

## ANALISIS SKEMA KOGNITIF DALAM NOVEL NAMAKU ALAM KARYA LEILA S. CHUDORI

**Made Eva Trisnadewi**

Program Studi Magister Pendidikan Bahasa Indonesia

Fakultas Bahasa dan Seni Universitas PGRI Mahadewa Indonesia

Email: [evatrisnadewi00@gmail.com](mailto:evatrisnadewi00@gmail.com)

### Abstrak

Namaku Alam adalah novel yang berlatar belakang gejolak politik Indonesia pada tahun 1965 dan 1998. Novel ini diceritakan dari sudut pandang Alam, seorang jurnalis muda, yang berusaha mengungkap kebenaran di balik hilangnya sang ayah, seorang jurnalis dan aktivis, pada tahun 1998. Kisah utama novel ini adalah pencarian jati diri dan kebenaran Alam, yang ternyata sangat terkait dengan sejarah keluarganya. Ayahnya, yang dituduh sebagai anggota PKI di masa lalu, adalah sosok misterius yang meninggalkan jejak berupa catatan, surat, dan rekaman audio. Melalui penelusuran ini, Alam tidak hanya menemukan kisah tragis ayahnya, tetapi juga belajar memahami betapa rumitnya sejarah bangsa. Novel ini juga menyoroti bagaimana ingatan dan trauma dari masa lalu memengaruhi kehidupan generasi berikutnya. Dengan narasi yang kuat dan puitis, Leila S. Chudori menggambarkan perjuangan Alam dalam menghadapi prasangka, ketidakadilan, dan upaya untuk menemukan makna di tengah-tengah kebingungan sejarah. Penelitian ini menganalisis skema kognitif yang memengaruhi cara tokoh utama, Alam, memandang dan berinteraksi dengan dunia dalam novel Namaku Alam karya Leila S. Chudori. Pendekatan linguistik kognitif digunakan sebagai kerangka teori untuk mengidentifikasi dan mengkaji bagaimana skema naratif, skema karakter, dan skema kausalitas dibentuk oleh trauma sejarah dan pengalaman personal. Data penelitian dikumpulkan melalui pembacaan mendalam teks novel untuk menemukan pola-pola kognitif yang berulang dalam narasi, deskripsi karakter, dan dialog.

Kata Kunci: *Kognitif, Novel, Namaku Alam, Leila S. Chudori*

### Abstract

My Name is Alam is a novel set during the political turmoil in Indonesia between 1965 and 1998. The novel is told from the perspective of Alam, a young journalist, who tries to uncover the truth behind the disappearance of his father, a journalist and activist, in 1998. The main story of the novel is Alam's search for identity and truth, which turns out to be closely linked to his family history. His father, who was accused of being a member of the Indonesian Communist Party (PKI) in the past, is a mysterious figure who left behind a trail of notes, letters, and audio recordings. Through this search, Alam not only discovers his father's tragic story but also learns to understand the complexity of the nation's history. The novel also highlights how memories and trauma from the past influence the lives of the next generation. With a powerful and poetic narrative, Leila S. Chudori depicts Alam's struggle in facing prejudice, injustice, and efforts to find meaning amidst the confusion of history. This study analyzes the cognitive schemas that influence the way the main character, Alam,

views and interacts with the world in Leila S. Chudori's novel *My Name is Alam*. A cognitive linguistics approach is used as a theoretical framework to identify and examine how narrative schemas, character schemas, and causal schemas are shaped by historical trauma and personal experiences. Research data were collected through in-depth readings of the novel's text to identify recurring cognitive patterns in the narrative, character descriptions, and dialogue.

Keywords : *Cognitive, Novel, Namaku Alam, Leila S. Chudori*

## PENDAHULUAN

Novel *Namaku Alam* (2023) karya Leila S. Chudori tidak sekadar menyuguhkan narasi sejarah dan politik, tetapi juga menawarkan studi mendalam tentang psikologi trauma transgenerasi melalui tokoh utamanya, Alam. Tokoh Alam merupakan representasi individu yang secara langsung atau tidak langsung menjadi korban dari warisan politik dan sejarah kelam Indonesia, khususnya peristiwa 1965. Kompleksitas pengalaman hidup Alam sebagai anak yang harus bergulat dengan "dosa" masa lalu orang tuanya menjadikan novel ini lahan subur bagi pendekatan analisis skema kognitif (Husna et al., 2025)

