan trauma dan akhirnya membuat dia menjadi depresi. Dan sikap keluarganya ini merupakan salah satu bentuk verbal abuse. Menurut Terry E Lawson (dalam Andini, 2019:17). Kekerasan secara verbal (Verbal Abuse) biasanya berupa perilaku verbal dimana pelaku melakukan pola komunikasi yang berisi penghinaan, ataupun kata-kata yang melecehkan anak. Pelaku biasanya melakukan tindakan mental abuse, menyalahkan, melabeli, atau juga mengkambing hitamkan. Berdasarkan teori ini dapat kita lihat bahwa Raisa mengalami kekerasan verbal atau Verbal Abuse oleh keluarganya. Dari kejadian tersebut perilaku keluarganya kepada dia menjadikan dia tidak percaya lagi kepada semua orang. Dia merasa terasingkan, tidak didengar, merasa takut, dan merasa selalu disalahkan.

"Bayangan yang selama ini mungkin telah menenggelamkanku pada ketakutan,

ketidakpercayaan, serta amarah luar biasa terhadap orang-orang yang selalu mengabaikanku dan hanya datang ketika mereka membutuhkan.”(Amanda, 2015:98).

Kutipan ini menjelaskan bagaimana gejala yang dialami oleh tokoh Raisa di situ dia mengatakan bahwa ada bayangan yang membuatnya mengalami ketakutan, rasa ketidakpercayaan, juga mengalami amarah yang luar biasa terhadap orang-orang yang selalu mengabaikannya dan hanya datang ketika mereka membutuhkan Raisa. Ketakutan, ketidakpercayaan diri serta amarah yang selalu keluar itu disebabkan oleh orang-orang yang selalu mengabaikannya itu merupakan salah satu bentuk gejala psikis karena tokoh utama merasa sensitif dan emosional terhadap orang-orang yang ia anggap selalu mengabaikan dia akhirnya dia mudah marah tersinggung dan sedih ketika berhadapan dengan orang-orang tersebut.

Kutipan lain yang menjelaskan tentang gejala psikis yang dialami oleh tokoh Raisa adalah ketika ia cenderung menutup diri dari lingkungan dia tidak pernah keluar kamar selama 4 tahun juga mengurangi aktivitas-aktivitasnya tidak ada motivasi untuk melakukan sebuah aktivitas bahkan hingga menjadikan dia sebagai seorang hikikomori atau seseorang yang menarik diri dari lingkungan. Bahkan ia pun tak ingin melakukan aktivitas bersama keluarganya sampai-sampai ia juga tak ingin makan bersama saudaranya.

“Aku bahkan tidak makan malam bersama kana atau si kembar ketika mereka masih tinggal dirumah ini.”(Amanda,2015:7)

Dikutipan tersebut menjelaskan bahwa dia enggan makan bersama saudaranya, sehingga Raisa nampak menghindari interaksi dengan saudaranya dan Raisa cenderung menutup diri. sedangkan kita ketahui bahwa makan bersama keluarga merupakan salah satu cara untuk menjalin hubungan baik antar keluarga dan menjaga keharmonisan dalam suatu keluarga. Dari beberapa perilaku yang nampak dilakukan oleh Raisa, menimbulkan gejala lain yaitu Gejala Fisik.

2. Gejala Fisik

Gejala fisik yang muncul biasanya seperti kelelahan, tidur menjadi kurang atau lebih dari biasanya, hingga perubahan nafsu makan. Kondisi ini dapat terjadi akibat dari perubahan aktivitas otak, kadar hormon atau tingkat neurotransmitter. Menurut Rice (dalam Widuri & Nora,2011:3), depresi adalah gangguan mood, kondisi emosional berkepanjangan yang mewarnai seluruh proses mental (berfikir, berperasaan dan berperilaku) seseorang. Pada umumnya mood yang secara dominan muncul adalah perasaan tidak berdaya dan kehilangan harapan. Hal inilah yang dialami tokoh utama yang bernama Raisa.

"Seperti biasa hari ini kuhabiskan untuk bermain game dikamar."
 (Amanda,2015:24)

Kutipan teks diatas menjelaskan bahwa tokoh raisa mengalami gangguan mood yang menyebabkan perubahan perilaku seperti yang dijelaskan sebelumnya. Disitu dijelaskan bahwa dia tidak memiliki keinginan untuk melakukan sebuah aktivitas atau kegiatan. Hal ini merupakan salah satu bentuk gejala fisik dari depresi karena tokoh raisa ini tidak memiliki motivasi untuk melakukan sebuah aktivitas yang seharusnya manusia normal lakukan. Tetapi pada kutipan teks di atas raisa hanya menghabiskan waktunya untuk bermain game di kamar,dia bahkan tidak keluar kamar. Di

sana ia mengatakan *seperti biasa* berarti hal tersebut bukan hanya dia lakukan sekali dua kali tetapi sudah menjadi kebiasaan. perubahan mood dan perubahan perilaku ini selanjutnya akan berpengaruh terhadap perilaku lain seperti penurunan nafsu makan yang juga termasuk kedalam gejala fisik depresi.

