

## Tubuh Membengkak, Dunia Mengerut: *Alice in Wonderland Syndrome* dan Persepsi Plastis Protagonis dalam *Not in Wonderland*

Risalah Damar Ratri<sup>1</sup> | Wanda Hanifah<sup>2</sup> | Nur Mufid<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Sastra Indonesia  
UIN Sunan Ampel Surabaya

<sup>2</sup>Program Studi Sastra Indonesia  
UIN Sunan Ampel Surabaya

<sup>3</sup>Program Studi Sastra Indonesia  
UIN Sunan Ampel Surabaya

### Correspondence:

Risalah Damar Ratri  
Program Studi Sastra Indonesia  
UIN Sunan Ampel Surabaya  
risalahdamarratri@gmail.com

### Article History:

Received 03 Maret 2022  
Revised 07 April 2022  
Accepted 20 April 2022

### Abstract

This paper focuses on the representation of mental disorders experienced by the protagonist of *Not in Wonderland*. Bellaanjni's novel describes a syndrome that is often experienced by teenagers, namely *Alice in Wonderland Syndrome* (AIWS). In personality psychology, internal and external factors strongly influence a person's mental development. Mental structures (*id*, *ego*, and *superego*) are the things that dominate human behaviour. Regarding those, the problem of this study is a description and explanation of the psychological condition of the main character who knows AIWS in *Not In Wonderland*, which relates to one of the psychoanalytic theories, namely the development of human personality. By using Freudian psychoanalysis, it is known that there is an imbalance between the *id* which has a dominant desire and results in impulsive actions in the main character, the *ego* that cannot balance and the norm of the *superego* which experiences defeat. The tension caused by the syndrome experienced by the main character in Bellaanjni's novel is mainly a feeling of a bigger body (*macrosomatognosia*) and smaller (*microsomatognosia*) than the real body size.

### Keywords:

*Not in Wonderland*, Bellaanjni, *Alice in Wonderland Syndrome*, psychoanalysis

### Abstrak

Tulisan ini berfokus pada representasi gangguan mental yang dialami protagonis *Not in Wonderland*. Novel Bellaanjni tersebut menggambarkan sindrom yang kerap dialami kalangan remaja, yakni *Alice in Wonderland Syndrome* (AIWS). Dalam psikologi kepribadian perkembangan mental seseorang sangat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Struktur mental (*id*, *ego*, *superego*) merupakan hal yang mendominasi tingkah laku manusia. Berkaitan dengan hal tersebut masalah dalam kajian ini berupa deskripsi dan penjelasan mengenai kondisi kejiwaan tokoh utama yang mengidap AIWS dalam *Not In Wonderland* yang akan dihubungkan dengan salah satu teori psikoanalisis, yaitu perkembangan kepribadian manusia. Dengan memanfaatkan psikoanalisis freudian diketahui terdapat ketidakseimbangan antara *id* yang memiliki keinginan dominan yang mengakibatkan tindakan impulsif pada tokoh utama, *ego* yang tidak dapat menyeimbangkan, dan norma *superego* yang mengalami kekalahan. Ketegangan akibat sindrom yang diidap tokoh utama novel gubahan Bellaanjni tersebut terkadang berupa perasaan tubuhnya menjadi lebih besar (*makrosomatognosia*) dan mendadak lebih kecil (*mikrosomatognosia*) dari ukuran sebenarnya.

### Kata Kunci:

*Not in Wonderland*, Bellaanjni, *Alice in Wonderland Syndrome*, psikoanalisis

## Pendahuluan

Dalam *Not in Wonderland* (2019), Rachel adalah sentral kisah novel. Bagi perempuan sedini usianya, pengalaman hidup protagonis ini niscaya terlalu rumit dan bertubi. Rachel kehilangan sahabat, mendapatkan perlakuan kasar ayah tiri, ibu yang sangat disayangi meninggal karena tumor, menerima perundungan dari teman sekolah, dan mengetahui fakta ibunya menjadi penyebab kematian ibu lelaki yang dicintainya. Tak pelak peristiwa-peristiwa tersebut menyisakan luka batin sehingga memberikan dampak pada kondisi mental Rachel. Akhirnya protagonis yang tragis itu mengalami gangguan persepsi pada sesuatu yang dilihatnya. Benda-benda yang berada di sekitarnya berubah ukuran dari wujud aslinya. Untuk mengembalikan kesadarannya Rachel harus menyakiti diri untuk mengakhiri penderitaannya tersebut.

Dalam disiplin psikologi, gejala yang dialami protagonis gubahan Bellaanjni (2019) disebut *Alice in Wonderland Syndrome* (AIWS). AIWS atau mikropsia adalah keadaan disorientasi saraf yang memengaruhi persepsi penglihatan pada manusia (Lanska & Lanska, 2013; Naarden et al., 2019). Sindrom ini memiliki gejala klinis berupa gangguan persepsi yang mempengaruhi prosedur integrasi antarkorteks asosiatif sensorik yang memiliki keterlibatan pada perkembangan hubungan internal dan eksternal (Blom et al., 2011; Mastria et al., 2016). Perubahan paling radikal pada pengidap AIWS berupa ketidakseimbangan antara representasi penderita dengan dunia luar. Mereka, penderita AIWS, memiliki persepsi yang salah mengenai ukuran tubuh mereka yang sehubungan dengan lingkungan eksternal atau mengenai pengerjaan ulang ruang eksternal sebagai sebuah pijakan tubuh mereka sendiri (Mastria et al., 2016; Naarden et al., 2019).

