

**Wittia Dina Ameliya<sup>1</sup>**  
**Loliekk Kani Atmaja<sup>2</sup>**  
**Man Hakim<sup>3</sup>**  
**Septina Lisdayanti<sup>4</sup>**

## **PSIKOLOGI HUMANISTIK TOKOH UTAMA DALAM NOVEL GRAVITASI MATAHARI KARYA KADEX PINGETANIA**

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk psikologi humanistik tokoh utama dalam novel Gravitasi Matahari karya Kadek Pingetania berdasarkan teori hierarki kebutuhan Abraham Maslow. Teori ini mencakup lima tingkat kebutuhan, yaitu kebutuhan fisiologis, rasa aman, cinta dan memiliki, harga diri, serta aktualisasi diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis isi. Data dikumpulkan melalui teknik baca dan catat, kemudian dianalisis secara deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari total 81 data yang ditemukan, kebutuhan cinta dan memiliki merupakan kebutuhan yang paling dominan terpenuhi, diikuti oleh kebutuhan rasa aman, fisiologis, harga diri, dan aktualisasi diri. Pemenuhan kebutuhan tersebut memengaruhi perilaku, sikap, dan perkembangan kepribadian tokoh utama, yaitu Gravitasi dan Matahari. Penelitian ini menyimpulkan bahwa karya sastra, khususnya novel, dapat merefleksikan dinamika psikologis individu dan menjadi media yang efektif dalam memahami aspek-aspek kemanusiaan.

**Kata Kunci:** Psikologi Humanistik, Abraham Maslow, Kebutuhan Manusia, Tokoh Utama, Gravitasi Matahari.

### **Abstract**

This study aims to describe the humanistic psychological needs of the main characters in the novel Gravitasi Matahari by Kadek Pingetania, based on Abraham Maslow's hierarchy of needs theory. The theory includes five levels of needs: physiological needs, safety needs, love and belonging, esteem, and self-actualization. This research uses a qualitative approach with content analysis as the method. Data were collected through intensive reading and note-taking, then analyzed descriptively. The results show that out of a total of 81 identified data points, the most dominant fulfilled need is the need for love and belonging, followed by safety needs, physiological needs, esteem, and self-actualization. The fulfillment of these needs influences the behavior, attitudes, and personality development of the main characters, Gravitasi and Matahari. This study concludes that literary works, particularly novels, can reflect an individual's psychological dynamics and serve as an effective medium for understanding humanistic aspects.

**Keywords:** Humanistic Psychology, Abraham Maslow, Human Needs, Main Character, Gravitasi Matahari.

### **PENDAHULUAN**

Karya sastra adalah hasil pemikiran kreatif penulis yang mencerminkan realitas dan permasalahan individu dalam kehidupan nyata (Silviandari & Noor, 2023:2). Menurut Suarastina (dalam Yulianto, 2017:4) Sastra adalah teks yang mengandung instruksi atau pedoman, yakni jenis tulisan yang mengandung unsur makna yang memiliki keindahan tertentu, seperti pada novel, drama, puisi dan lain-lain. Sastra merupakan sebuah karya sastra yang memiliki berbagai karakteristik atau tulisan keunggulan seperti, kesenian, keindahan dalam isi, dan ungkapannya sebagai hasil pekerjaan seni dengan bahasa manusia dan kehidupannya menggunakan sebagai media. Dengan demikian karya sastra berkaitan langsung dengan manusia sebagai individu yang dibahas pada karya sastra. Karya sastra tidak hanya dianggap sebagai suatu karya seni yang diekspresikan melalui berbagai pengalaman kehidupan dalam

<sup>1,2,3,4)</sup> Universitas Muhammadiyah Bengkulu

email: [wittiadinaameliya@gmail.com](mailto:wittiadinaameliya@gmail.com)<sup>1</sup>, [oliekkaniaatmaja@umb.ac.id](mailto:loliekkaniaatmaja@umb.ac.id)<sup>2</sup>, [manhakim@umb.ac.id](mailto:manhakim@umb.ac.id)<sup>3</sup>, [septinakhaliq14@gmail.com](mailto:septinakhaliq14@gmail.com)<sup>4</sup>

bermasyarakat, tetapi juga sebagai suatu karya kreatif yang sering dikaitkan dengan gejala-gejala kejiwaan dalam hal ini sikap dan perilaku (Oktaviani et al., 2022:349). Karya sastra banyak memberikan pesan-pesan penting pada masyarakat tentunya dilingkungan sosial, imajinasi yang diciptakan tentunya berhubungan dengan kondisi psikologis yang dialami pengarang itu sendiri. Salah satu karya tersebut berupa novel. Novel merupakan karya sastra yang berisi tentang cerita fiktif dan non-fiktif (Afifatul Hikmah & Muhtari, 2023:32).