"aku punya satu tumbler berisi air, tiga buah roti, beberapa bungkus cemilan dan diriku sendiri di dalam kamar ini semua itu cukup untuk jatah beberapa hari."
(Amanda, 2015:199)

Pada kutipan teks di atas raisa menceritakan tentang persediaan makanannya dia menjelaskan dia mempunyai satu tumbler berisi air, 3 buah roti, beberapa cemilan dan dirinya sendiri di dalam kamar dia menyebutkan bahwa persediaan makanan itu cukup untuk jatah beberapa hari. Kondisi itu jelas menunjukkan adanya gejala fisik depresi karena disitu dia mengalami perubahan nafsu makan atau pengurangan nafsu makan. Rata-rata 1 buah roti memiliki kalori sekitar 100-200 kalori sedangkan manusia membutuhkan sekitar 2.000 kalori per hari. Jadi 3 buah roti berarti hanya memiliki 600 kalori dan itu tidak mencukupi kebutuhan kalori untuk satu hari. Dan manusia pada umumnya itu memiliki frekuensi makan dalam sehari terdiri dari tiga kali makan utama yaitu makan pagi makan siang dan makan malam. Hal itu berarti tokoh raisa ini mengalami penurunan nafsu makan yang sangat drastis. Selain itu gejala fisik yang ditunjukkan dari seseorang yang mengalami depresi adalah memiliki perasaan takut atau tidak suka dekat dengan orang lain apalagi kontak fisik secara langsung dengan orang lain. Seperti yang dialami oleh tokoh raisa.

"Kyojin mendekatiku, spontan membuatku menyingkir karena seharusnya ia tahu aku tidak suka berdekatan dengan orang lain."(Amanda, 2015:23)

Setiap manusia memiliki reaksi yang berbeda-beda dalam menghadapi peristiwa kematian, seperti seseorang merasa syok atau terkejut, menangis, bahkan dapat tidak menerima keadaan atau kenyataan tersebut. Salah satunya dapat dilihat dikutipan tersebut yaitu Raisa seorang anak yang tak suka berdekatan dengan orang lain yang diakibatkan kehilangan ibunya untuk selamanya, perilaku tersebut menunjukkan adanya gejala fisik depresi dikarenakan ia mengalami kesulitan berinteraksi seperti kesulitan berdekatan dengan orang lain dan kesulitan dalam berkomunikasi. Reaksi dukacita yang dapat ditimbulkan anak karena kehilangan orang tuanya adalah ketakutan, anak akan merasa takut karena tidak ada lagi yang akan membantu meredakan kecemasan bahkan memberi dampungan kepadanya. Padahal dalam hal ini orang tua justru berperan penting dalam membantu anak mengelola reaksi dukanya. Bahkan gangguan psikososial khususnya depresi dan gangguan kecemasan yang dikembangkan oleh anak adalah dampak terburuk dari rasa duka yang dialaminya karena kehilangan orang tua, Oleh karena itu peristiwa kehilangan orang tua dikatakan sebagai sebuah peristiwa yang akan membawa dampak besar bagi sang anak J.W. Santrock, (dalam Parebong 2021:3). Tak hanya kesulitan berinteraksi Raisa juga mempunyai kebiasaan yang tak baik untuk kesehatannya sendiri seperti tak mandi beberapa hari sampai-sampai ia lupa menghitung sudah berapa hari tak mandi.

"Sudah berapa lama aku tidak mandi? Dua hari? Tiga hari? Aku jarang menghitung." (Amanda, 2015:28)