Pada 1955 seorang psikiater berkebangsaan Inggris, John Todd, memperkenalkan istilah klinis

kejiwaan, *Alice in Wonderland Syndrome*, untuk menggambarkan serangkaian gejala yang terkait dengan migrain, epilepsi, dan banyak kondisi neuropsikiatri lainnya (Beh, et al., 2018; Blom, 2016; Farooq & Fine, 2017). Todd menyebut enam kasus (empat merupakan penderita migran) pada *somesthetic* gejala yang merasa sebagian tubuh atau seluruh tubuh lebih besar (makrosomatognosia), atau merasa lebih kecil (mikrosomatognosia) dari biasanya. Sindrom ini dapat menyerang semua kalangan usia, tetapi sebagian besar menyerang pada anak-anak (Mastria et al., 2016).

Disebut AIWS, berdasarkan pengalaman aneh yang dijelaskan oleh Charles Lutwidge Dodgson (atau lebih dikenal sebagai Lewis Carroll) dalam *Alice in Wonderland*. Seperti Alice, individu yang mengidap AIWS dapat mengalami perubahan paroksismal dalam persepsi mereka tentang ukuran bagian tubuh mereka sendiri, yang ditandai dengan askematia dan dismetropsia (Beh et al., 2018; Brooks et al., 2019; Mastria et al., 2016).

Lewis Carroll, seorang pengarang Inggris terkenal, adalah kreator *Alice in Wonderland* yang mengidap migran yang tidak dimiliki oleh kebanyakan orang. Konon penyakit tersebut mempengaruhi dan memberikan sumbangan penting dalam sastra, khususnya dalam bidang psikologi sastra. Carroll menerbitkan dua buku yang merupakan manifestasi dari apa yang dirasakannya selama mengalami migran (Naarden et al., 2019; Podoll & Robinson, 1999).

Dalam novel yang mengisahkan pengalaman seorang anak perempuan dari pertengahan Victorian, Carroll menggambarkan Alice yang mengalami perasaan aneh. Anak perempuan itu memiliki persepsi waktu berjalan dengan lambat lalu ia seperti jatuh ke lubang kelinci. Banyak peneliti berspekulasi tentang peran migran pada produksi sastra Carroll yang tampaknya dimaknai secara baik. Sehingga dapat dilihat antara seni

dan penyakit memiliki hubungan, keduanya memiliki keunikan karena mampu membuat penonton berspekulasi tentang efek penyakit yang dapat memberikan inspirasi seni yang dimiliki manusia, seperti pengalaman Carroll yang dapat menginterpretasikan penyakitnya dalam bentuk cerita, *Alice's Adventures in Wonderland* (Mastria et al., 2016).

Perasaan aneh yang dialami Alice berupa sebuah persepsi memperlambat waktu dan jatuh pada lubang kelinci. Selain itu, Alice juga mengalami gangguan pengelihatannya. Dia merasa tubuhnya menyusut ketika ia meneguk sebuah minuman, dan menjadi begitu besar sehingga hampir menyentuh langit-langit setelah memakan kue. Hal-hal janggal yang dialami Alice juga tampaknya dialami Rachel, tokoh utama *Not in Wonderland* (2019), dimana Rachel melihat dimensi yang berada di depannya membesar hingga ia merasa tidak seharusnya tidak berada di tempat ini.



Alice mengalami total-body macrosomatognosia.  
Ilustrasi John Tenniel (1865)

Ketika AIWS menyerang, Rachel kehilangan kesadaran, pengelihatannya terganggu. Untuk mengembalikan kesadarannya dan keluar dari sindrom yang menyikasinya, satu-satunya cara yang dilakukan oleh penderita dengan menyakiti dirinya sendiri (bagian 5). Kesadaran yang dimiliki Rachel tentu berkaitan dengan struktur kompleks mental manusia—*id*, *ego*, dan *superego*—

sebagaimana ketika protagonis tersebut membuat sayatan di tangannya yang kemudian terus bertambah hingga kesadaran milik Rachel kembali. Adanya ketidakseimbangan *id*, *ego* dan *superego* dapat menyebabkan luka fisik pada penderita AIWS karena ketiga elemen kesadaran tersebut memiliki peran penting pada kepribadian seseorang. Seperti yang dikemukakan Freud, bahwa kepribadian manusia sangat dipengaruhi dan ditentukan oleh struktur psikologi yang terdiri dari *id*, *ego*, dan *superego*. Ketiganya saling berhubungan dengan *id* yang menjadi tingkatan tertinggi (Milner, 1992).