Novel menurut Nurgiyantoro (2013: 12) ialah suatu cerita panjang, dengan memiliki ratusan halaman dan beberapa tokoh. Berdasarkan realita saat ini, novel menjadi salah satu media baca yang banyak diminati oleh berbagai kalangan. Setiap isi cerita yang disajikan dalam novel memiliki genre yang bervariatif dan alur yang disajikan dapat mempengaruhi psikologi pembaca. Novel popular yang bergenre romansa percintaan menjadi genre yang banyak digemari oleh pembaca pada tingkatan remaja atau dewasa. Hal itu disebabkan, cerita yang disajikan mudah dipahami dan pembaca dapat memposisikan dirinya di dalam isi cerita.

Pada dasarnya sebuah novel dibangun atas dua unsur yang sangat penting dan diperlukan penulis dalam membangun ruh cerita secara rinci sehingga cerita yang ditulis seolah hidup dan berada di dunia nyata. Unsur yang dimaksud adalah unsur intrinsik dan unsur ekstrinsik. Unsur intrinsik adalah unsur yang melekat pada novel, meliputi tema, latar (setting), sudut pandang (point of view), alur, penokohan, gaya bahasa, dan amanat, sedangkan unsur ekstrinsik ialah unsur yang mempengaruhi penciptaan karya sastra dari luar. Unsur ekstrinsik dipandang kurang penting, karena agak sulit untuk menemukan unsur ini di dalam sebuah novel. Unsur ini dapat ditemukan setelah pembaca memahami unsur intrinsik yang terdapat dalam sebuah novel. karena unsur ini saling berkelindan. Mengetahui dan memahami unsur ekstrinsik adalah penting, mengingat bahwa sebuah karya sastra tidak muncul hanya dari kekosongan budaya. Secara umum unsur ekstrinsik di dalam novel dapat memuat aspek historis, sosiologis, filsafat, religius, dan psikologis (Amalia & Yulianingsih, 2020:150). Novel juga merupakan karya sastra yang mengungkapkan aspek-aspek kemanusiaan melalui suatu proses rekaan yang menyajikan tokoh dan menampilkan serangkaian peristiwa serta latar secara tersusun dan mengandung nilai psikologi yang mendalam. Salah satu novel yang memuat bentuk kebutuhan psikologi humanistik yaitu novel *Gravitas Matahari* Karya Kadek Pingetania.

Menurut Sugiarti dan Andalas (2018: 13) penelitian karya sastra ialah suatu proses untuk mengkaji, menganalisis, memberi penilaian, dan memahami sebuah karya sastra. Salah satu kajian dalam penelitian karya sastra adalah penelitian psikologi sastra. Penelitian psikologi sastra memiliki peranan penting dalam pemahaman sastra karena adanya beberapa kelebihan seperti: pertama, pentingnya psikologi sastra untuk mengkaji lebih mendalam aspek perwatakan; kedua, dengan pendekatan ini dapat memberi umpan balik kepada peneliti tentang masalah perwatakan yang dikembangkan; dan terakhir, penelitian semacam ini sangat membantu untuk menganalisis karya sastra yang kental dengan masalah-masalah psikologis. Karya sastra berupa novel biasanya memiliki peran dalam masyarakat, karena berkaitan dengan masalah kehidupan manusia. Berbagai masalah dalam hidup, erat kaitannya dengan bagaimana manusia dalam memenuhi kebutuhan hidup yang paling mendasar. Perilaku manusia dapat dipengaruhi oleh kecenderungan individu untuk mencapai tujuan hidup yang lebih bahagia dan lebih memuaskan, Minderop (dalam Indah Purika Sari, 2023:2). Tingkat kebahagiaan seseorang dapat dipengaruhi oleh lingkungan dan tingkah laku manusia itu sendiri. Tingkah laku tersebut berkaitan dengan kepribadian seseorang, karena hal itu dapat mencerminkan kondisi kejiwaan seseorang yang dikaji menggunakan pendekatan psikologi sastra.