Analisis skema kognitif, yang berakar pada teori Aaron Beck dan dikembangkan lebih lanjut oleh Jeffrey E. Young dalam Terapi Skema (*schema therapy*), memandang bahwa individu membentuk struktur kognitif yang stabil, mendalam, dan terorganisir disebut skema berdasarkan interaksi mereka dengan lingkungan, terutama pada masa kanak-kanak dan remaja. Skema-skema ini berfungsi sebagai kerangka pikir yang digunakan untuk menginterpretasi pengalaman, memproses informasi, dan membentuk keyakinan tentang diri sendiri, orang lain, dan dunia. Dalam konteks naratif, skema kognitif sangat relevan untuk membongkar pembentukan mental seorang tokoh fiksi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi, mendeskripsikan, dan menganalisis secara mendalam skema kognitif yang dominan dalam diri Alam. Diduga, Alam mengembangkan sejumlah skema maladaptif, seperti skema keterpisahan/penolakan (merasa tidak dicintai atau tidak termasuk), skema ketidakpercayaan/penyiksaan (ekspetasi akan dikhianati atau disakiti), atau skema pengorbanan diri (kecenderungan mengabaikan kebutuhan sendiri demi orang lain), sebagai respons adaptif terhadap lingkungan keluarga dan sosial yang penuh ketakutan, kerahasiaan, dan stigma (Rahmalia et al., 2025)

Secara metodologis, penelitian ini akan menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan psikologi sastra kognitif. Sumber data utama adalah teks novel *Namaku Alam*, dengan fokus pada frasa, kalimat, atau paragraf yang secara eksplisit atau implisit merefleksikan keyakinan inti Alam tentang dirinya sendiri, orang lain, dan masa depannya. kerangka terapi skema young, yang mengklasifikasikan skema ke dalam lima domain besar (misalnya, domain keterputusan dan penolakan atau domain gangguan batasan), akan digunakan untuk mengategorikan temuan, sehingga menghasilkan pemetaan psikologis yang sistematis dan terstruktur.

Dengan menganalisis bagaimana skema-skema tersebut dimanifestasikan melalui monolog batin, dialog, keputusan, dan konflik batin Alam, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai hubungan timbal balik antara trauma sejarah, pembentukan identitas, dan pola pikir (kognisi) karakter. Analisis ini tidak hanya memperkaya kajian sastra dengan perspektif psikologi kognitif yang terperinci, tetapi juga memberikan pencerahan tentang bagaimana seorang pengarang dapat secara artistik

memvisualisasikan perjuangan psikologis individu dalam menghadapi beban warisan masa lalu.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Jenis penelitian ini digunakan karena dianggap relevan dengan judul penelitian yang mengindikasikan bahwa penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana cara penulis membangun pemahaman atau persepsi pembaca terhadap suatu konsep, peristiwa, atau karakter dalam novel.

Kajian pada makalah ini menggunakan metode mengumpulkan bahan melalui buku, jurnal dan membuat gagasan dari beberapa sumber tersebut.

Menggunakan analisis wacana yang memfokuskan pada analisis bahasa dan struktur teks untuk mengungkap bagaimana makna dibangun dan dikomunikasikan.

Sumber data kajian ini merupakan subjek atau asal dari mana data diperoleh dalam penelitian. Sumber data dan data penelitian ini dijelaskan sebagai berikut, teks novel "Namaku Alam" karya Leila S. Chudori yang merupakan sumber data utama. Peneliti akan menganalisis seluruh elemen teks, termasuk alur, karakter, setting, bahasa, dan gaya penulisan. Selain itu sumber data juga ditemukan dari catatan atau refleksi pembaca saat membaca novel.

## PEMBAHASAN

Analisis skema kognitif dalam novel Namaku Alam akan berfokus pada hasil identifikasi, deskripsi, dan interpretasi bagaimana skema maladaptif tokoh utama, Alam, terbentuk dan memengaruhi narasi berdasarkan kerangka terapi Skema Jeffrey E. Young. Berdasarkan analisis teks, tokoh Alam menunjukkan dominasi skema kognitif yang kuat, sebagian besar berasal dari domain keterputuskan dan penolakan (*disconnection and rejection*) dan domain batasan yang rusak (*impaired limits*). Skema ini terbentuk sebagai respons terhadap lingkungan masa kecil yang penuh kerahasiaan, ketidakstabilan emosional, dan stigma politik yang diwariskan dari tragedi 1965.