Sedangkan kajian psikologi sastra lahir sebagai perwujudan interpretasi antara pengarang, karya sastra ciptaannya, dan pembacanya dengan menerapkan teori dan persepsi yang terdapat dalam psikologi (Minderop, 2011; Wiyatmi, 2011). Pengertian psikologi sastra sendiri memiliki banyak pengertian. Pertama, psikologi sastra sebagai cabang penyelidikan sastra yang berfokus pada ekspresi pengarang. Kedua, psikologi sastra sebagai studi yang kreatif. Sedangkan ketiga, psikologi sastra dianggap sebagai sebuah konvensi yang dipraktikkan dalam karya sastra, sekaligus pembelajaran untuk mengetahui dampak karya sastra pada pembaca (Wellek & Warren, 2016). Relasi antara sastra dan kehidupan manusia memang sangat erat, begitu pun dengan psikologi yang juga menjadikan manusia sebagai obyek utamanya (Purwaningsih, 2019).

Berdasarkan fakta yang telah disajikan di atas, artikel ini akan mengkaji lebih lanjut mengenai kondisi tokoh utama pengidap AIWS yang dikaitkan dengan asumsi psikis teori kepribadian. Mengingat gejala yang ditimbulkan menyangkut pada kesadaran tokoh utama, nilai urgensi ini diharapkan dapat memperkuat bagaimana pentingnya menjaga kesehatan mental, khususnya pada remaja yang sedang memasuki fase perkembangan juga bagi seluruh masyarakat agar dapat saling menjaga dan melindungi.

## Hasil dan Pembahasan

### Psikososial Sang Protagonis

Mengambil latar cerita SMA, *Not in Wonderland* (2019) menjadikan kasus bunuh diri sebagai konflik utama dalam kisah novel. Dalam narasi kisah disebutkan menjaga perasaan seseorang adalah hal yang paling utama. Ralin, teman tokoh utama mengidap sindrom AIWS. Karib Rachel itu memutuskan untuk mengakhiri hidupnya karena merasa mendapatkan banyak tekanan dari orang tua serta orang-orang yang menyukainya. Dinamika permasalahan yang membuat pengidap gangguan mental ini merasa tidak memiliki jalan lain kecuali mempersingkat usianya. Tidak ada yang mengetahui penyakitnya. Hingga terungkap di beberapa saat setelah kematiannya. Orang-orang yang mengidap penyakit psikis dan semacamnya seharusnya mendapatkan banyak dukungan karena penyakit seperti itu tidak boleh dianggap remeh. Dalam hal ini, dukungan keluarga merupakan vitamin yang sangat manjur sekaligus menjadi bagian integral dari dukungan sosial. Memiliki penyakit mental atau tidak, mendapatkan dukungan dari keluarga merupakan hak setiap anak. Dampak diperolehnya dukungan yang positif dapat mengurangi stress dalam menghadapi masalah di lingkungan sosial (Rahmayani & Hanum, 2018).

Tokoh utama merupakan perwujudan dari remaja yang tengah memasuki wilayah labil. Seperti yang dikatakan Hurlock (1980), masa remaja umumnya memunculkan persepsi bahwa pada usia tersebut remaja akan bersikap labil sebagai proses untuk menemukan jati diri. Pada masa tersebut remaja juga lebih rentan dalam menerima informasi tanpa melakukan penyaringan antara yang benar dan yang salah. Usaha pencarian jati diri tentu tidak berjalan mulus, banyak rintangan dan usaha keras yang harus para remaja lalui. Namun dalam upayanya sering dijumpai remaja-remaja yang mengalami gangguan psikologi akibat lingkungan sekitar atau

muncul dari keluarganya sendiri. Sebab semakin banyak faktor risiko yang dialami remaja, maka potensi dampaknya pada kesehatan mental remaja semakin besar.

Keinginan untuk membuat keputusan tanpa diganggu gugat yang dominan, penekanan yang didapat untuk adaptasi dengan teman, khususnya teman dengan umur yang sama, proses pencarian terhadap label sosial, pengembangan dalam gerbang kemajuan informasi, serta etika gender yang akan memperparah terhadap kesenjangan antara kenyataan pada kehidupan dan tanggapan atau sebuah cita-cita para remaja pada masa yang akan datang. Setelah mendapat hak-hak dukungan dari lingkungan sekitar tentu dukungan keluarga tetap menjadi nomor satu dalam pembentukan karakter dan perilaku anak. Kualitas pendidikan yang diberikan keluarga tentang cara asuh yang kasar, serta penganiayaan akan memberikan dampak buruk bagi kesehatan jiwa anak-anak atau remaja nantinya (Viora, 2018).

Hal yang dihadapi protagonis *Not in Wonderland* bermula dari penyiksaan yang dilakukan ayah tirinya. Keadaan keluarga tokoh utama jauh dari kata baik. Ayah kandungnya meninggal. Kemudian ibunya menikah dan Rachel mendapatkan seorang ayah yang kasar. Tidak hanya itu tokoh utama juga harus mendengar kabar bahwa sahabatnya bunuh diri bersamaan dengan dirinya juga harus menerima kenyataan pahit ibunya menderita tumor otak setelah perceraian dengan ayah tirinya. Tokoh utama juga menerima perundungan dari teman-temannya karena diduga menjadi penyebab sahabatnya bunuh diri. Sedangkan seseorang yang disukainya mencampakkannya secara tidak baik. Tekanan keluarga dan lingkungan sosial tanpa dukungan membuat tokoh utama seringkali mengalami persepsi aneh terhadap benda-benda di sekitarnya, sebagai efek dari keadaan jiwanya yang sangat kalut. Akhirnya, tokoh utama

harus menyembuhkan sendiri gangguan yang menyerangnya dengan menyakiti dirinya sendiri agar perasaannya kembali pulih (Bagian 5).