Dalam penelitian psikologi sastra ada berbagai cabang , salah satunya adalah psikologi humanistik atau yang disebut dengan bentuk kebutuhan hidup manusia. Psikologi humanistik merupakan aliran ketiga dalam psikologi, setelah dua psikologi yang juga sama berkembang, yakni psikologi behaviorisme dan psikologi psikoanalisa. Secara khusus, Maslow mengonseptualisasikan lima tingkatan kebutuhan berikut, yang disusun dalam Piramida yang dimulai dengan kebutuhan yang lebih rendah dan berlanjut ke kebutuhan yang lebih tinggi: 1. Kebutuhan psikologis, misalnya, lapar, haus; 2. Kebutuhan akan rasa aman, misalnya, keamanan, stabilitas; 3. Kebutuhan akan rasa memiliki dan cinta, misalnya, kasih sayang, identifikasi; 4. Kebutuhan akan penghargaan, misalnya, gengsi, harga diri; 5. Kebutuhan akan aktualisasi diri. Bentuk kebutuhan psikologi humanistik tokoh tergantung pengarang dalam

mengarahkan cerita. Dengan begitu peneliti menggunakan teori psikologi humanistik untuk menganalisis salah satu novel yaitu novel *Gravitasi Matahari* karya Kadek Pingetania.

Menurut Maslow (1954:57), hal yang paling krusial adalah bahwa individu harus memenuhi kebutuhan yang paling dasar terlebih dahulu sebelum dapat fokus pada kebutuhan yang lebih tinggi. Konsep ini menunjukkan bahwa seseorang tidak dapat meraih rasa aman, yang merupakan salah satu kebutuhan psikologis, jika kebutuhan fisiologis seperti makanan, udara, dan tempat tinggal belum tercapai dengan memadai. Begitu juga, seseorang tidak dapat memenuhi kebutuhan sosial atau diberikan penghargaan tanpa terlebih dahulu memastikan bahwa kebutuhan fisiologis dan rasa aman mereka telah terpenuhi. Dengan kata lain, hierarki kebutuhan yang dikemukakan Maslow mengharuskan seseorang untuk melalui urutan pencapaian tertentu. Kebutuhan dasar harus dipenuhi terlebih dahulu sebagai fondasi untuk memenuhi kebutuhan yang lebih tinggi. Artinya, seseorang tidak bisa melompotati atau melewati langkah-langkah dalam pencapaian kebutuhan tersebut, karena setiap level bergantung pada menyalurkan kebutuhan yang ada di bawahnya. Setiap tahapan dalam hierarki ini berperan sebagai pendorong untuk mencapai kesejahteraan.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kebutuhan-kebutuhan tokoh dalam novel berdasarkan teori psikologi humanistik Abraham Maslow serta menjelaskan proses pemenuhan kebutuhan tersebut, mulai dari kebutuhan fisiologis hingga aktualisasi diri. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk menganalisis bagaimana pemenuhan kebutuhan tersebut memengaruhi sikap, perilaku, dan perkembangan kepribadian tokoh dalam cerita.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan tujuan untuk mendeskripsikan aspek-aspek psikologi humanistik tokoh utama dalam novel *Gravitasi Matahari* karya Kadek Pingetania. Fokus kajian diarahkan pada teori kebutuhan bertingkat yang dikemukakan oleh Abraham Maslow, yang mencakup lima tingkatan kebutuhan yaitu kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan cinta dan memiliki, kebutuhan harga diri, dan kebutuhan aktualisasi diri. Data dalam penelitian ini berupa kutipan-kutipan teks dari novel yang mengandung unsur psikologi humanistik, khususnya yang mencerminkan pemenuhan kebutuhan-kebutuhan tersebut oleh tokoh utama. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik baca, yakni dengan membaca secara intensif teks novel untuk menemukan bagian-bagian yang relevan. Selanjutnya, teknik analisis data yang digunakan adalah analisis isi, yaitu dengan menginterpretasikan makna yang terkandung dalam kutipan sesuai dengan teori yang digunakan serta pendekatan sastra. Untuk menjamin keabsahan data, peneliti menggunakan tiga teknik, yaitu perpanjangan keikutsertaan untuk memperdalam pemahaman terhadap data, ketekunan pengamatan untuk menjaga konsistensi dalam proses analisis, serta auditing atau pemeriksaan data oleh pihak lain untuk menghindari bias dan memastikan hasil yang diperoleh dapat dipertanggungjawabkan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Bentuk Psikologi Humanistik Tokoh Utama dalam Novel *Gravitasi Matahari*