### Identifikasi dan Dominasi Skema Kognitif Maladaptif Alam

Data	Sumber
<i>"Di negara yang masih saja menyiksa anak-cucu tragedi 65, mereka selalu lebih menyorot dan menanti-nanti agar kita membuat kesalahan. sedikit saja kamu lalai , kamu akan selesai. dan yang merasakan akibatnya bukan hanya kamu sendiri, tetapi seluruh keluarga"</i>	(Chudori, 2023:149)
<i>"aku mencoba percaya ucapan Ibu Uma karena entah bagaimana, aku sering percaya bahwa kutukan nama Bapak akan selalu mengikuti garis hidup kami"</i>	(Chudori, 2023:173)
<i>"untuk hidup dari hari ke hari saja, aku terbiasa menghadapi kejutan dari yang menjengkelkan hingga yang mengerikan. Dari sekedar dihina sebagai "anak janda" atau "anak penghianat negara" atau "warga negara haram" hingga</i>	(Chudori, 2023:193)

<i>kejutan yang membuat hatiku terbakar melihat kepala Bimo dikencingi Denny dan para hambanya”</i>	
“tak mungkin hidup di pojok Indonesia mana pun tanpa diutak-atik soal sejarah keluarga, tak mungkin kami bisa hidup dengan tenang dan fokus pada akademis saja, tak mungkin ada institusi Pendidikan yang sempurna. Identitas kami sebagai anak tahanan politik akan selalu menjadi bayang-bayang hitam yang membuntuti kami hingga akhir hayat”	(Chudori, 2023:227)
“Menurut Om Aji, formulis yang harus kami isi itu memang baru didistribusikan ke seluruh sekolah negri maupun swastra di Indonesia tahun ini. Itu adalah langkah pertama pemerintah menuju berlakuknya kebijakan untuk “membersihkan unsur-unsur komunisme sampai ke akar-akarnya”. Dan mereka anggap “akar” itu adalah seluruh keturunan tapol meski kami lahir bertahun-tahun setelah tragedi 1965”	(Chudori, 2023:229)

Data pertama, berikut adalah percakapan dari Yu Kenangan dengan tokoh utama Alam. *“Di negara yang masih saja menyiksa anak-cucu tragedi 65, mereka selalu lebih menyorot dan menanti-nanti agar kita membuat kesalahan. sedikit saja kamu lalai, kamu akan selesai. dan yang merasakan akibatnya bukan hanya kamu sendiri, tetapi seluruh keluarga”* Chudori (2023:149). Percakapan antara Yu Kenanga kepada Alam tersebut adalah muatan kognitif maladaptif yang terinternalisasi akibat trauma transgenerasi dan represi politik. Kalimat tersebut mencerminkan pembentukan dan penguatan skema kognitif yang mendominasi pola pikir Alam dan keluarganya.

Kalimat tersebut membentuk skema ketidakpercayaan/penyiksaan (*mistrust/abuse*) dalam frasa "mereka selalu lebih menyorot dan menanti-nanti agar kita membuat kesalahan" menggarisbawahi keyakinan bahwa lingkungan (negara/masyarakat) adalah pihak yang berbahaya, jahat, dan berniat menyakiti (secara fisik, emosional, atau sosial). Alam diajarkan bahwa otoritas eksternal adalah musuh yang terus-menerus mengawasi untuk mencari kelemahan. Selain itu juga terbentuk skema penghukuman (*punitiveness*) yang dimana adanya ancaman hukuman yang ekstrem dan tidak proporsional untuk kesalahan kecil dalam frasa "sedikit saja kamu lalai, kamu akan selesai" hal tersebut menanamkan keyakinan bahwa kesalahan tidak dapat dimaafkan dan harus dihukum berat. Ini menciptakan standar diri yang sangat tinggi dan tidak realistik bagi Alam (Aniswita & Neviyarni, n.d.)