### Sindrom Alice in Wonderland dan Persepsi Aneh Protagonis

Munculnya kelainan atau dikenal sebagai malformasi chiari (*chiari malformation*) menyebabkan munculnya persepsi aneh yang dialami penderita AIWS seperti warna gerakan benda dan visual. Tunç dan Başbuğ (2017) mendefinisikan kondisi pasien AIWS sebagai penderita yang mengalami distorsi ukuran baik sebagai sebuah mikropsia. keadaan abnormal mengenai persepsi ketika melihat benda-benda yang lebih kecil. Gejala AIWS yang sering ditonjolkan adalah citra tubuh yang tidak sesuai kenyataan. Pasien mengalami kebingungan dengan ukuran-ukuran benda disekitarnya. Dalam *Not in Wonderland* tokoh utama novel mengalami hal semacam itu. Ketika Rachel merasa sakit hati yang teramat dalam sindrom yang dideritanya akan muncul dan menyiksa. Berbeda dengan sakit fisik yang mampu disembuhkan dengan obat, sindrom yang diderita mengendalikan tubuhnya. Rachel kerap kali kehilangan kontrol atas dirinya karena sindrom tersebut tidak hanya menyerang penglihatan tetapi juga batin.

Dalam narasi novel, AIWS yang dialami protagonis terjadi sejak masih kanak. Rachel disebutkan kerap kali menyakiti dirinya karena stress mendapatkan perlakuan kasar dari ayah tirinya (Bagian 6). Namun belum diketahui secara jelas penyebab yang mengakibatkan tokoh utama mengidap AIWS. Pada beberapa kajian literatur hal tersebut belum terungkap penyebab sebenarnya kemunculan sindrom tersebut pada diri seseorang. Penyebab atau hubungan AIWS sebagian besar belum ditentukan. Namun dimungkinkan sindrom tersebut berkembang sebagai sebuah keadaan komorbiditas (Tunç & Başbuğ, 2017). Perubahan

visual pada penderita hadir setelah beberapa detik terjadinya fiksasi visual. Selain terdapat perubahan citraan terhadap benda disekitar, hal yang dialami tokoh utama adalah rasa pusing yang menyergap, tubuhnya lemas, tokoh utama tidak berdaya dengan kesakitannya. Sehingga jalan yang dipilih untuk keluar dari zona mengerikan adalah menyakiti dirinya sendiri (Matsuura, Ishikura, Oguri, & Saito, 2019).

AIWS Termasuk pada kelainan neurologis yang langka (Palacios-Sánchez et al., 2018). Walaupun dikategorikan sebagai penyakit yang jarang ditemui. Namun dampaknya bagi penderita sangat mengkhawatirkan. Dalam *Not in Wonderland* digambarkan apabila sindrom itu dialami tokoh novel maka semua harapan hilang, keputusan, rasa terbuang, dan rasa ingin meninggalkan dunia mendominasi penderita. Selain perang batin, Rachel mengalami kesakitan fisik yang cukup kuat, dibuktikan protagonis seringkali tidak sadarkan diri (Bagian 5).

AIWS berhubungan dengan migrain, epilepsi, tumor intrakranial, dan trauma kepala (Tunç & Başbuğ, 2017). Migrain, menurut Rose dan Davies, adalah penyakit yang menyerang sebagian kepala atau tidak hanya menyerang satu sisi itu memiliki beberapa gejala yang bervariasi dan jenis beratnya. Sedangkan Lipton menyebut migrain hanya menyerang sebagian penderita yang mana rasa sakitnya cenderung menusuk-nusuk, berdenyut, juga dikaitkan dengan rasa mual, sensitif terhadap cahaya ataupun suara terkadang juga muncul visual-visual yang disebut dengan aura (Trioktiani, 2010). Seseorang yang diserang sindrom AIWS seperti melihat gelombang panas atau garis-garis berbentuk *zigzag*. Tidak dijelaskan secara spesifik apakah sakit kepala yang dialami tokoh utama disebut migrain. Namun sebagian besar gejala-gejala migrain yang disebutkan Lipton dirasakan oleh Rachel. Kepala berdengung dan hadirnya visual-visual aneh dalam

penglihatannya.

Hubungan antara migrain dan AIWS selalu dianggap berkaitan dan saling menjadi sebab musabab. Sanvito (2019) menyebutkan migrain selalu dikaitkan dengan deskripsi Carroll tentang beberapa karakter dalam *Alice in Wonderland*. Pasien Sanvito sendiri yang berumur delapan tahun mengidap AIWS dengan gejala pertama yaitu migrain. Aura yang ditampilkan lebih rumit, anak itu merasakan orang-orang di sekitarnya membesar atau bahkan sangat kecil. Ketidakmampuan dalam ukuran juga dirasakan mengenai tubuhnya sendiri, merasa levitasi hilangnya spasi pengakuan. Perubahan transitori pada daerah tertentu di bagian otak, bertanggung jawab atas psikosensorik. Diyakini aura lainnya ditentukan melalui penyebaran depresi, walaupun tidak diketahui jelas mengapa yang sangat rumit dilalui anak-anak. Kemungkinan otak yang belum matang dan migrain jenis tersebut lebih sering terjadi pada anak-anak berusia delapan tahun.