Manusia perlu menjaga kebersihan diri yaitu dengan mandi agar sehat, tidak bau, tidak

menyebarkan kotoran atau menyebabkan penyakit bagi diri sendiri maupun orang lain. PHBS (perilaku hidup bersih sehat) adalah perwujudan paradigma sehat dalam budaya hidup perorangan, keluarga dan masyarakat yang berorientasi sehat, dengan tujuan untuk meningkatkan memelihara dan melindungi Kesehatan baik fisik, mental, spiritual maupun sosial. Salah satu indikator PHBS dalam tatanan rumah tangga adalah kebersihan perorangan atau kebersihan diri Muchtadi, (dalam Apriani dan Wulandari 2020). Mandi merupakan sebuah rutinitas yang dilakukan oleh orang-orang setiap hari. Frekuensi mandi orang normal biasanya 1-3 kali dalam sehari. Sedangkan dalam kutipan di atas diceritakan bahwa tokoh Raisa tersebut bahkan lupa kapan terakhir dia mandi. Hal ini merupakan salah satu gejala depresi karena seseorang yang mengalami depresi akan merasa malas untuk melakukan kegiatan atau aktivitas sehari-hari salah satunya mandi. Dan tokoh Raisa dalam cerita ini mengalami hal tersebut.

3. Cara menangani depresi

Jenis-jenis Depresi Menurut American Psychiatric Association dan Rosenvald, Oei, dan Schmidt (dalam Kurnia & Tedjamulja, 2019:3), berdasarkan tingkat penyakitnya, depresi dibagi menjadi rendah, sedang dan berat. Yakni, Mild depression/minor depression dan dysthymic disorder. Pada depresi ringan, mood yang rendah datang dan pergi dan penyakitnya datang setelah kejadian stress full yang spesifik. Individu akan merasa cemas dan juga tidak bersemangat. Bentuk depresi yang kurang parah disebut distimia (dysthymic disorder). Depresi ini menimbulkan gangguan minor depression ringan dalam jangka waktu yang lama sehingga seseorang tidak dapat bekerja optimal. Gejala depresi ringan ada gangguan distimia dirasakan minimal jangka waktu dua tahun. Moderate depression, pada depresi sedang mood yang rendah berlangsung terus dan individu mengalami simptom fisik walaupun berbeda-beda tiap individu. Perubahan gaya hidup saja tidak cukup dan bantuan diperlukan untuk mengatasinya. Severe depression/major depression. Depresi berat adalah penyakit tingkat depresinya parah. Individu mengalami gangguan kemampuan untuk bekerja, tidur, makan, dan menikmati hal yang menyenangkan dan penting untuk mendapatkan bantuan medis secepat mungkin.

Dari beberapa gejala depresi yang muncul pada tokoh Raisa dalam novel Hikikomori-chan dapat kita simpulkan bahwa Raisa mengalami Depresi Berat atau yang disebut Major Depression. Depresi berat sendiri terdapat beberapa cara untuk menanganinya. Salah satu cara atau solusi agar seseorang yang mempunyai gejala depresi dapat berubah atau dapat sembuh yakni dukungan lingkungan sekitar. Seperti yang dikatakan Dokter Jati Satriyo bahwa cara mengatasi depresi berat yang paling efektif adalah dengan meminta dukungan dari lingkungan sekitar anda, dalam hal ini yang paling dapat Anda andalkan dan percaya adalah keluarga.

“Aku tak mau meninggalkan mereka yang sudah peduli padaku. Ketiga saudaraku ini memang pengacau yang membuatku selalu ingin mengurung diri di dalam kamar. Tetapi tanpa mereka, rumah bukan lagi rumah.” (Amanda, 2015:214)

Kutipan di atas menjelaskan bahwa tokoh Raisa dapat sedikit demi sedikit berubah karena dukungan dari sang ayah dan keluarganya. Dari kebiasaannya yang menutup diri, sangat sensitif seperti mudah marah, cemas, sedih. Akhirnya sampai ke titik dia mengalami perubahan ke arah yang lebih baik dari sebelumnya. Dari situ kita bisa tahu bahwa dukungan dari keluarga merupakan aspek yang sangat penting untuk menangani depresi.

Cara lain yang bisa digunakan apabila kita mengalami depresi adalah melakukan konseling,

baik konseling individu maupun konseling kelompok. Atau bisa juga dengan melakukan beberapa terapi. Maka dari itu konseling dapat berpengaruh besar terhadap penyembuhan depresi karena hal itu konseling sangat penting dalam membantu seseorang yang mengalami depresi. Berikut ada salah satu konseling yang dapat membantu klien yang mengalami kondisi depresi yaitu konseling *Person-centred* dalam konseling ini akan lebih banyak konselor berperan sebagai partner klien untuk membantu memecahkan masalah. Menurut Maharani (dalam Malelak, 2023: 5). Dalam konseling yang sedang berjalan harus berpusat kepada person-centred yang memenuhi persyaratan sebagai berikut. Menciptakan hubungan yang bersifat permisif artinya disini adalah seorang konselor harus bisa membuat suasana konseling dengan penuh kebahagiaan, penerimaan, pengertian dan terhindar dari segala ketegangan. Hal ini bisa dilakukan secara verbal dan non-verbal. Mendorong pertumbuhan pribadi.