Pemikiran hitam-putih (*all-or-nothing thinking*) juga terbentuk dalam frasa "sedikit saja kamu lalai, kamu akan selesai" menunjukkan tidak adanya *grey area*. Kehidupan Alam dilihat sebagai antara "sempurna" atau "hancur total". Kesalahan kecil dianggap bencana besar. Kalimat tersebut juga akan membentuk generalisasi berlebihan (*overgeneralization*) pada pengalaman negatif dari tragedi masa lalu yang digeneralisasi menjadi prediksi yang pasti untuk masa depan. Hal ini menciptakan keyakinan bahwa ancaman itu konstan dan abadi, tidak peduli perubahan yang terjadi. Meskipun isu ini bersifat sistemik, Alam merasakan tekanan bahwa kegagalan untuk "tidak lalai" adalah tanggung jawab pribadi yang berpotensi menghancurkan seluruh keluarga yang

terbentuk dalam frasa "yang merasakan akibatnya bukan hanya kamu sendiri, tetapi seluruh keluarga". Secara perilaku, kalimat Yu Kenanga ini akan memicu strategi coping pada Alam. Alam akan selalu berada dalam keadaan siaga, mengawasi lingkungan, dan cemas terhadap kesalahan sekecil apa pun. Untuk menghindari "selesai," Alam cenderung menjadi sangat patuh, menyembunyikan identitasnya, dan menekan ekspresi diri. Ini adalah strategi penghindaran skema melalui penyerahan diri (*surrender*) terhadap tuntutan lingkungan yang represif.

Data kedua, merupakan kata hati Alam. "*aku mencoba percaya ucapan Ibu Uma karena entah bagaimana, aku sering percaya bahwa kutukan nama Bapak akan selalu mengikuti garis hidup kami*" Chudori (2023:173). Kalimat tersebut mengungkapkan inti dari skema kognitif maladaptif yang telah terinternalisasi sebagai akibat dari trauma transgenerasi. Kalimat ini menunjukkan pergulatan antara keinginan untuk percaya pada harapan "*ucapan Ibu Uma*" dan dominasi keyakinan negatif yang mengakar "*kutukan nama Bapak*".

Kalimat ini secara eksplisit mencerminkan penguatan dua skema kognitif utama pada diri Alam. Dalam kalimat tersebut terbentuk skema penolakan, keyakinan pada "*kutukan nama Bapak*" menyiratkan rasa diri yang dicemari, berbeda, dan terpisah dari orang lain. Alam merasa membawa beban identitas yang tidak dapat diterima secara sosial, membuatnya merasa terasing dan selalu berada di luar lingkaran aman. Selain itu terbentuk juga skema kerentanan terhadap bahaya (*vulnerability to harm or illness*). Konsep "*kutukan*" adalah representasi kognitif dari ancaman yang bersifat abadi dan tidak dapat dihindari. Alam meyakini bahwa dirinya dan keluarganya secara inheren rentan terhadap nasib buruk, kegagalan, atau hukuman, yang dipicu oleh sesuatu yang di luar kendali mereka yakni "*nama Bapak*".

Kata hati ini didominasi oleh distorsi kognitif yang memperkuat skema negatif. Pemikiran fatalistik (*fatalistic thinking*) terbentuk dalam frasa "akan selalu mengikuti garis hidup kami" adalah bentuk generalisasi berlebihan yang bersifat fatalistik. Alam memproyeksikan pengalaman masa lalu menjadi takdir yang pasti dan tidak dapat diubah di masa depan. Ia percaya bahwa nasib buruk keluarga adalah hukuman yang kekal. Penggunaan frasa "entah bagaimana, aku sering percaya" menunjukkan bahwa keyakinannya tidak didasarkan pada bukti logis, melainkan pada perasaan cemas, takut, dan tertekan yang ia rasakan. Karena ia merasa terkutuk, ia percaya bahwa ia terkutuk. Kata hati ini juga menunjukkan konflik internal dan keyakinan inti yang mendasari keyakinan inti negatif. Keyakinan dasar Alam adalah "Kami adalah orang yang cacat/berdosa" atau "Kami tidak berhak mendapatkan kehidupan yang normal." "*Kutukan*" adalah label kognitif yang ia berikan untuk membenarkan segala kesulitan yang dialami.