Terkait manifestasi yang diterjemahkan pada aura yang rumit biasanya memberikan jalan selama masa remaja. Namun Sanvito (2019) menekankan AIWS bukan hak prerogatif untuk migrain dan seharusnya dipertimbangkan sebagai sebuah diagnosis banding untuk epilepsi, penggunaan obat halusinogen (seperti: LSD), konsumsi jamur halusinogen, skizofrenia, dan tumor otak.

Setelah dibahas secara rinci muncul pertanyaan apakah AIWS memiliki hubungan dengan tingkatan kesadaran penderita atau pembagian wilayah fungsional yang berbeda? Mula-mula tahap yang dilalui Rachel tatkala menghadapi AIWS yang hadir akibat dari rasa sakit hati. Peneliti ringkas menjadi tiga tahap: pertama, tokoh utama mengalami pusing yang amat sakit, kedua, dimensi yang dilihat tokoh utama mengalami perubahan citra visual, semakin membesar dan ia merasa semakin terlihat kecil, tokoh utama tidak dapat mengendalikan dirinya

ketika sindrom tersebut datang (bagian 5), dan ketiga dalam tahap penentuan, tokoh utama memiliki kesempatan untuk keluar dari AIWS dengan menyayat tangannya atau dengan menyakiti dirinya. Sebaliknya, tokoh utama kerap kali kehilangan kesadaran jika tak berhasil menyakiti dirinya. Tetapi tahap ketiga ternyata mendapatkan elakkan. Seperti dijelaskan pada (Bagian 19) tokoh utama kembali masuk pada zona AIWS dan berhasil keluar dari AIWS tanpa melukai diri karena bantuan dari seseorang yang dicintainya. Namun bersamaan dengan itu tokoh utama tetap kehilangan kesadaran.

Perubahan citra visual yang dihadapi pengidap AIWS memang menjadi masalah utama. Sejalan dengan presentasi kasus yang dilakukan Tunç dan Başbuğ (2017), seorang gadis berusia 18 tahun masih dalam satu usia dengan tokoh utama. Ia menjelaskan bagaimana beberapa berubah ketika zona itu datang. Ia melihat beberapa barang rumah tangga berubah menjadi besar dengan warna yang ikut berubah pada kurun waktu satu bulan. Juga ketika ia memiliki persepsi kucingnya menjadi harimau yang besar. Pasien tersebut menjelaskan mengalami beberapa aura visual yang berbeda. Gadis itu juga hampir tidak dapat merasakan dirinya sendiri dalam keadaan bangun. Dia mengalami kepanikan ketika benda besar seperti, gedung pencakar langit atau bus sekolah tiba-tiba berubah menjadi seukuran kotak korek api. Namun pada diagnosis akhir dijelaskan tidak ada gangguan kesadaran. Dalam rumpun kasus yang sama, kesadaran menjadi perbedaan antara tokoh utama dengan gadis 18 tahun tersebut.

### AIWS dan Psikonalisis

Freud menyebutkan dasar psikisme manusia bersumber pada hasrat, guna untuk memenuhi kepuasan yang mengarahkan pada keseluruhan kehidupan psikis (Milner, 1992). Jika diperhatikan dengan seksama, Rachel mengalami gejala AIWS

ketika tokoh utama tersebut merasakan sakit hati. Perasaan sakit hati tentu memiliki pokok permasalahan. Konflik yang dialami tokoh utama cukup rumit, keluarganya tidak sesuai yang diharapkan tokoh utama, kekerasan yang kerap diterima dari ayah tiri, kematian sahabatnya, dan ditinggal oleh seseorang yang dicintainya. Tokoh utama mengalami kegagalan dalam pemenuhan hasrat atau keinginannya untuk hidup layaknya remaja pada umumnya. Sehingga ia tak bisa menghindari rasa sakit hatinya. Sedangkan prinsip dari kehidupan psikis yang diungkap Freud diatur oleh tendensi untuk mencapai sebuah kesenangan dan menghindari ketidaksenangan (Milner, 1992).

Kaitan antara gejala AIWS dengan kesadaran dan ketidaksadaran seseorang yang diisi oleh *id* sebagai sumber psikis manusia. Freud sendiri menjelaskan alam tak sadar memiliki peran dominan dalam menentukan sikap manusia, mencakup sumber dari dorongan yang ada dalam diri, motivasi, hasrat, makan, seks, motivasi yang mendorong untuk melakukan sesuatu dan kesadaran menjadi bagian kecil dibanding dengan wilayah tak sadar yang memiliki hubungan dengan realitas manusia (Zaenuri, 2005). Kesadaran yang dimiliki tokoh utama ketika mengalami gejala tak nyaman (AIWS) sepenuhnya masih dapat mengontrol dirinya. Namun citra visual terhadap benda sekitar mengalami perubahan yang tidak sesuai dengan realitas (Bagian 19). Ketika sindrom itu menyerang, Rachel masih sepenuhnya menyadari kehadiran temannya, Lathan, di sampingnya. Namun protagonis tersebut tak dapat mengontrol dirinya. Sebab terdapat dorongan untuk menyakiti diri sendiri untuk keluar dari zona tersebut.