Dalam penelitian ini peneliti mengkaji dua tokoh utama dalam novel *Gravitasi Matahari*. Dua tokoh tersebut adalah Gravitasi dan Matahari. Setelah novel *Gravitasi Matahari* di analisis hasil datanya dapat diklasifikasikan seperti di bawah ini. Berdasarkan data yang ditemukan, data keseluruhan psikologi humanistik tokoh utama dalam novel *Gravitasi Matahari* karya Kadek Pingetnia yaitu berjumlah 81 data: yang meliputi kebutuhan fisiologis berjumlah sebanyak 14 data, kebutuhan rasa aman 15 data, kebutuhan rasa cinta dan memiliki 38 data, kebutuhan harga diri 12 data dan yang terakhir kebutuhan aktualisasi diri 2 data. Berdasarkan hasil pengumpulan data dan analisis data yang telah dilakukan dalam novel *Gravitasi Matahari* karya Kadek Pingetnia mengenai psikologi tokoh utama akan di bahas sebagai berikut:

#### 1. Nilai Kebutuhan fisiologis (*Physiological Needs*)

Kebutuhan-kebutuhan fisiologis adalah sekumpulan kebutuhan dasar yang paling mendesak pemuasannya karena berkaitan langsung dengan pemeliharaan biologis dan kelangsungan hidup. Adapun kebutuhan-kebutuhan dasar fisiologis yang dimaksud antara lain

kebutuhan akan makanan, air, oksigen, aktif, istirahat, keseimbangan temperatur, seks, dan kebutuhan akan stimulasi sensoris. Kebutuhan-kebutuhan fisiologis merupakan kebutuhan yang paling mendesak sehingga paling didahului pemuasannya oleh individu. Jika kebutuhan fisiologis tidak terpenuhi atau belum terpuaskan, maka individu tidak akan bergerak untuk bertindak memuaskan kebutuhan-kebutuhan lain yang lebih tinggi.

#### a. Kebutuhan Makan dan Minum

Sebagai seorang manusia, tokoh Gravitasi dan Matahari juga bisa merasakan lapar dan haus sehingga melakukan segala hal untuk memenuhi kebutuhan makan dan minumannya. Tokoh Gravitasi dan Matahari melangsungkan hidupnya, membutuhkan makanan dan minuman bagi kesehatan dan kebugaran tubuhnya. Tanpa makanan dan minuman manusia tidak bisa bertahan hidup. Kebutuhan akan makanan dan minuman tokoh Gravitasi dan Matahari sudah terpenuhi dengan baik. Berikut kutipan yang tertera pada novel yang berjudul Gravitasi Matahari karya Kadek Pingetania.

"Ini gue beli susu, abisin." Gravitasi menyodorkan segelas susu ke hadapan Matahari yang kini sibuk membuka plastik buburnya." . (Pingetania,2022:41)

Pada kutipan di atas tokoh Matahari telah memenuhi kebutuhan fisiologisnya yang berupa minum susu, dan hal tersebut dianggap sudah memenuhi kebutuhan yang berupakebutuhan minum.

Matahari pun mulai menyendokkan bubur tersebut. Menikmati makanannya dengan perlahan. (Pingetania,2022:41)

Pada kutipan di atas tokoh Matahari telah memenuhi kebutuhan fisiologisnya yang berupa makan, karena makan sangat penting untuk kelangsungan hidup tanpa makan seseorang akan merasa kelaparan hingga menyebabkan kematian.

#### b. Kebutuhan Tidur dan Istirahat

Sebagai manusia yang hidup dengan berbagai kebutuhan yang dibutuhkannya, tentu terdapat dorongan-dorongan dalam diri tokoh utama dalam novel Gravitasi Matahari untuk tidur dan beristirahat. Kebutuhan istirahat tokoh Gravitasi dan Matahari terlihat dalam novel yang berjudul Gravitasi Matahari Berikut kutipannya.

Tanpa lelaki itu sadari, perlahan-lahan matanya mulai terpejam. Kantuk yang sejak tadi ia tahan akhirnya membuatnya terlelap. Gravitasi merasa tenang saat tidur di samping Matahari. (Pingetania,2022:39)

Kutipan di atas menggambarkan terpenuhinya kebutuhan fisiologis yang berupa istirahat (tidur) pada Gravitasi. Yang membuatnya terlelap yang ditahannya dari tadi.