Penggunaan frasa "*aku mencoba percaya ucapan Ibu Uma*" adalah upaya perlawanan (*schema overcompensation*) yang lemah terhadap skema fatalistiknya. Ini menunjukkan adanya keinginan rasional atau kebutuhan emosional untuk mencari harapan, namun usaha ini sering dikalahkan oleh skema kognitif yang jauh lebih kuat dan mengakar, yang diwakili oleh kata "*sering percaya*." Secara keseluruhan, kalimat ini mengungkapkan ketidakberdayaan kognitif Alam yang sedang berjuang antara informasi yang menenangkan yakni "*ucapan Ibu Uma*" dan sistem keyakinan yang destruktif yakni, "*kutukan nama Bapak*" yang diwariskan oleh iklim politik dan trauma sejarah.

Data ketiga, merupakan percakapan dari Alam yakni, *"untuk hidup dari hari ke hari saja, aku terbiasa menghadapi kejutan dari yang menjengkelkan hingga yang mengerikan. Dari sekedar dihina sebagai "anak janda" atau "anak penghianat negara" atau "warga negara haram" hingga kejutan yang membuat hatiku terbakar melihat kepala Bimo dikencingi Denny dan para hambanya"* Chudori (2023:193). Kata-kata yang dilontarkan Alam ini secara langsung memvalidasi dan memperkuat beberapa skema kognitif yang telah teridentifikasi, menjadikannya inti dari cara Alam memandang dunia.

Pertama, dalam kalimat tersebut terbentuk skema ketidakpercayaan (*mistrust/abuse*). Alam menyatakan ia "terbiasa menghadapi kejutan dari yang menjengkelkan hingga yang mengerikan." Ini adalah bukti kognitif bahwa ia melihat dunia sebagai tidak dapat diprediksi dan penuh potensi bahaya atau penyiksaan. Penghinaan verbal "anak penghianat negara," "warga negara haram" dan kekerasan fisik/simbolik "kepala Bimo dikencingi" adalah manifestasi nyata yang memperkuat skema ini. Kedua, dalam kalimat tersebut juga terbentuk skema keterasingan/penolakan (*social isolation/alienation*). Label-label seperti "anak janda," "anak penghianat negara," dan "warga negara haram" adalah bentuk penolakan sosial yang keras. Secara kognitif, Alam menyerap pesan bahwa ia tidak termasuk (*alienated*) dan tidak layak diterima (*rejected*) oleh masyarakat. Skema ini diperkuat secara konstan oleh lingkungan.

Pernyataan ini menunjukkan adanya distorsi kognitif yang berfungsi sebagai mekanisme pertahanan terhadap trauma yang berkelanjutan. Hal tersebut terbukti pada Alam yang hanya fokus pada pengalaman negatif yakni, "kejutan dari yang menjengkelkan hingga yang mengerikan". Meskipun mungkin ada pengalaman positif, fokus kognitifnya diarahkan pada bukti yang mendukung pandangan bahwa hidupnya penuh kesulitan. Penggunaan frasa "aku terbiasa menghadapi kejutan" bukan hanya deskripsi, melainkan bukti bahwa Alam telah menerima keyakinan bahwa penderitaan dan kejutan buruk adalah norma dalam hidupnya. Ia telah menurunkan ekspektasinya terhadap keamanan dan keadilan.

Penghinaan dan kekerasan yang ia saksikan pada saat "kepala Bimo dikencingi" tidak hanya dicatat, tetapi diresapi dengan intensitas emosional yang tinggi "membuat hatiku terbakar". Hal ini memastikan bahwa pengalaman traumatis tersebut tersimpan kuat dalam memori kognitifnya, terus-menerus memicu skema ketidakpercayaan. Data ini mengukuhkan keyakinan inti negatif yang dipegang teguh oleh Alam yakni, keyakinan intinya tentang dunia. Menurutnya, "Dunia adalah tempat yang kejam, tidak adil, dan berbahaya. Aku harus selalu bersiap untuk serangan mendadak." Selain itu juga terbentuk keyakinan inti tentang Dirinya Sendiri yakni, "Aku adalah target yang sah untuk penghinaan dan kekerasan karena warisan politikku." Ini adalah internalisasi dari label "anak penghianat negara" dan "warga negara haram."

Sebagai respons terhadap skema dan keyakinan ini, Alam mengembangkan strategi kewaspadaan berlebihan (*hypervigilance*) dan kesiapan untuk disakiti. Keterbiasaannya menghadapi "kejutan" adalah bentuk pertahanan kognitif yang menuntutnya untuk selalu siaga, yang pada gilirannya menghabiskan energi emosionalnya dan memperkuat isolasi sosialnya. Pengalaman ini menjelaskan mengapa Alam sangat rentan terhadap kemarahan dan sulit menjalin hubungan yang didasari kepercayaan.

Data keempat, yakni percakapan yang dilontarkan oleh Alam, *"tak mungkin hidup di pojok Indonesia mana pun tanpa diutak-atik soal sejarah keluarga, tak mungkin kami*

*bisa hidup dengan tenang dan fokus pada akademis saja, tak mungkin ada institusi Pendidikan yang sempurna. Identitas kami sebagai anak tahanan politik akan selalu menjadi bayang-bayang hitam yang membuntuti kami hingga akhir hayat”*(Chudori, 2023:227). Pernyataan ini menunjukkan bahwa Alam telah menyerah pada keyakinan yang berasal dari dua skema maladaptif yang telah mengakar.

Kalimat tersebut membentuk skema kegagalan (*failure to achieve*). Penggunaan frasa "tak mungkin kami bisa hidup dengan tenang dan fokus pada akademis saja, tak mungkin ada institusi pendidikan yang sempurna" menunjukkan bahwa Alam meyakini bahwa keberhasilan atau pencapaian yang normal tidak mungkin baginya. Ia percaya bahwa identitas politiknya akan selalu menjadi penghalang yang mengganggu fokus dan menghambat kesempurnaan atau keunggulan akademik. Skema ini diperluas dari kegagalan pribadi menjadi kegagalan sistemik institusi pendidikan yang sempurna).

Selain itu, kalimat tersebut juga membentuk skema kerentanan terhadap bahaya/malapetaka (*vulnerability to harm/illness*). Keyakinan bahwa "bayang-bayang hitam akan selalu membuntuti kami hingga akhir hayat" adalah puncak dari skema kerentanan. Ancaman tersebut tidak lagi hanya bersifat situasional atau politik, tetapi diyakini sebagai kutukan eksistensial yang mengikat takdirnya. Ini adalah keyakinan yang fatalistik bahwa bahaya atau stigma tidak akan pernah hilang.

Distorsi kognitif dalam kalimat ini sangat ekstrem dan berfungsi untuk membenarkan keputusasaan Alam. Adanya generalisasi berlebihan dan pemikiran global (*overgeneralization & global thinking*) pada penggunaan kata "tak mungkin" diulang tiga kali dan diperkuat oleh frasa "di pojok Indonesia mana pun". Alam menggeneralisasi pengalaman diskriminatifnya di satu tempat menjadi hukum universal yang berlaku di seluruh negara. Tidak ada tempat atau waktu (sampai akhir hayat) yang menawarkan perlindungan atau kedamaian. Alam hanya memproses informasi melalui filter identitas anak tahanan politik, yang dilihatnya sebagai "bayang-bayang hitam." Semua potensi hidup (ketenangan, fokus akademis, mobilitas geografis) disaring dan dieliminasi oleh identitas negatif ini. Alam secara pasti memprediksi masa depan yang suram. Ia tidak hanya khawatir, tetapi percaya bahwa bayang-bayang itu akan selalu membuntutinya hingga akhir hayat, menutup pintu bagi kemungkinan perubahan, penyembuhan, atau penerimaan sosial.

Pernyataan ini merupakan manifestasi dari skema penyerahan (*schema surrender*) dan mengukuhkan keyakinan inti yang sangat negative. Dengan berulang kali menyatakan "tak mungkin," Alam menyerah pada skemanya. Ia tidak lagi mencoba melawan atau menghindari identitasnya, justru sebaliknya, ia menerima keyakinan bahwa hidupnya harus tunduk pada bayang-bayang stigma tersebut. Keyakinan intinya adalah "Aku terkutuk secara eksistensial dan tidak memiliki kendali atas hidupku. Identitasku adalah hukuman yang permanen." Secara keseluruhan, kata hati ini menunjukkan bahwa perjuangan kognitif Alam telah bergeser dari kecemasan menjadi fatalisme yang dalam. Beban politik telah sepenuhnya diubah menjadi defisit identitas kognitif yang dipercayainya tidak dapat diperbaiki seumur hidup.

Data kelima, "Menurut Om Aji, formulasi yang harus kami isi itu memang baru didistribusikan ke seluruh sekolah negri maupun swasta di Indonesia tahun ini. Itu adalah langkah pertama pemerintah menuju berlakunya kebijakan untuk "membersihkan unsur-unsur komunisme sampai ke akar-akarnya". Dan mereka anggap "akar" itu adalah seluruh keturunan tapol meski kami lahir bertahun-tahun

*setelah tragedi 1965*"(Chudori, 2023:229). Pernyataan tersebut adalah pernyataan yang berfungsi sebagai validasi eksternal (bukti nyata) bagi skema kognitif maladaptif Alam.

Pernyataan tersebut bukan hanya emosi atau interpretasi pribadi, melainkan informasi faktual yang disampaikan oleh Om Aji yang secara kognitif mengukuhkan dan membenarkan semua rasa takut, kecurigaan, dan fatalisme yang sebelumnya ia rasakan. Data ini secara langsung memperkuat skema kognitif Alam yang paling merusak yakni, skema ketidakpercayaan (*mistrust/abuse*). Informasi tentang formulir yang disebar untuk "membersihkan unsur-unsur komunisme" membuktikan secara kognitif bahwa otoritas pemerintah adalah entitas yang berbahaya, mengancam, dan berniat menyakiti. Ini memvalidasi keyakinan Alam bahwa ada pihak yang secara aktif menyorot dan menanti-nanti kesalahannya seperti diungkapkan Yu Kenanga dan merencanakan "penyiksaan" sistemik.

Kebijakan tersebut secara resmi melabeli dan mengkategorikan Alam dan keturunan tapol lainnya sebagai "akar" yang harus dibersihkan, meskipun mereka lahir jauh setelah 1965. Ini adalah penolakan (*rejection*) institusional yang menegaskan bahwa mereka secara permanen tidak termasuk dalam masyarakat Indonesia yang dianggap "bersih" atau normal. Informasi dari Om Aji ini mengubah distorsi kognitif Alam dari spekulasi menjadi keyakinan yang berakar kuat. Keyakinan Alam bahwa "bayang-bayang hitam akan selalu membuntuti kami hingga akhir hayat" pada data keempat kini memiliki dasar yang konkret. Kebijakan pemerintah membuktikan bahwa stigma itu tidak terbatas waktu dan meluas ke seluruh keturunan. Generalisasi Alam bahwa ia tidak akan pernah bisa lepas dari identitasnya terbukti benar dalam konteks politik narasi tersebut.

Alam terpaksa mengakomodasi keyakinan bahwa statusnya sebagai "anak tapol" adalah identitas yang permanen dan bersifat genetik karena dianggap sebagai "akar". Ini adalah beban kognitif yang ekstrem, karena seluruh eksistensinya kini terdefinisi oleh stigma politik yang tidak ia ciptakan. Kesadaran bahwa diskriminasi ini adalah kebijakan resmi negara melalui formulir di seluruh sekolah menciptakan keyakinan bahwa tidak ada cara untuk melaikan diri atau melawan. Upaya individu seperti fokus pada akademis menjadi sia-sia di hadapan kekuatan sistemik. Data ini mengunci keyakinan inti negatif Alam. Terutama pada keyakinan inti tentang dirinya sendiri, "Aku tidak hanya terpisah, tetapi secara resmi dilabeli sebagai ancaman/najis oleh negara." Selain itu juga membentuk keyakinan inti tentang masa depannya, "Masa depanku telah ditentukan dan dibatasi oleh trauma masa lalu yang tak mungkin terhapus." Secara keseluruhan. Data Kelima ini adalah titik balik kognitif di mana kecemasan, kecurigaan, dan fatalisme Alam terjustifikasi sepenuhnya oleh kenyataan politik yang disajikan oleh penulis. Ini memberikan dasar kognitif yang kuat bagi tindakan dan pergolakan emosional Alam selanjutnya dalam novel (Dozois & