



AKTUALISASI DIRI TOKOH UTAMA PADA NOVEL *MERINDU CAHAYA DE AMSTEL* KARYA ARUMI E.

*Analysis of Main Character's Self-Actualization In The Novel
Merindu Cahaya De Amstel By Arumi E.*

Nur Hanifa & Sugiarti

Universitas Muhammadiyah Malang

Jalan Raya Tlogomas 246 Malang, Indonesia

nurhanifa.nipo@gmail.com; sugiarti@umm.ac.id

Naskah Diterima Tanggal 11 Januari 2023—Direvisi Akhir Tanggal 20 November 2023—Disetujui Tanggal 1 Desember 2023

doi: <https://doi.org/10.26499/jentera.v12i2.5774>

Abstrak

Penelitian ini mendeskripsikan (1) bentuk-bentuk aktualisasi diri tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E., dan (2) faktor-faktor penyebab aktualisasi diri tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan psikologi humanisme. Metode penelitian yang digunakan ialah deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) bentuk-bentuk aktualisasi diri yang dimiliki tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E. yaitu penerimaan akan diri, orang lain, dan hal-hal alamiah, kesederhanaan, diskriminasi antara cara dan tujuan, penghargaan yang selalu baru, dan hubungan interpersonal yang kuat. Adapun, (2) faktor-faktor penyebab aktualisasi diri tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E, terdiri dari faktor lingkungan, kebutuhan akan rasa aman yang tinggi, dan kebiasaan-kebiasaan. Kesimpulan aktualisasi diri tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E, terbentuk karena kesadaran tokoh utama yang dipengaruhi oleh beberapa faktor.

Kata-kata kunci: aktualisasi diri, hubungan interpersonal, psikologi humanisme

Abstract

This research was conducted to describe (1) the forms of the main character's self-actualization in the novel Merindu Cahaya de Amstel by Arumi E. and (2) the factors that cause the main character's self-actualization in the novel Merindu Cahaya de Amstel by Arumi E. The approach used in this research is a humanist psychology approach. The research method used is descriptive qualitative. The results of the study show that (1) the forms of self-actualization possessed by the main character in the novel Merindu Cahaya de Amstel by Arumi E. are acceptance of self, other people, and natural things, simplicity, discrimination between ways and goals, constantly new rewards, and strong interpersonal relationships. (2) the factors that cause self-actualization of the main character in the novel Merindu Cahaya de Amstel by Arumi E, namely environmental factors, the need for a high sense of security, and habits. The conclusion of the main character's self-actualization in the novel Merindu Cahaya de Amstel by Arumi E, is formed because of the main character's awareness which is influenced by several factors.

Keywords: interpersonal relationships, psychology of humanism, self-actualization

How to Cite: Hanifa, N., & Sugiarti (2023). Aktualisasi Diri Tokoh Utama pada Novel *Merindu Cahaya De Amstel* Karya Arumi E.. *Jentera: Jurnal Kajian Sastra*, 12(2), 207—218. doi: <https://doi.org/10.26499/jentera.v12i2.5774>

PENDAHULUAN

Pada dasarnya manusia berupaya untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan dalam hidupnya. Kebutuhan-kebutuhan tersebut memiliki tingkatan tersendiri, mulai dari tingkatan terendah hingga ke puncak kebutuhan manusia atau sering disebut aktualisasi diri (Ahmad & Noor, 2022). Aktualisasi diri akan tercapai jika manusia tersebut sudah melalui tingkat kebutuhan terendah seperti makan, pangan, dan kebutuhan lainnya. Setelah melewati kebutuhan tersebut, sifat dasar manusia yang kreatif dan aktif akan mengantarkan manusia tersebut untuk mencapai aktualisasi diri (Setyowati & Supriyanto, 2017). Manusia yang berada pada tahap aktualisasi diri, akan fokus pada dirinya sendiri dalam mengembangkan potensi dan menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Sebagaimana yang dikatakan oleh Ernani & Saputri (2017), bahwa manusia akan terdorong untuk mengembangkan diri dan potensi individu yang bersifat bawaan, dan telah menjadi ciri dari seluruh manusia. Jadi, setiap manusia memiliki sifat bawaan yang mengantarkan manusia tersebut pada pengembangan potensi dalam dirinya yang mencapai tingkat kebutuhan aktualisasi diri.

Individu yang mengaktualisasikan dirinya cenderung merasa damai dengan kehidupannya. Hal ini karena dirinya mampu menjadi pribadi yang apa adanya, dan bukan orang lain yang menjadi fokusnya, melainkan dirinya sendiri. Hal ini sejalan dengan pendapat Alwisol (2019), bahwa seseorang yang mengaktualisasikan dirinya berkeinginan untuk memperoleh kepuasan dengan dirinya sendiri (*self fulfillment*), seperti menyadari semua potensi dalam dirinya, menjadi apa saja yang dapat dilakukannya, dan menjadi pribadi yang kreatif serta bebas mencapai puncak prestasi potensinya. Keinginan-keinginan tersebut murni lahir dalam dirinya untuk mendapatkan kepuasan tanpa ada unsur paksaan. Sifat murni tersebut, menjadikan seseorang sesuai dengan keinginan dan potensi yang dimilikinya, hal tersebut merupakan kebutuhan psikologis seseorang yang mengaktualisasikan diri (Husada et al., 2017).