"Langsung tidur, jangan ngomong lagi," ujar lelaki itu.

Matahari mengangguk lalu memejamkan matanya setelah mendapatkan posisi yang pas. Setelah beberapa menit, gadis itu justru langsung tertidur pulas. Mungkin karena tubuh Matahari sudah sangat lelah hari ini, sehingga membuatnya langsung tertidur ketika memejamkan mata. (Pingetania,2022:185)

Kutipan di atas menggambarkan terpenuhinya kebutuhan fisiologis yang berupa istirahat (tidur) pada Matahari. Matahari lamgsumg terlelap tidur karenah kelelahan menjalani hari ini.

#### 2. Kebutuhan akan Rasa Aman (*Need for Self-Security*)

Kebutuhan rasa aman dalam psikologi humanistik merupakan kebutuhan dasar manusia yang muncul setelah kebutuhan fisiologis terpenuhi. kebutuhan ini berada di tingkat kedua dalam hirarki kebutuhan manusia. Kebutuhan rasa aman mencakup keinginan untuk merasa terlindungi, terbebas dari rasa takut, cemas, atau ancaman baik secara fisik maupun psikologis.

Secara fisik, kebutuhan ini meliputi perlindungan dari bahaya, kekerasan, penyakit, bencana, atau hal-hal yang mengancam keselamatan tubuh. Seseorang membutuhkan tempat tinggal yang layak, pakaian yang cukup, serta lingkungan yang aman dari kriminalitas atau gangguan lainnya.

Secara psikologis, kebutuhan rasa aman mencakup kestabilan dalam hidup, baik dalam hubungan sosial maupun kondisi ekonomi. Misalnya, seseorang merasa tenang karena memiliki pekerjaan tetap, penghasilan cukup, dukungan keluarga, serta hubungan sosial yang harmonis. Ketika kebutuhan ini terpenuhi, individu merasa damai, tenang, dan dapat menjalani kehidupan sehari-hari dengan penuh keyakinan tanpa dihantui rasa takut atau kecemasan berlebihan.

Berikut ini kutipan yang menunjukkan pemenuhan kebutuhan rasa aman pada tokoh Gravitasi dan Matahari.

Tubuh Matahari masih bergetar kuat. Tangisnya juga tak kunjung berhenti. Dengan penuh keraguan, Gravitasi menarik tubuh Matahari ke dalam dekapannya. Perlahan Gravitasi mengangkat tangannya, mengelus rambut gadis itu dengan lembut. Berharap setelah melakukan hal ini, Matahari bisa merasa sedikit tenang (Pingetania,2022:45).

Pada kutipan di atas menunjukkan pemenuhan kebutuhan rasa aman tokoh Matahari. Gravitasi memeluk dan mengelus rambut matahari sebagai upaya menenangkan perasaan cemas dan sedih yang di alami matahari. Tindakan ini menciptakan rasa aman, di aman kehadiran dan sentuhan orang lain dapat meredakan ketakutan dan kegelisahan.

### **3. Kebutuhan Cinta dan Memiliki (*Need for Love and Belonging*)**

Kebutuhan individu akan rasa cinta dan rasa memiliki adalah suatu kebutuhan yang mendorong individu untuk mengadakan hubungan efektif atau ikatan emosional dengan individu lain, baik dengan sesama jenis maupun dengan yang berlawanan jenis, di lingkungan keluarga ataupun di lingkungan kelompok di masyarakat. Bagi individu-individu, keanggotaan dalam kelompok sering menjadi tujuan yang dominan. Mereka dapat menderita kesepian, terasing, dan tidak berdaya apabila keluarga, pasangan hidup, atau teman-teman meninggalkannya.

Berikut ini kutipan yang menunjukkan pemenuhan kebutuhan cinta dan memiliki pada tokoh Gravitasi dan Matahari:

"Gavi..."

"I love you," ucapan lelaki itu sembari menatap tepat di manik mata gadis itu. "I love you," ulangnya lagi.

Matahari membeku sejenak mendengar kalimat tersebut. Tiga kata yang berhasil membuat perasaannya menjadi campur aduk. Debaran jantungnya semakin cepat. Bahkan matanya kembali berkaca-kaca. "I love you too," balas Matahari. (Pingetania,2022:294)

Kutipan di atas merupakan pemenuhan rasa cinta dan memiliki. Pernyataan saling mengungkapkan "I love you" menunjukkan adanya keterikatan, kasih sayang, dan kebutuhan untuk dicintai serta mencintai. Ini adalah pemenuhan dari kebutuhan cinta dan rasa memiliki.