Palacios-Sánchez et al., (2018) menyebutkan klinis utama terhadap manifestasi adalah persepsi pada citra tubuh yang menyimpang, pasien menyadari hal yang terjadi, tanpa perubahan kesadaran. Dorongan yang hadir muncul dari

bagian tak sadar dimana sesuai prinsip *id* dalam struktur mental manusia, ia mencari kesenangan dan kepuasan. Jika tidak segera terpenuhi hal tersebut mengakibatkan munculnya kecemasan dan ketegangan. Rachel selalu merasakan tubuhnya semakin sakit, kepalanya semakin berdengung, serta kekalahan yang ia terima dari AIWS. Akhirnya muncul sugesti untuk mengakhiri hidupnya (bagian 19).

Pada kajian yang dilakukan Tunç dan Başbuğ (2017) pasiennya berusia 18 tahun mengalami AIWS, selama beberapa saat menurut pernyataan pasien tak melakukan tindakan seperti yang dilakukan oleh Rachel dalam *Not in Wonderland*. Tidak ada penjelasan bagaimana pasien tersebut keluar dari AIWS. Pasien tersebut hanya menjelaskan apabila sindrom itu hadir ia akan menunggunya hingga selesai. Setelahnya ia akan mendatangi psikiater dan menceritakan yang terjadi. Latar belakang sosialnya diketahui berjalan dengan baik, tidak ada tanda-tanda kekerasan orang tua, menjadi murid yang pandai, dan menjalani kehidupan layaknya anak-anak lainnya. Pasien juga tidak dalam pengaruh narkoba. Pasien dan tokoh utama mengalami kondisi yang sama, tetapi yang membedakan keadaan sosial. Jika pasien dimungkinkan mendapatkan dukungan keluarga sehingga ketika AIWS hadir pasien dapat mengendalikan tindakan perilakunya sehingga tidak ada kejadian buruk yang dilakukan pasien saat mengalami sindrom. Sedangkan tokoh utama novel mengalami kegagalan sosial, mengapa dikatakan gagal? Karena kehidupan yang dilalui tokoh utama tidak sesuai keinginannya. Tidak ada dukungan yang didapat Rachel sehingga kendali dalam tingkah lakunya tidak dapat dikontrol.

Berikut merupakan cara kerja *Id*, *ego*, *super ego* dari tokoh melalui sebuah percakapan (materikonseling.com, 2021): ***Id***, “*Aku harus menyakiti diriku agar bisa segera keluar dari AIWS.*” (Keinginan yang harus dipenuhi). ***Ego***, “*Anda tidak*

dapat melakukan itu karena itu akan membuat orang lain lain merasa aneh dengan luka-luka yang ada di tubuh anda.” (Memenuhi keinginan Id dengan cara realitas yang dapat diterima di lingkungan sosial). **Superego**, “Menyakiti diri sendiri merupakan tindakan buruk dan dapat merugikan diri sendiri.” (Berusaha menyempurnakan dan membudayakan perilakunya, bekerja dengan menekan dorongan *id* yang tidak dapat diterima serta berjuang agar dapat membuat *ego* bekerja sesuai dengan standar idealis daripada prinsip-prinsip realistik).

Kerja sama antara *ego* dan *superego* dalam menekan *id* yang berupa hasrat akan mengalami kegagalan pada tokoh utama. Digambarkan jelas pada bagian tangan Rachel terdapat bekas luka sayatan yang sangat banyak (bagian 29). Kuasa *id* yang terlalu dominan dapat mengakibatkan tindakan impulsif dan mengarah pada perilaku kriminal. Sehingga muncul anggapan bahwa tokoh utama bertindak tanpa memikirkan perilakunya tidak pantas dan ilegal. Dibanding mempermasalahkan hal tersebut, permasalahan yang sebenarnya adalah tokoh utama belum menemukan solusi yang tepat untuk menghadapi AIWS. Pada akhirnya Rachel beranggapan bahwa menyakiti diri sendiri adalah kunci untuk keluar dari gejala sindrom.

Sementara itu pada (bagian 18) dan (bagian ekstra 2) tokoh utama dua kali berhasil keluar dari AIWS. Walaupun mengalami perasaan sakit hati yang mendalam, dengan bantuan orang yang dicintainya. Ketimpangan dalam pola kerja *id*, *ego*, dan *superego* membuat tokoh utama membutuhkan bantuan dari orang lain karena komponen utama tingkah laku tengah mengalami ketidakseimbangan. Lathan, sebagai seseorang yang dicintai oleh Rachel memberikan dampak positif bagi kesembuhan tokoh utama. Lelaki tersebut berhasil menyelamatkan Rachel melalui retorika baik yang akhirnya mampu diterima tokoh utama sehingga berhasil lepas dari jebakan sindrom. Sebelumnya tokoh utama

tidak pernah pergi ke psikiater, hal yang menjadi salah satu faktor penghambat kesembuhan tokoh utama. Sampai akhirnya tokoh yang dicintainya menyuruhnya untuk pergi ke psikiater agar sindrom yang diidapnya dapat diobati secara medis.