Aktualisasi diri dalam seseorang tentu tidak datang dengan sendirinya. Seseorang yang mampu memenuhi kebutuhan aktualisasi diri terjadi apabila seseorang mampu melewati masa-masa sulit yang berasal dari diri sendiri maupun dari luar (Minderop, 2010). Kondisi tersebut juga terjadi pada diri tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E. Pada novel tersebut, penulis menceritakan tokoh utama yang merupakan seorang perempuan Belanda yang baru memeluk agama Islam yaitu Khadijah. Perjalanan hidup yang Khadijah alami setelah memutuskan untuk menjadi muallaf, tentu tidak mudah bagi dirinya. Berbagai masalah yang dialaminya, seperti dijauhi oleh keluarga, dicaci maki oleh teman laki-laki yang pernah dekat, hingga dianggap remeh oleh teman lainnya, karena agama yang diyakininya. Namun, Khadijah tidak pernah membalas perbuatan mereka dengan kejahatan, melainkan dengan kebaikan yang menjadikannya pribadi yang lebih baik dari sebelumnya. Kerendahan hati, kasih sayang, kesabaran, dan tegas dalam menentukan yang benar dan yang salah, serta mengabdikan hidupnya untuk menjalankan kewajiban sebagai umat beragama. Hal tersebut merupakan ciri-ciri aktualisasi diri yang terdapat dalam diri seorang Khadijah. Hal ini sejalan dengan pendapat Globe, seseorang yang sedang mengaktualisasikan diri jauh lebih tegas dan mempunyai pengertian yang lebih terarah mengenai hal yang benar maupun salah (Pujiati, 2018).

Penelitian lain yang relevan dengan penelitian ini yaitu dilakukan oleh Widiana (2019), tentang *Aktualisasi Diri Tokoh Utama Pada Novel Hanoman dalam Wiracarita Ramayana Karya Zulham Farobi*. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa bentuk kriteria aktualisasi diri tokoh utama pada novel *Hanoman dalam Wiracarita Ramayana* terdapat tiga bentuk yaitu sifat mistis, kemampuan untuk berkreasi, dan spontanitas. Sedangkan bentuk karakteristik aktualisasi diri tokoh utama pada novel *Hanoman dalam Wiracarita Ramayana* terdapat tiga bentuk yaitu sikap kepahlawanan, kemandirian, dan faktor maskulinitas. Hal tersebut menunjukkan bahwa bentuk kriteria dengan bentuk karakteristik aktualisasi diri tokoh utama pada novel *Hanoman dalam Wiracarita Ramayana* berbeda, sedangkan pada penelitian ini

hanya memfokuskan pada masalah aktualisasi diri tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E. Adapun penelitian lain yang dilakukan oleh (Wibowo et al., 2020), tentang *Kepribadian dan Aktualisasi Tokoh Utama Dalam Novel Pasung Jiwa Karya Okky Madasari*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa novel *Pasung Jiwa Karya Okky Mandasari*, tokoh utama memiliki kepribadian introvert dan mengaktualisasikan diri sebagai sosok Sasa atau sebagai transgender, namun tokoh ini mewujudkan sisi perempuan hanya pada penggunaan kostum yang lazim digunakan perempuan, dan hanya pada aktivitas sebagai biduan. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa tokoh utama memiliki kepribadian introvert yang mengaktualisasikan dirinya sebagai sosok transgender, sedangkan pada penelitian ini fokus pada aktualisasi diri tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Muhibar (2021) yang berjudul *Pencapaian Aktualisasi Diri dalam Film Dokumenter*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sutradara Young Man and The Sea, Yusron telah memenuhi ciri-ciri orang yang bisa mengaktualisasikan dirinya dalam kehidupan sehari-hari setelah memenuhi berbagai kebutuhan yaitu mencapai aktualisasi diri, kebutuhan teratas dari seorang manusia. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terdapat pada objek yang dikaji yaitu novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Muhibar (2021), menggunakan film dokumenter yang dijadikan sebagai objek kajian. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada permasalahan yang dikaji, yaitu aktualisasi diri.

Berdasarkan ketiga penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa aktualisasi diri dapat dicapai apabila seseorang sudah memenuhi ciri-ciri orang yang mengaktualisasikan dirinya. Seseorang yang mengaktualisasi dirinya akan cenderung menekankan pada nilai pribadi dan sentralitas nilai manusia pada umumnya (Friedman & Schustack, 2008). Nilai-nilai pribadi tersebut akan mengantarkan individu untuk menjadi sosok yang percaya diri. Oleh sebab itu, penelitian ini penting dilakukan untuk melengkapi perbedaan-perbedaan tersebut dan menelaah lebih dalam terkait aktualisasi diri berdasarkan novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E. yang dikaji.

Adapun rumusan masalah dari penelitian ini adalah (1) bagaimana bentuk-bentuk aktualisasi diri pada tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E.? (2) bagaimana faktor-faktor penyebab aktualisasi diri pada tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E.?. Sedangkan tujuan dari penelitian ini yaitu untuk (1) mendeskripsikan bentuk-bentuk aktualisasi diri pada tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E dan (2) mendeskripsikan faktor-faktor penyebab aktualisasi diri pada tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E. Selain itu, manfaat dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan rujukan untuk penelitian lebih lanjut terkait dengan kajian aktualisasi diri.

LANDASAN TEORI

Penelitian ini menggunakan teori dari Maslow (1993) yang menjelaskan bahwa aktualisasi diri merupakan kebutuhan tertinggi dari tingkat kebutuhan lainnya. Kebutuhan puncak yang dimaksudkan yaitu kebutuhan tertinggi dari kebutuhan-kebutuhan yang lainnya. Sejalan dengan pendapat Maslow, kebutuhan puncak tersebut yaitu kebutuhan akan aktualisasi diri yang akan terwujud apabila kebutuhan-kebutuhan dibawahnya sudah terpenuhi (Endraswara, 2008). Selama manusia masih hidup, maka akan terus memiliki keinginan untuk memenuhi setiap kebutuhannya. Hal ini, Maslow juga berpendapat bahwa manusia sejatinya merupakan makhluk yang baik sehingga manusia memiliki hak untuk merealisasikan jati dirinya agar mencapai aktualisasi diri (Sinaga et al., 2018). Manusia yang merealisasikan jati dirinya, berarti manusia tersebut mampu memanfaatkan potensi yang dimiliki guna untuk

mencapai tujuan yang diinginkan. Sejalan dengan pemikiran Hasmiati (2018), bahwa aktualisasi diri merupakan hasrat manusia untuk menjadi seseorang dengan mencapai tujuan berdasarkan potensi yang dimilikinya. Oleh karena itu, penting bagi manusia untuk mengenali potensi yang dimiliki sehingga mempermudah untuk proses mengaktualisasikan diri dengan baik.

Aktualisasi diri lahir berdasarkan pengalaman-pengalaman seseorang yang sudah dilewati. Hal ini menegaskan bahwa aktualisasi diri pada setiap individu berbeda, mengikuti pengalaman yang dialaminya. Namun, apabila perkembangan hidup dan pengalaman seseorang berubah, maka aktualisasi diri juga ikut berubah dengan sendirinya (Irwanto, 2009). Tentu hal tersebut kembali pada setiap individu yang mampu membawa pengalaman tersebut pada hal yang positif atau negatif. Pengalaman yang direalisasikan pada hal yang positif, akan membawa seseorang pada pengalaman yang berharga. Pengalaman ini akan meninggalkan jejak pada orang yang mengalaminya, dan dapat mengubah dirinya ke tingkat yang lebih baik (Boeree, 2013). Orang yang mengaktualisasikan dirinya, dapat diketahui dari karakteristik yang dimilikinya. Menurut Maslow, terdapat 15 karakteristik orang yang mengaktualisasikan diri, dari ke-15 karakteristik tersebut penulis mengambil 5 bentuk karakteristik yang terdapat dalam novel yang dikaji yaitu (1) penerimaan akan diri, orang lain, dan hal-hal alamiah, (2) kesederhanaan, (3) diskriminasi antara cara dan tujuan, (4) penghargaan yang selalu baru, dan (5) hubungan interpersonal yang kuat (Olson & Hargenhahn, 2013).

Penerimaan akan diri, orang lain, dan hal-hal alamiah merupakan bentuk pengaktualisasi diri dengan menerima diri sendiri secara apa adanya dan menerima orang lain tanpa mengubah apapun. Selain itu, seseorang tidak terlalu mengkritik kekurangan diri sendiri, tidak terbebani oleh kecemasan atau rasa malu yang berlebihan, dan dapat menerima kekurangan orang lain serta tidak merasa terancam dengan kelebihan orang lain (Feist & Feist, 2010). Kesederhanaan, tingkah laku seseorang yang mengaktualisasikan diri terlihat sederhana tidak dibuat-buat (Koeswara, 2011). Hal tersebut alami dari sumber kepribadian seseorang dengan berpenampilan yang tidak membohongi dunia. Orang yang mengaktualisasi diri tidak malu untuk mengekspresikan kekaguman, kegembiraan, kemarahan dan emosi lainnya (Zainsty, 2021)

Diskriminasi antara cara dan tujuan, orang yang mengaktualisasikan dirinya mengetahui dengan jelas perbuatan yang benar dan yang salah sehingga mengalami sedikit konflik dalam hidupnya (Feist & Feist, 2010). Seseorang yang mengalami sedikit konflik dalam hidupnya, maka akan jauh lebih tenang menjalani kehidupan dengan memiliki pendirian yang kuat (Rajibullah et al., 2020). Penghargaan yang selalu baru, seseorang yang mengaktualisasikan diri selalu menghargai hal-hal baik dalam hidupnya, seperti kesehatan fisik yang baik dan berkumpul dengan orang-orang yang mereka cintai sehingga tidak memiliki waktu untuk mengeluh (Syaiifer, 2019). Hubungan Interpersonal yang kuat, karakteristik ini dapat ditunjukkan dengan adanya sikap memiliki hubungan baik dan penuh kasih sayang pada orang disekitarnya (Ilma, 2022).

Seseorang yang mengaktualisasikan dirinya sangat memahami bahwa ada eksistensi atau hambatan lain yang berada di dalam (internal) atau di luar (eksternal) keberadaannya sendiri yang dapat mengendalikan perilaku dan tindakannya untuk melakukan sesuatu (Daniati et al., 2015). Hal ini berkaitan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang dalam mengaktualisasikan dirinya. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi aktualisasi diri menurut Maslow, yaitu (1) faktor lingkungan, lingkungan yang aman dan harmonis serta menunjukkan sikap mendukung seseorang untuk menjalani proses aktualisasi diri yang baik. (2) kebutuhan akan rasa aman yang tinggi, kebutuhan tersebut mendorong perkembangan kematangan seseorang untuk bergerak dari rasa ketakutan kearah regresi dan menjauh dari pertumbuhan. (3) kebiasaan-kebiasaan, kebiasaan merupakan perintang pertumbuhan yang membuat seseorang

terbuka terhadap gagasan dan pengalaman baru yang didapatkan. (4) kompleks yonah, kecenderungan seseorang untuk takut terhadap potensi yang dimiliki lebih besar dari pada yang selama ini mereka sadari dan membuat potensi yang dimiliki seseorang tetap terpendam (Sadiyah, 2009).

Berdasarkan pemikiran di atas, penelitian ini difokuskan pada (1) bentuk-bentuk aktualisasi diri tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E. (2) faktor-faktor penyebab aktualisasi diri tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan psikologi humanisme. Psikologi humanisme adalah pendekatan psikologi yang menekankan kehendak bebas, pertumbuhan pribadi, kegembiraan, kemampuan untuk pulih kembali setelah mengalami ketidakbahagiaan, serta keberhasilan dalam merealisasikan potensi manusia (Namisae et al., 2022). Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif yang mendeskripsikan bentuk-bentuk aktualisasi diri dan faktor-faktor aktualisasi diri dengan memecahkan berbagai persoalan pada fokus penelitian. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E. Data penelitian berupa sekuen cerita yang relevan dengan fokus penelitian yang berupa kata, kalimat, dan paragraf. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan teknik simak dan catat. Teknik simak dilakukan dengan cara mengamati kata, kalimat, dan paragraf yang berisikan aktualisasi diri tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E. Kemudian data yang telah ditemukan tersebut dicatat. Teknik analisis data dapat dilakukan dengan mengidentifikasi, mengklasifikasikan, menganalisis data, dan penarikan simpulan.