### **4. Kebutuhan Harga Diri (*Need for Self-Esteem*)**

Kebutuhan rasa harga diri ialah kebutuhan akan rasa ingin dihormati, dihargai, dan diterima oleh lingkungan keluarga, lingkungan kelompok masyarakat, dan di lingkungan masyarakat. Kebutuhan ini dapat dipenuhi jika individu dapat memenuhi kebutuhan pada tahap ketiga, yakni kebutuhan rasa cinta dan memiliki. Maslow mengatakan bahwa setiap orang pastilah membutuhkan penghargaan dari orang lain. Dalam hal ini, harga diri ini biasanya berkait dengan kompetensi seseorang dalam menjalankan sesuatu ataupun dalam melaksanakan sesuatu dalam kaitannya dengan konsep individu, kelompok, ataupun dalam kaitannya dengan konsep yang lebih besar yakni masyarakat. Maslow dalam(Ahmadi, 2019:91).

Berikut ini kutipan yang menunjukkan pemenuhan kebutuhan harga diri pada tokoh Gravitasi dan Matahari:

"Sumpah, lo beneran cantik, sih!" puji Andena yang sejak tadi menatap ke arah Matahari. (Pingetania,2022:87)

Kutipan di atas merupakan kebutuhan harga diri. Ini mencerminkan kebutuhan penghargaan diri pada tokoh Matahari. Pujian dari Andena terhadap kecantikan Matahari menunjukkan penghargaan diri, yaitu pengakuan dari orang lain yang dapat meningkatkan rasa dihargai dan kepercayaan diri pada diri tokoh.

### **5. Kebutuhan Aktualisasi Diri (*Self Actualization*)**

Kebutuhan ini merupakan puncak dari hirarki kebutuhan manusia yaitu perkembangan atau perwujudan potensi dan kapasitas secara penuh. Maslow berpendapat bahwa manusia dimotivasi untuk menjadi segala sesuatu yang dia mampu untuk menjadi itu. Walaupun kebutuhan lainnya terpenuhi, namun apabila kebutuhan aktualisasi diri tidak terpenuhi, tidak mengembangkan atau tidak mampu menggunakan kemampuan bawaannya secara penuh, maka seseorang akan mengalami kegelisaahan, ketidaksenangan, atau frustasi.

Berikut ini kutipan yang menunjukkan kebutuhan aktualisasi dari tokoh Gravitasi dan Matahari.

Makanya aku sekarang nyoba buat ngeberaniin diri. Ngambil keputusan yang udah aku tunda selama satu bulan. Aku mau berhenti nyakinin diri aku Sendiri. Aku juga mau kamu berhenti nyakinin kamu. Aku mau kita berhenti untuk saling menyakiti.

Kali ini beneran, aku udah siap buat ngelepas kamu. Tanpa beban, tanpa sakit dan tanpa rasa penyesalan. Aku mau kita pisah, di atas kertas, secara resmi. Aku mau kita cerai, Gavi. (Pingetania,2022:418)

Kutipan di atas merupakan kebutuhan aktualisasi diri pada tokoh Matahari. Karena Matahari berani mengambil keputusan besar demi kebaikan dirinya, yaitu bercerai tanpa penyesalan. Ia sudah sadar akan kebutuhan untuk berhenti menyakiti diri sendiri dan memilih untuk melangkah maju, sebagai bentuk pertumbuhan dan penerimaan diri.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa kebutuhan psikologi humanistik tokoh utama dalam novel Gravitasi Matahari karya Kadek Pingetania yaitu jumlah keseluruhannya 81 data yang pertama kebutuhan fisiologis yang berjumlah 14 data, kebutuhan rasa aman 15 data, kebutuhan rasa cinta dan memiliki 38 data, kebutuhan penghargaan diri berjumlah 12 data dan kebutuhan aktualisasi diri berjumlah 2 data, berikut penjelasan berdasarkan teori Abraham Maslow, meliputi lima tingkatan tersebut:

Kebutuhan fisiologis dalam novel Gravitasi Matahari karya Kadek Pingetania adalah kebutuhan dasar yang berkaitan dengan kelangsungan hidup individu, seperti kebutuhan akan makanan, minuman, oksigen, dan istirahat. Kebutuhan ini menjadi prioritas utama karena jika tidak terpenuhi, individu tidak akan mampu memenuhi kebutuhan lainnya.

Kebutuhan rasa aman dalam novel Gravitasi Matahari karya Kadek Pingetania muncul setelah kebutuhan fisiologis terpenuhi. Kebutuhan ini mencakup rasa terlindungi dari bahaya, ancaman, kecemasan, dan ketidakpastian, baik secara fisik maupun psikologis. Individu yang merasa aman akan lebih tenang dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Kebutuhan rasa cinta dan memiliki dalam novel Gravitasi Matahari karya Kadek Pingetania adalah dorongan individu untuk menjalin hubungan emosional dengan orang lain. Kebutuhan ini terpenuhi melalui ikatan dengan keluarga, teman, maupun lingkungan sosial. Pemenuhan kebutuhan ini memberikan perasaan diterima, dicintai, dan menjadi bagian dari suatu kelompok.

Kebutuhan harga diri dalam novel Gravitasi Matahari karya Kadek Pingetania adalah kebutuhan untuk merasa dihargai, diakui, dan memiliki nilai, baik oleh diri sendiri maupun orang lain. Aspek ini meliputi penghargaan dari lingkungan sosial berupa pengakuan, pujian, prestasi, serta penghargaan terhadap diri sendiri seperti rasa percaya diri, kemandirian, dan keyakinan terhadap kemampuan diri.

Kebutuhan aktualisasi diri dalam novel Gravitasi Matahari karya Kadek Pingetania merupakan kebutuhan tertinggi dalam hierarki Maslow, yaitu dorongan untuk mewujudkan potensi, kemampuan, serta nilai terbaik dalam diri seseorang secara maksimal. Pemenuhan kebutuhan ini ditandai dengan keberanian tokoh untuk mengambil keputusan demi kebaikan dirinya, serta usaha dalam mencapai tujuan dan impian hidupnya.

Secara keseluruhan, kebutuhan psikologi humanistik yang paling dominan terpenuhi dalam novel Gravitasi Matahari adalah kebutuhan rasa cinta dan memiliki, serta kebutuhan harga diri. Hal ini tampak dari upaya para tokoh untuk menjalin hubungan emosional yang erat dengan orang lain, serta usaha mereka dalam membangun rasa percaya diri dan harga diri demi mencapai kehidupan yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifatul Hikmah, Siti Nur, and Yulia Ula Muhtari. 2023. "Psikologi Dan Etika Humanistik Pada Tokoh Dalam Novel Dur (Diary Ungu Rumaysha)." *Jurnal PENEROKA* 3(1):31–49. doi: 10.30739/peneroka.v3i1.1924.
- Ahmadi, Anas. 2015. *Psikologi Sastra*. Jl. Ketintang, Surabaya: Unesa University Press.
- Ahmadi, Anas. 2019. *Metode Penelitian Sastra*. Kota Baru Driyorejo: Graniti.
- Amalia, Nur. 2020. "Kajian Psikologis Humanistik Abraham Maslow Pada Tokoh Utama Dalam Novel Surat Dahlia Karya Khrisna Pabichara Akan Pangan , Tidur , Rasa Aman Dan