Diketahui setiap masalah pasti memiliki jalan penyelesaian. Awalnya terlihat mustahil tokoh utama dapat sembuh karena AIWS masih belum diketahui secara pasti penyebabnya. Namun pengarang mengajak pembaca menjelajahi tulisannya bersama-sama untuk menemukan penyembuhan AIWS. Dukungan secara eksplisit memiliki pengaruh besar seperti yang dialami tokoh utama. Tidak dapat diduga kalimat-kalimat dari orang yang dicintainya memberikan dampak penyembuhan bagi Rachel sebagai pengidap AIWS. Lathan, lelaki yang dicintai tokoh utama, mampu mengontrol keinginan *id* yang secara implusif menyebabkan peranan *ego* dan *superego* terhambat. Ketika kecemasan mulai muncul atas tuntutan Id mekanisme pertahanan mungkin muncul dan membantu kerja serta mengurangi kecemasan pada individu. Aspek-aspek mengenai tersebut (*id*, *ego*, dan *superego*) kesatuan yang bersifat dinamis, saling berinteraksi untuk mempengaruhi kepribadian dan perilaku individu secara menyeluruh (materikonseling.com, 2021).

## Kesimpulan

*Not in Wonderland* yang mengangkat tema kesehatan mental tentu telah memenuhi konsep sastra *didactic heresy* seperti dikatakan Edgar Allan Poe, bahwa sastra berfungsi menghibur sekaligus mengajarkan sesuatu. Sastra sebagai sebuah wujud dari kehidupan realitas tidak hanya menyajikan sebuah hiburan bagi masyarakat pembaca. Sebuah karya sastra mengajarkan sesuatu atau sebagai sarana penyampaian pesan dari pengarang kepada pembaca. Penangkapan makna tidak serta merta langsung hadir ketika dibaca, butuh pengkajian untuk menangkap makna yang ada di

dalamnya. Novel *Bellaanjni* berusaha membuka mata masyarakat mengenai kesehatan mental remaja. Latar belakang psikososial sangat memiliki pengaruh besar pada tokoh utama. Namun minimnya dukungannya yang didapat mengakibatkan tokoh utama sulit untuk bisa menjalani kehidupan normal. Ketidakseimbangan *id*, *ego*, serta *superego* pada tokoh utama yang disebabkan AIWS mengakibatkan Rachel sulit mengendalikan dirinya. Keinginan *id* yang dominan sehingga melakukan tindakan impulsif, *ego* yang tak dapat menyeimbangkan, dan norma-norma *superego* yang kalah. Tokoh utama selalu menyakiti dirinya agar terbebas dari zona AIWS, keinginan yang mutlak sehingga tidak dapat dikontrol oleh bagian lain dalam dirinya. Sampai akhirnya pengarang memberikan solusi dari penyakit yang jika didengar seperti mustahil untuk disembuhkan.

#### Daftar Pustaka

- Beh, S. C., Masrouf, S., Smith, S. V., & Friedman, D. I. (2018). Clinical characteristics of Alice in Wonderland syndrome in a cohort with vestibular migraine. *Neurology: Clinical Practice*, 8(5), 389–396. <https://doi.org/10.1212/CPJ.0000000000000518>
- Bellaanjni, B. (2019). *Not in Wonderland: Kamu yang Beku, Mampu Membuatku Terpaku*. Yogyakarta: Bentang Belia.
- Blom, J. D. (2016). Alice in Wonderland syndrome: A systematic review. *Neurology: Clinical Practice*, 6(3), 259–270. <https://doi.org/10.1212/CPJ.0000000000000251>
- Blom, J. D., Looijestijn, J., Goekoop, R., Diederren, K. M. J., Rijkaart, A.-M., Slotema, C. W., & Sommer, I. E. C. (2011). Treatment of Alice in Wonderland Syndrome and Verbal Auditory Hallucinations Using Repetitive Transcranial Magnetic Stimulation: A Case Report with fMRI Findings. *Psychopathology*, 44(5), 337–344. <https://doi.org/10.1159/000325102>
- Brooks, J. B. B., Prosdocimi, F. C., Rosa, P. B. da, & Fragoso, Y. D. (2019). Alice in Wonderland syndrome: “Who in the world am I?” *Arquivos de Neuro-Psiquiatria*, 77(9), 672–674. <https://doi.org/10.1590/0004-282x20190094>
- Farooq, O., & Fine, E. J. (2017). Alice in Wonderland Syndrome: A Historical and Medical Review. *Pediatric Neurology*, 77, 5–11. <https://doi.org/10.1016/j.pediatrneurol.2017.08.008>
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Lanska, J. R., & Lanska, D. J. (2013). Alice in wonderland syndrome: Somesthetic vs visual perceptual disturbance. *Neurology*, Vol. 80. <https://doi.org/10.1212/WNL.0b013e31828970ae>
- Kesembuhan pasien tidak hanya didukung dengan obat medis. Tetapi dari orang-orang terkasih di sekitarnya. Pada bagian akhir, Lathan tokoh yang dicintai tokoh utama berhasil membantu penderita untuk perlahan keluar dari AIWS tanpa obat, bermodal ketulusan kalimat dan kesungguhannya menjadikan kekuatan yang besar dalam kesembuhan tokoh utama. Kampanye tentang kepedulian terhadap kesehatan mental dapat dilakukan melalui jalan manapun, salah satunya karya sastra yang menjadi jembatan antara pengarang dan pembaca untuk saling memberi dan menerima. Memahami dan saling mempraktikan. Agar tidak mengkhianati konsep sastra menurut Edgar Allan Poe, mengamalkan yang didapat adalah perilaku terpuji untuk kebaikan masyarakat khususnya mereka yang perlu mendapatkan dukungan dari sekitar.

- Mastria, G., Mancini, V., Viganò, A., & Di Piero, V. (2016). Alice in Wonderland Syndrome: A Clinical and Pathophysiological Review. *BioMed Research International*, 2016, 1-10. <https://doi.org/10.1155/2016/8243145>
- Matsuura, K., Ishikura, R., Oguri, M., & Saito, Y. (2019). Atypical Symptoms in Migraine-Related Alice in Wonderland Syndrome: Expansion of the Phenotype and Reflection on the Pathomechanism. *Yonago Acta Medica*, 62(1), 163-165. <https://doi.org/10.33160/yam.2019.03.023>
- Milner, M. (1992). *Freud dan Interpretasi Sastra*. Jakarta: Intermedia.
- Minderop, A. (2011). Psikologi Sastra: Karya Sastra, Metode, Teori, dan Contoh Kasus. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*.
- Naarden, T., Ter Meulen, B. C., Van Der Weele, S. I., & Blom, J. Di. (2019). Alice in wonderland syndrome as a presenting manifestation of Creutzfeldt-Jakob disease. *Frontiers in Neurology*, 10(MAY). <https://doi.org/10.3389/fneur.2019.00473>
- Palacios-Sánchez, L., Botero-Meneses, J. S., Mora-Muñoz, L., Guerrero-Naranjo, A., Moreno-Matson, M. C., Pachón, N., & Charry-Sánchez, J. D. (2018). Alice in Wonderland Syndrome (AIWS). A reflection. *Colombian Journal of Anesthesiology*, 46(2), 143-147. <https://doi.org/10.1097/CJ9.0000000000000026>
- Podoll, K., & Robinson, D. (1999). Lewis Carroll's migraine experiences. *The Lancet*, 353(9161), 1366. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(05\)74368-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(05)74368-3)
- Purwaningsih, S. (2019). *Pola Asuh Keluarga Pada Tokoh Utama dalam Novel Calabai Karya Pepi Al-Bayqunie (Kajian Psikologi Sastra)* (Universitas Muhammadiyah Malang). Retrieved from <https://eprints.umm.ac.id/52511/>
- Rahmayani, R., & Hanum, F. (2018). Analisis Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Pencegahan Kekambuhan Gangguan Jiwa Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukajaya. *Sel Jurnal Penelitian Kesehatan*, 5(2), 77-89. <https://doi.org/10.22435/sel.v5i2.1493>
- Sanvito, W. L. (2019). Alice in Wonderland Syndrome: Síndrome de Alice no Pais das Maravilhas. *International Journal of Headache Medicine*, 10(12). Retrieved from <https://headachemedicine.com.br/index.php/hm/article/download/51/58/62>
- Trioktiani, T. (2010). *Situasi-Situasi Pemicu Sakit Kepala Migrain* (Universitas Sanata Dharma). Retrieved from [https://repository.usd.ac.id/28366/2/029114116\\_Full%5B1%5D.pdf](https://repository.usd.ac.id/28366/2/029114116_Full%5B1%5D.pdf)
- Tunç, S., & Başbuğ, H. S. (2017). Alice in Wonderland syndrome: a strange visual perceptual disturbance. *Psychiatry and Clinical Psychopharmacology*, 27(4), 412-415. <https://doi.org/10.1080/24750573.2017.1354655>
- Viora, E. (2018). Kesehatan Jiwa Remaja: Adolescent Mental Health. Retrieved May 10, 2022, from PDSKJI <https://www.pdskji.org> website: [https://www.pdskji.org/downlod.php?file=temu media -hkjs-2018-indonesia version-converted.pdf](https://www.pdskji.org/downlod.php?file=temu%20media%20-hkjs-2018-indonesia%20version-converted.pdf)
- Wellek, R., & Warren, A. (2016). *Teori Kesusastraan*. Jakarta: Kompas Gramedia.
- Wiyatmi. (2011). Psikologi Sastra : Teori dan Aplikasinya. *Yogyakarta: Kanwa Publisher*.
- Zaenuri, A. (2005). Estetika Ketidaksadaran: Konsep Seni menurut Psikoanalisis Sigmund Freud (1856-1939). *Harmonia: Journal of Arts Research and Education*, 6(3).