PEMBAHASAN

Penelitian tentang aktualisasi diri tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E., dapat diungkapkan bahwa aktualisasi diri merupakan keinginan individu dalam mengenali dan mengembangkan potensi dalam diri berdasarkan tujuan yang diinginkan. Hal tersebut bisa terjadi karena (1) penerimaan akan diri, orang lain, dan hal-hal alamiah, (2) kesederhanaan, (3) diskriminasi antara cara dan tujuan, (4) penghargaan yang selalu baru, dan (5) hubungan interpersonal yang kuat. Adapun aktualisasi diri itu bisa dipengaruhi oleh (1) faktor lingkungan, (2) kebutuhan akan rasa aman yang tinggi, (3) kebiasaan-kebiasaan, dan (4) kompleks yonah. Untuk kajian selengkapannya akan dipaparkan pada bagian berikut.

Bentuk-Bentuk Aktualisasi Diri Tokoh Utama dalam Novel *Merindu Cahaya de Amstel* Karya Arumi E.

Bentuk aktualisasi diri bisa direpresentasikan melalui penerimaan akan diri, orang lain, dan hal-hal alamiah, kesederhanaan, diskriminasi antara cara dan tujuan, penghargaan yang selalu baru, dan hubungan interpersonal yang kuat. Berdasarkan hal tersebut, aktualisasi diri membawa konsekuensi baik bagi yang melakukannya, seperti menerima diri sendiri maupun orang lain dengan apa adanya.

Penerimaan akan diri, orang lain, dan hal-hal alamiah

Penerimaan akan diri, orang lain, dan hal-hal alamiah ditunjukkan dengan menerima diri sendiri secara apa adanya, menerima orang lain tanpa mengubah apapun, tidak terlalu mengkritik kekurangan diri sendiri, tidak terbebani oleh kecemasan atau rasa malu yang berlebihan, dan dapat menerima kekurangan orang lain serta tidak merasa terancam dengan kelebihan orang lain, berikut kutipannya.

“Aku tidak memaksamu menjalani hidup seperti aku, Mala. Karena yang akan menjalani hidupmu adalah kamu sendiri. Kamu yang paling tahu seperti apa cara hidup yang paling nyaman buatmu” (Arumi, 2015:99).

Data di atas menunjukkan bahwa Khadijah tidak memaksa Mala untuk menjadi seperti dirinya. Khadijah mengerti bahwa yang mengetahui hidup seseorang ialah orang itu sendiri dan setiap orang memiliki cara hidup masing-masing berdasarkan kenyamanan yang dirasakannya. Menerima seseorang dengan apa adanya tanpa meminta ataupun memaksa orang tersebut untuk berubah. Hal tersebut terjadi pada tokoh utama yang tidak memaksa temannya untuk menjadi seperti dirinya.

Penerimaan diri pada orang lain yang dilakukan Khadijah pada Mala tentu membuat hubungan antara keduanya semakin dekat. Mala dapat melihat ketulusan dalam diri Khadijah dalam menjalin pertemanan dan membuat Mala termotivasi menjadi lebih baik lagi dengan sikap yang Khadijah tunjukkan. Penerimaan ini mencerminkan keinginan wanita untuk membina persahabatan dengan orang lain sehingga dengan terbinanya hubungan baik (Syauta & Yuniasanti, 2017). Selain itu, penerimaan diri akan orang lain juga ditunjukkan pada diri Khadijah yang tidak memiliki hak untuk mengubah orang lain yang dibuktikan dengan kutipan berikut ini.

“Aku tidak punya hak memaksamu, Mala. Kamu punya hak penuh akan menjalani hidupmu seperti apa. Kamu sendiri yang menentukan” .(Arumi, 2015:100)

Dari kutipan di atas dapat diketahui, bahwa Khadijah tidak memiliki hak untuk memaksa Mala. Khadijah sadar bahwa setiap orang memiliki hak untuk menentukan cara menjalani kehidupannya sendiri. Menjalani kehidupan tanpa ada paksaan dari orang lain membawa pengaruh kebahagiaan pada dirinya sendiri. Orang yang bahagia bisa dikatakan sebagai orang yang mampu menikmati jalan hidupnya dengan senang hati (Fitriani, 2016). Jadi salah satu penyebab kebahagiaan seseorang dilihat dari cara menikmati hidup itu sendiri dengan senang hati, sehingga penerimaan diri akan orang lain dapat diketahui dari cara seseorang menerima dirinya sendiri.

Kesederhanaan

Orang yang mengaktualisasi diri tidak malu untuk mengekspresikan kekaguman, kegembiraan, kemarahan dan emosi lainnya. Selain itu, tingkah laku seseorang yang mengaktualisasikan diri terlihat sederhana dan tidak dibuat-buat. Bentuk kesederhanaan ini, juga dilakukan tokoh utama dalam menjalani hidup setiap harinya yang tidak berminat membeli barang mewah.

“Kata itu sering meluncur begitu saja dari mulutnya. Sebagai rasa syukur atas hidupnya sekarang. Dia sudah tidak pernah mengunjungi kelab malam, tak pernah lagi berminat membeli pakaian dan parfum mewah. Pergi ke mana pun menggunakan angkutan umum, atau naik sepeda seperti yang banyak dilakukan warga Amsterdam.” (Arumi, 2015:15).

Khadijah sangat bersyukur dengan kehidupannya saat ini, hingga tidak ingin membeli barang mewah. Selain itu, Khadijah lebih memilih bepergian menggunakan kendaraan umum atau bersepeda. Hal tersebut tentu dilakukan bukan semata-mata karena Khadijah tidak mampu, melainkan wujud dari rasa syukur dirinya. Sebagaimana pendapat Ernawati (2021) yang mengatakan bahwa kesederhanaan tingkah laku orang yang mengaktualisasikan diri bersumber

dari dalam pribadinya, dan bukan hanya nampak di permukaan atau dibuat-buat. Selain itu, kesederhanaan Khadijah juga ditunjukkan pada saat berbuka puasa dengan kurma dan air putih, berikut kutipannya.

“Temani aku berbuka puasa, Mala. **Memang bukan makanan mewah, hanya air putih dan beberapa butir kurma**” (Arumi, 2015:34).

Kutipan tersebut menunjukkan bahwa Khadijah meminta Mala untuk berbuka puasa bersama, walaupun hanya dengan beberapa butir kurma dan air putih. Kurma dan air putih adalah makanan pengganti perut saat waktu buka puasa, Khadijah berada di luar. Hal ini menunjukkan bahwa makanan mewah bukan suatu hal yang harus dipenuhi. Sejalan dengan pendapat Nugraha (2022), bahwa makanan mewah merupakan keinginan alami yang tidak perlu dipenuhi.

Diskriminasi antara cara dan tujuan

Manusia yang mengaktualisasikan dirinya dapat diketahui dengan jelas perbuatan yang benar dan yang salah sehingga mengalami sedikit konflik dalam hidupnya dan jauh menjalani kehidupan dengan tenang. Keadaan tersebut juga terjadi pada tokoh utama yang mengetahui bahwa perempuan dan laki-laki yang tidak memiliki hubungan darah dilarang berduan menurut hukum agama yang diyakini Khadijah. Hal ini dapat diketahui dari kutipan berikut.

“Maksudku, pergi berdua dengan lelaki yang bukan saudaraku walau Cuma makan malam bisa dianggap kencan. Kecuali kalau ada teman perempuan yang ikut, atau saudara laki-laki yang menemani, baru boleh. Intinya, **seorang perempuan muslim dilarang hanya berduan dengan lelaki yang bukan suaminya, ayahnya, atau saudara kandungnya**” (Arumi, 2015:19).

Khadijah mengetahui bahwa pergi berdua dengan laki-laki yang bukan saudaranya itu dilarang, kecuali didampingi oleh saudara laki-laki maupun perempuan. Adanya larangan tersebut membuat Khadijah mengetahui hal-hal yang dianjurkan dan yang dilarang dalam agama yang diyakininya. Sejalan dengan pendapat Arif (2018), bahwa wanita dilarang melakukan perjalanan tanpa ditemani mahramnya. Sebagai orang yang menganut agama Islam, Khadijah mematuhi perintah tersebut. Mengetahi perbuatan yang benar dan salah, bukan hanya bentuk dari sikap orang yang memeluk suatu keyakinan, melainkan salah satu bentuk orang yang mengaktualisasikan diri.

Penghargaan yang selalu baru

Orang yang mengaktualisasikan diri dapat diketahui dari sikap yang selalu menghargai hal-hal baik dalam hidupnya. Bentuk tersebut seperti kesehatan fisik yang baik dan berkumpul dengan orang-orang yang mereka cintai sehingga tidak memiliki waktu untuk mengeluh. Hal ini juga dialami oleh tokoh utama yang merasa bahagia bisa berkumpul dengan tante dan sepupunya.

“Khadijah tersenyum sembari diam-diam melirik Nyonya Mirthe dan Pieter. **Dia selalu senang berada di antara mereka.** Menebus kerinduannya berada di tengah keluarga yang hangat dan harmonis” (Arumi, 2015:72).

Saat Khadijah berada di rumah Nyonya Mirthe, Khadijah merasa senang bisa berkumpul dengannya dan Pieter. Melihat kedekatan Nyonya Mirthe dan Pieter, membuat Khadijah tersenyum dan senang, mengingatkan kerinduan pada ayah, ibu, dan saudaranya. Momen

tersebut sudah membuat Khadijah sangat bersyukur bisa mengobati kerinduannya pada keluarga. Perasaan syukur terhadap hidup, juga diungkapkan oleh Maslow (dalam Rajibullah et al., 2020), bahwa menghargai hal-hal yang terjadi dalam hidup dan mampu menjaga perasaan dengan memiliki perasaan bersyukur merupakan karakteristik orang yang mengaktualisasikan diri.

Hubungan interpersonal yang kuat

Setiap individu pasti memiliki hubungan dengan individu lainnya, salah satunya memiliki hubungan interpersonal yang kuat. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya sikap memiliki hubungan baik dan penuh kasih sayang pada orang disekitarnya. Perasaan sayang juga ditunjukkan oleh tokoh utama yang merangkul temannya, berikut kutipannya.

“**Khadijah merangkul pundak Mala**, membuat gadis itu mengerjap. Jangan menilai aku setinggi itu, Mala. Aku malu sama Allah. Allah tahu kesalahanku sebanyak apa. Tidak ada manusia suci. Manusia sering salah dan khilaf. Tapi, dari kesalahan itu kita belajar memperbaiki diri (Arumi, 2015:53).

Kedekatan hubungan pertemanan Khadijah dengan Mala, membuat Khadijah nyaman hingga merangkul pundak Mala. Mala terkejut dengan sikap yang Khadijah tunjukkan. Sementara itu, Khadijah juga menjelaskan kepada Mala bahwa tidak ada manusia yang sempurna, dan setiap manusia memiliki kesempatan untuk memperbaiki kesalahan yang sudah dilakukannya. Nasihat-nasihat yang Khadijah berikan pada Mala merupakan wujud dari kasih sayang pada Mala. Seseorang yang menasihati orang lain, berarti sikap itu secara tidak langsung mencerminkan kasih sayang (Rusmiyati, 2015). Selain itu, hubungan interpersonal yang kuat juga terjadi pada Khadijah dengan tantenya, berikut kutipannya.

“Dia mencari handuk kecil di lemari tantenya, lalu bergegas kembali menuju dapur. Menuangkan air dingin dari kulkas ke dalam sebuah mangkuk, membasahi handuk kecil dengan air dingin itu. Lalu kembali menemui tantenya dan **mengompres kening tantenya dengan handuk basah yang dingin itu**” (Arumi, 2015:67).

Saat mengetahui tante Mirthe demam, Khadijah bergegas mengambil handuk dan menuangkan air dingin ke mangkuk untuk mengompres tantenya. Khadijah meletakkan handuk dingin tersebut di kening tantenya yang demam. Sikap peduli yang Khadijah tunjukkan pada tantenya membuat hubungan antara keduanya semakin dekat. Cinta dan keakraban yang besar menghasilkan hubungan yang kuat (Vince, 2022). Oleh karena itu, sikap peduli dan kasih sayang membuat hubungan individu dengan individu lainnya semakin dekat, walaupun dengan orang tertentu

Faktor-faktor Penyebab Aktualisasi diri Tokoh Utama dalam Novel Merindu Cahaya de Amstel Karya Arumi E.