- Lain-Lain , Serta B-Needs Atau Being Needs Seperti Keinginan.” *Imajeri: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia* 02(2):149–56.
- Amalia, Nur, and Sinta Julianingsih. 2020. “Kajian Psikologis Humanistik Abraham Maslow Pada Tokoh Utama Dalam Novel Surat Dahlia Karya Khrisna Pabichara.” *Imajeri: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia* 2(2):149–56. doi: 10.22236/imajeri.v2i2.5092.
- Amiruddin, 2009. Pengantar Apresiasi Karya Sastra. Bandung: Sinar Baru Algensido.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktik)*. Bandung: Rineka Cipta.
- Elah. 2021. “Penerapan Model Pembelajaran Kontekstual Untuk Meningkatkan Pemahaman Peserta Didik Terhadap Unsur-Unsur Novel.” *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. 1(2):2013–15.
- Endaswara, Suwardi. 2008. *Metodologi Penelitian Sastra*. Jl. Irian Jaya D-24, Perum Nogotirto Blok II, Yogyakarta.
- Fatony, Anggit Dwii. 2022. “Pengertian Novel, Jenis-Jenis Novel Dan Antropologi Sastra.” *Repository.Stkippacitan.Ac.Id* 1–23.
- Indah Purika Sari. 2023. “Psikologi Tokoh Utama Dalam Novel William Karya Risa Saraswati: Kajian Psikologi Humanistik Abraham Maslow Skripsi.” 6:62.
- Irawan, Adi, Ria Kristia Fatmasari, and Ana Yuliati. 2021. “Analisis Struktur Alur (Plot), Penokohan, Dan Latar Pada Novel Cinta Itu Luka Karya Revina VT.” *Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia* 1–8.
- Juminartanti, Dwi, and Mimi Mulyani. 2017. “Aktualisasi Diri Tokoh Utama Pria Dalam Novel Trilogi Makrifat Cinta Karya Taufiqurrahman Al-Azizy.” *SELOKA; Jurnal Pendidikan Dan Sastra Indonesia* 6(1):85–92.
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row, Publishers, Inc.
- Minderop, Albertine. 2018. *Psikologi Sastra*. Jakarta: yayasan pustaka obor.
- Moleong. 2005. “Data Primer, Yaitu Data Yang Diperoleh Dari Hasil Wawancara Secara Dan Pengamatan Secara Mendalam Kepada Para Informannya.” *Metode Penelitian Kualitatif* 48–61.
- Nurgiyantoro, Burhan. 2013. *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Oktaviani, Rizka, Yenny Puspita, and Achmad Wahidy. 2022. “Kajian Psikologi Humanistik Dalam Novel Nyanyian Gurukinaya Karya Albert Purba.” *ANTHOR: Education and Learning Journal* 1(6):349–54. doi: 10.31004/anthor.v1i6.59.
- Pingetania, K. (2022). *Gravitasi Matahari*. Jakarta Pusat: Butterfliesbooks
- Ramadhan, L. N. (2022). Analisis Konflik Batin pada Tokoh Utama dengan Pendekatan Psikologis Sastra dalam Novel Gadis Pantai Karya Pramoedya Ananta Toer sebagai Alternatif Pembelajaran Sastra di SMA. *Institutional Repositories & Scientific Journals*, 1–23.
- Ratna, Nyoman Kutha. 2010. Metodologi penelitian: *kajian budaya dan ilmu sosial humaniora pada umumnya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Saam, Z dan Wahyuni, S. 2013. Psikologi Keperawatan. Jakarta; Rajawali Pers
- Sayuti, S.A 2000. *Berkenalan Dengan Prosa Fiksi*. Yogyakarta: Gama Media
- Sendang Rezeki, Lulu. 2021. “Analisis Majas Personifikasi Pada Novel Ibuk Karya Iwan Setyawan.” *Jurnal Berasa (Beranda Sastra)* 1(2):52.
- Silviandari, Novia Permata, and Redyanto Noor. 2023. “Kepribadian Tokoh Meirose Dalam Film Surga Yang Tak Dirindukan (Kajian Psikologi Humanistik Abraham Maslow).” *Diglosia: Jurnal Kajian Bahasa, Sastra, Dan Pengajarannya* 6(1):1–12. doi: 10.30872/diglosia.v6i1.570.
- Sina, Ibnu. 2024. *Metodologi Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif Ilmu Sains*. Wadina Media Utama.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Jl. Gegerkalong Hilir No.84 Bandung: ALFABETA, CV.
- Wellek, R., & Warren, A. (2016). *Teori Kesusasteraan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Wicaksono, Andri. 2014. *Pengkajian Prosa Fiksi*. Yogyakarta: Penerbit Garudhawacara.
- Widayanti, Sri. 2020. *Buku Ajar Kajian Prosa Fiksi*. Jl. Botoambari No. 36 Kota Baubau,

- Sulawesi Tenggara: LPPM Universitas Muhammadiyah Buton Press.
- Wiji Utari, and Enny Rahayu. 2023. "Kajian Psikologi Humanistik Tokoh Utama Dalam Novel Merindu Cahaya de Amstel Karya Arumi E." *Sintaks: Jurnal Bahasa & Sastra Indonesia* 3(1):123–27. doi: 10.57251/sin.v3i1.560.
- Yulianto, Agus. 2017. "Aspek Psikologi Tokoh Utama Dalam Novel Sang Pemimpi Karya Andrea Hirata." *Gramatika: Jurnal Ilmiah Kebahasaan Dan Kesastraan* 5(2):115–26. doi: 10.31813/gramatika/5.2.2017.110.115--126.