Fungsi konselor dalam berjalannya konseling harus berpusat kepada klien bukan hanya membantu klien agar bisa keluar dari masalah yang dihadapi tetapi seorang konselor harus bisa berfungsi untuk saling memahani dan membantu pertumbuhan kline dengan menjadikan suasana konseling menjadi tenang dan damai. Mendorong kemampuan memecahkan masalah Konselor harus bisa berfungsi untuk membantu klien agar ia bisa mengembangkan kemampuannya untuk memecahkan masalah yang sedang dihadapinya. Dari peran konseling yang ada ini, semoga bisa memberikan bantuan kepada klien yang menghadapi depresi agar bisa membantunya untuk menyelesaikan masalahnya dan tidak hanya itu, penulis berharap dengan adanya peran konseling ini seorang konselor bisa mendampingi kliennya sampai pemulihan yang lebih baik terhadap dirinya.

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan literatur diatas dapat disimpulkan bahwa depresi memiliki beberapa gejala yaitu gejala fisik dan gejala psikis. Gejalanya bisa berupa kesedihan yang amat sangat, perasaan tidak berarti dan bersalah (menarik diri, tidak dapat tidur, kehilangan selera, minat dalam aktivitas sehari hari. Seperti yang terjadi dalam Novel Hikikomori-chan yang tokoh utamanya mengalami beberapa gejala depresi. Akhir kata penulis ingin menyampaikan bahwa meskipun penulis menginginkan kesempurnaan dalam penyusunan makalah ini akan tetapi pada kenyataannya masih banyak kekurangan yang perlu penulis perbaiki. Hal ini dikarenakan masih minimnya pengetahuan penulis. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun dari para pembaca sangat penulis harapkan sebagai bahan evaluasi untuk kedepannya. Sehingga bisa terus menghasilkan penelitian dan karya tulis yang bermanfaat bagi banyak orang.

DAFTAR REFERENSI

- Amanda, G. (2015). Hikikomori-Chan. Jakarta : Ice Cube
- Andini, M, T. Identifikasi Kejadian Kekerasan Pada Anak Di Kota Malang. *Jurnal Perempuan Dan Anak*. 2(1). 17. DOI. <https://doi.org/10.22219/jpa.v2i1.5636>
- Apriani, M., Wulandari, R. Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan Lingkungan Dengan Kejadian Scabies Pada Lansia. *Babul Ilmi : Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*. 12(1). 2 DOI. <https://doi.org/10.36729/bi.v12i1.1124>
- Lovita, A., Kurnia, A. S. (2019). Pusat Rehabilitas Kaum Milenial Depresi Di Jagakarsa. *Jurnal Sains, Teknologi, Perkotaan, Perancangan, Arsitektur (Stupa)*. 1(2). 3. DOI. <https://doi.org/10.24912/stupa.v1i2.4458>
- Maemunah, S. (2021). Gejala Depresi Tokoh Utama dalam Novel Represi Karya Fakhrisna
-

-
- Amalia. *Jurnal Pendidikan, Bahasa, dan Sastra*. 9(2). 156—161. DOI. [https://doi.org/10.25299/geram.2021.vol9\(2\).7550](https://doi.org/10.25299/geram.2021.vol9(2).7550)
- Malelak, D. P. (2023). Peran Konseling Dalam Mengatasi Depresi Pada Remaja Usia 10-24 Tahun. *Jurnal Insan Pendidikan dan Sosial Humaniora*. 1(4)5. DOI. <https://doi.org/10.59581/jipsoshum-widyakarya.v1i4.1761>
- Mutia, Sisca. Analisis Sosiologis dalam Novel Hikikomori-Chan Karya Ghyna Amanda. URI. <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/21941>
- Nuryanti, M., Sobari, T. (2019). Analisis Kajian Psikologi Sastra pada Novel “Pulang” Karya Leila S. Chudori. *Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra*. 2(4). 503. DOI. <https://doi.org/10.22460/p.v2i4p%25p.2877>
- Nora, A, C. Widuri, E, L. (2011). Komunikasi Ibu Dan Anak Dengan Depresi Pada Remaja. 3—4. DOI. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v8i1.457>
- Parebong, R, E. Pendekatan Trauma Healing Untuk Mengatasi Pathological Grief Pada Anak Usia Remaja Yang Ditinggal Mati Orang Tuanya. *Ra'ah: Journal Of Pastoral Counseling*. 1(2) 3. DOI. <https://doi.org/10.52960/r.v1i2.73>
-