Faktor-faktor penyebab aktualisasi diri tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E. berupa hambatan-hambatan yang dapat mengendalikan perilaku dan tindakan seseorang untuk melakukan suatu perubahan. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi, yaitu (1) faktor lingkungan, (2) kebutuhan akan rasa aman yang tinggi, dan (3) kebiasaan-kebiasaan. Berdasarkan hal tersebut, aktualisasi diri dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal, seperti lingkungan yang mendukung untuk menjalani proses aktualisasi diri yang baik.

Faktor lingkungan

Faktor lingkungan merupakan salah satu hal yang mempengaruhi aktualisasi diri. Faktor ini dapat diketahui dari lingkungan yang aman dan harmonis serta menunjukkan sikap mendukung seseorang untuk menjalani proses aktualisasi diri yang baik. Hal ini ditunjukkan bahwa aktualisasi diri dipengaruhi oleh lingkungan pertemanan. Lingkungan pertemanan ini, juga dialami tokoh utama yang meminta temannya untuk menjelaskan perilaku muslim.

“Aku meminta temanku menjelaskan artinya. Kuliahku mempelajari perilaku manusia. Aku jadi ingin tahu, bagaimana perilaku muslim. **Semakin banyak aku mendengar cerita temanku, aku semakin penasaran ingin tahu lebih banyak lagi. Awalnya aku punya ide untuk menelitinya untuk tugas akhir kuliahku. Setelahnya aku malah makin tertarik dengan Islam dan mempelajari lebih dalam lagi.** Sampai akhirnya dua tahun lalu aku memutuskan menjadi muslim” (Arumi, 2015:76).

Keingintahuan Khadijah semakin besar setelah mendengar cerita dari temannya tentang perilaku muslim. Berdasarkan cerita tersebut, membuat Khadijah mempelajari Islam lebih dalam lagi dan memutuskan untuk menjadi muslim setelah dua tahun meneliti tentang Islam itu sendiri. Hal tersebut membuktikan bahwa hubungan pertemanan berpengaruh terhadap kepribadian seseorang dalam meningkatkan potensi dalam diri. Prasetyo berpendapat setiap individu mengalami interaksi dengan lingkungannya yang menghasilkan perkembangan struktur kepribadian perwatakan, sikap, dan sifat (Saulina, 2010). Sejak saat itu, Khadijah fokus memperbaiki diri dan mengembangkan potensi yang dimilikinya.

Kebutuhan akan rasa aman yang tinggi

Kebutuhan akan rasa aman yang tinggi dapat diketahui saat seseorang berani mengambil resiko dan terbuka terhadap pengalaman baru. Kebutuhan ini mendorong perkembangan kematangan seseorang untuk bergerak dari rasa ketakutan ke arah regresi dan menjauh dari pertumbuhan. Keputusan yang Khadijah pilih, membuat dirinya dijauhi oleh keluarga dan membutuhkan dukungan.

“Terima kasih, Pieter. Aku beruntung punya sebaik kamu. Tante Mirte juga luar biasa. **Walau aku terlihat tegar, aku tetap butuh dukungan dan kasih sayang keluarga**” (Arumi, 2015:77).

Setelah Khadijah memutuskan untuk memeluk agama Islam, keluarganya menentang keputusan tersebut hingga membuat Khadijah meninggalkan rumah. Sekarang hanya tersisa tante dan sepupunya yang masih menerima Khadijah. Walaupun terlihat tegar, tetapi Khadijah masih membutuhkan dukungan dan kasih sayang tante dan sepupunya sebagai perwakilan dari kedua orangtuanya. Seseorang yang mendapatkan dukungan keluarga, merasa memperoleh dukungan secara emosional seperti diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan dan memotivasi dirinya (Firmansyah, 2018). Oleh sebab itu dukungan keluarga dapat mendorong seseorang berani mengambil resiko disetiap permasalahan sehingga menambah pengalaman dan memotivasi orang tersebut.

Kebiasaan-kebiasaan

Kebiasaan merupakan perintang pertumbuhan yang membuat seseorang terbuka terhadap gagasan dan pengalaman baru yang didapatkan. Terbuka terhadap pengalaman baru dapat menambah wawasan dan pengetahuan yang luas terhadap hal-hal yang ditekuni. Kondisi tersebut terjadi pada tokoh utama yang menikmati hari liburnya dengan kegiatan yang bermanfaat.

“Hari Sabtu dan Minggu dia mendapat libur. Hari Sabtu dia memanfaatkan untuk melakukan kegiatan apa saja yang disukainya. **Hari Minggu dia habiskan di Gedung Euromuslim-Amsterdam. Menambah pengetahuannya tentang Islam**, juga membantu membagi pengetahuannya kepada anak-anak muslim yang mengaji di sana.” (Arumi, 2015:19).

Pada hari libur, Khadijah memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya. Khadijah mengikuti kajian untuk menambah pengetahuannya tentang Islam di gedung Euromuslim-Amsterdam. Hal ini sudah menjadi kegiatan rutin bagi Khadijah yang sudah menjadi kebiasaannya. Kebiasaan baik tersebut mampu meningkatkan kesadaran beragama seseorang. Kesadaran agama dapat diketahui dari aspek pengetahuan dan sikap (Oktavia & Mastanora, 2020). Oleh karena itu, jika seseorang sudah terbiasa melakukan kebiasaan-kebiasaan yang positif dapat mempermudah seseorang dalam mengaktualisasikan diri. Aktualisasi dapat ditingkatkan dengan memberikan kebiasaan-kebiasaan yang dapat meningkatkan aktualisasi diri (Widayanti et al., 2014). Hal tersebut membuktikan bahwa kebiasaan tokoh utama dalam menghabiskan waktu libur dengan mengikuti kajian berpengaruh terhadap pembentukan aktualisasi diri.

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa aktualisasi diri yang dimiliki tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E. terbentuk karena adanya beberapa permasalahan yang dialaminya. Meski demikian, Khadijah mampu mengaktualisasikan dirinya dengan fokus pada mengembangkan potensi dalam dirinya. Maka dari itu, orang yang mengaktualisasikan diri dapat mengetahui hal yang terbaik untuk dirinya sendiri dan jauh lebih bahagia. Adapun bentuk-bentuk aktualisasi diri yang dimiliki tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E. yaitu penerimaan akan diri, orang lain, dan hal-hal alamiah, kesederhanaan, diskriminasi antara cara dan tujuan, penghargaan yang selalu baru, dan hubungan interpersonal yang kuat. Penerimaan akan diri, orang lain, dan hal-hal alamiah terdiri dari Khadijah tidak memaksa Mala untuk menjadi seperti dirinya dan Khadijah tidak memiliki hak untuk memaksa Mala. Kesederhanaan terdiri dari Khadijah tidak ingin membeli barang mewah dan makanan mewah. Diskriminasi antara cara dan tujuan terdiri dari Khadijah mengetahui larangan pergi berdua dengan laki-laki yang bukan saudaranya. Penghargaan yang selalu baru terdiri dari Khadijah merasa senang dan bersyukur bisa berkumpul dengan tante dan sepupunya. Hubungan interpersonal yang kuat terdiri dari Khadijah merangkul pundak Mala dan Khadijah merawat tantenya yang sakit.

Selain itu, faktor-faktor penyebab aktualisasi diri yang dimiliki tokoh utama dalam novel *Merindu Cahaya de Amstel* karya Arumi E, yaitu faktor lingkungan, kebutuhan akan rasa aman yang tinggi, dan kebiasaan-kebiasaan. Faktor lingkungan berupa keingintahuan Khadijah semakin besar setelah mendengar cerita dari temannya tentang perilaku muslim keturunan dan kepribadian dalam diri tokoh utama. Kebutuhan akan rasa aman yang tinggi yang ditunjukkan pada Khadijah yang membutuhkan dukungan dan kasih sayang tante dan sepupunya. Kebiasaan-kebiasaan seperti Khadijah mengikuti kajian untuk menambah pengetahuan tentang Islam di gedung Euromuslim-Amsterdam. Adanya konflik dalam cerita sangat menarik karena cerita yang dibawakan terkesan sangat nyata.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, A. F., & Noor, R. (2022). Aktualisasi Diri Tokoh Utama dalam Novel *Pohon Tanpa Akar* Karya Syed Waliullah. *Jurnal Ilmiah Fonema*, 5(1), 11–28. <https://doi.org/10.25139/fn.v5i1.4625>
- Alwisol. (2019). *Psikologi Kepribadian* (Revisi). UMM Press.
- Arif, M. A. F. (2018). Larangan Berduaan Antara Laki-Laki dan Perempuan Bukan Mahram. *KACA (Karunia Cahaya Allah): Jurnal Dialogis Ilmu Ushuluddin*, 8(1), 11–21. <https://doi.org/https://doi.org/10.36781/kaca.v8i1.300>

- Arumi, E. (2015). *Merindu Cahaya de Amstel*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Boeree, C. G. (2013). *General Psychology: Psikologi Kepribadian, Persepsi, Kognisi, Emosi, & Perilaku* (1st ed.). PRISMASOPHIE.
- Daniati, S., Yanzi, H., & Nurmalisa, Y. (2015). *PENGARUH EKSTRAKURIKULER DALAM MEMBINA POTENSI DIRI TERHADAP AKTUALISASI DIRI SISWA DI MA*. 3(6), 1–12.
- Endraswara, S. (2008). *Metode penelitian psikologi sastra: teori, langkah, dan penerapannya*. MedPress.
- Ernani, & Saputri, N. (2017). PROSES AKTUALISASI DIRI TOKOH UTAMA DALAM NOVEL 9 SUMMERS 10 AUTUMNS KARYA IWAN SETYAWAN. *DIALEKTOLOGI*, 2(2), 132–159. <https://doi.org/https://doi.org/10.52237/dialektologi.v2i2.62>
- Ernawati, I. (2021). *HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN AKTUALISASI DIRI PADA IBU YANG BEKERJA* [Artikel (Naskah Publikasi)]. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2010). *Teori Kepribadian* (7th ed.). Salemba Humanika.
- Firmansyah, D. (2018). *HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGADENGAN KONSEP DIRI PADA REMAJA* [Skripsi]. UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG .
- Fitriani, A. (2016). PERAN RELIGIUSITAS DALAM MENINGKATKAN PSYCHOLOGICAL WELL BEING. *Al-AdYaN*, 11(1), 1–24. <https://doi.org/https://doi.org/10.24042/ajsla.v11i1.1437>
- Friedman, H. S., & Schustack, M. W. (2008). *Kepribadian: Teori Klasik dan Riset Modern* (W. Hardani & B. A. Yoso, Eds.; ketiga). Erlangga.
- Hasmiati, H. (2018). *Aktualisasi Diri Tokoh dalam Novel peREmpuan Karya Maman Suherman: Tinjauan Psikologi Humanistik Abraham Maslow* [Thesis (Diploma)]. Universitas Negeri Makassar.
- Husada, M., Ninuk Lustyantie, N., & Nuruddin, N. (2017). AKTUALISASI DIRI PADA TOKOH UTAMA DALAM NOVEL PASUNG JIWA KARYA OKKY MADASARI (Suatu Penelitian Psikoanalisis Sastra). *BAHTERA: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra*, 16(2), 15–34. <https://doi.org/10.21009/BAHTERA.162.02>
- Ilma, C. (2022). AKTUALISASI DIRI TOKOH UTAMA DALAM FILM DI BAWAH UMUR KARYA EMIL HERADI. *Kelasa*, 17(1), 89–102. <https://doi.org/10.26499/kelasa.v17i1.294>
- Irwanto. (2009). *Psikologi umum : buku panduan mahasiswa*. Prehallindo.
- Koeswara, E. (2011). *Teori-Teori Kepribadian*. PT ERESKO.
- Maslow, A. H. 1993. *Motivasi Dan Kepribadian 2: Teori Motivasi Dengan Pendekatan Hierarki Kebutuhan Manusia*. Revisi. Jakarta: PT.Pustaka Binaman Pressindo.
- Minderop, A. (2010). *Psikologi sastra : karya sastra, metode, teori, dan contoh kasus* (1st ed.). Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Muhibar, N. (2021). PENCAPAIAN AKTUALISASI DIRI DALAM FILM DOKUMENTER. *LAYAR: Jurnal Ilmiah Seni Media Rekam* , 8(2). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26742/layar.v8i2.1915>
- Namisae, N. N., Waluya, S., & Martini, L. A. R. (2022). *AKTUALISASI DIRI TOKOH UTAMA DALAM NOVEL WHEN IT RAINS KARYA VELICIA ONG (KAJIAN PSIKOLOGI SASTRA)* [Artikel Skripsi]. Universitas Diponegoro.
- Nugraha, I. (2022). Rumus Kesenangan Ala Epikuros: Sebuah Kajian Filosofis. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(1), 50–56. <https://doi.org/https://doi.org/10.9000/jupetra.v2i1.73>
- Oktavia, E., & Mastanora, R. (2020). Manfaat Mengikuti Pengajian Rutin dalam Meningkatkan Kesadaran Beragama Masyarakat. *Istinarah: Riset Keagamaan, Sosial Dan Budaya*, 1(2), 74. <https://doi.org/10.31958/istinarah.v1i2.1816>
- Olson, M. H., & Hargenhahn, B. R. (2013). *Pengantar Teori Kepribadian*. Pustaka Pelajar.
- Pujiati, H. (2018). AKTUALISASI DIRI TOKOH UTAMA DALAM NOVEL 33 SENJA DI HALMAHERA KARYA ANDARU INTAN . *SENASBASA: Seminar Nasional Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 2(1), 134–146. <https://doi.org/https://doi.org/10.22219/v2i1.2620>
- Rajibullah, A., Hanurawan, F., & Hakim, G. R. U. (2020). Aktualisasi Diri Komika Berkebutuhan Khusus. *JURNAL PENELITIAN KUALITATIF ILMU PERILAKU*, 1(1), 31–39. <http://jpkip-fpsium.com/index.php/jpkip/article/view/14>

- Rusmiyati, H. (2015). *KARAKTER DAN ETIKA KONSELOR MENURUT HAMKA (Studi Analisis Ayat-ayat Nasihat dan Irsyad dalam Tafsir Al-Azhar)*. *Jurnal Al-Shifa*, 6(2), 245–274.
- Sadiyah, S. I. (2009). *PENGARUH PENERIMAAN ORANG TUA TENTANG KONDISI ANAK TERHADAP AKTUALISASI DIRI ANAK PENYANDANG CACAT FISIK DI SLB D YPAC CABANG SEMARANG TAHUN 2009* [Thesis (Under Graduates)]. Universitas Negeri Semarang.
- Saulina, T. (2010). *TINGKAT AKTUALISASI DIRI PARA SUSTER JUNIOR DAN APLIKASINYA TERHADAP PROGRAM FORMASI JUNIORES KONGREGASI FIGLIE DELLA CARITA CANOSSIANA (FdCC) DI KOMUNITAS JAKARTA, JOGJAKARTA, DAN KUPANG PROVINSI DIVINE MERCY, INDONESIA* [Skripsi]. UNIVERSITAS SANATA DHARMA YOGYAKARTA .
- Setyowati, S., & Supriyanto, T. (2017). *Proses Aktualisasi Diri Tokoh Utama dalam Dwiologi Novel Padang Bulan dan Cinta di Dalam Gelas*. *Seloka: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 6(2), 169–178. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/seloka.v6i2.17282>
- Sinaga, N., Zuriyati, Z., & Attas, S. G. (2018). *AKTUALISASI DIRI TOKOH UTAMA NOVEL BALADA SI ROY KARYA GOL A GONG*. *Kandai*, 14(1), 45. <https://doi.org/10.26499/jk.v14i1.644>
- Syaifer, F. A. (2019). *AKTUALISASI DIRI TOKOH UTAMA NOVEL SKETSA RASA KARYA PIPIET SENJATINJAUAN: PSIKOLOGI SASTRA* [Thesis (Diploma), Universitas Andalas]. <http://scholar.unand.ac.id/id/eprint/50267>
- Syauta, B. A., & Yuniasanti, R. (2017). *HUBUNGAN ANTARA KEBUTUHAN AKTUALISASI DIRI DENGAN MOTIVASI KERJA PADA WANITA KARIER DI PT KUSUMA SANDANG MEKARJAYA*. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 17(1), 49. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v17i1.684>
- Vinche, C. (2022). *Aktualisasi Diri dan Nilai Pendidikan dalam Novel Bocah Penghalau Kera Karya Sintha Rosse Kamlet*. *Diskursus: Jurnal Pendidikan Bahasa Indonesia*, 5(1), 52–65.
- Wibowo, M., Rasyid, Y., & Herlina, H. (2020). *Kepribadian dan Aktualisasi Tokoh Utama Dalam Novel Pasung Jiwa Karya Okky Madasari*. *Syntax Literate ; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(4), 131. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v5i4.1077>
- Widayanti, W., Nusantoro, E., & Kurniawan, K. (2014). *Peningkatan Aktualisasi Diri Sebagai Dampak Layanan Penguasaan Konten*. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 3(2), 24–30. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/ijgc.v3i2.3762>
- Widiana, S. S. F. (2019). *AKTUALISASI DIRI TOKOH UTAMA PADA NOVEL HANOMAN DALAM WIRACARITA RAMAYANA KARYA ZULHAM FAROBI* [Thesis (Undergraduate (S1))]. Universitas Muhamammadiyah Malang.
- Zainsty, A. Y. (2021). *Film Dokumenter sebagai Aktualisasi Diri dari Kelompok Masyarakat Kampung Bojong Nangka – Bekasi*. *Jurnal Seni Nasional Cikini*, 7(1), 41–50. <https://doi.org/10.52969/jsnc.v7i1.118>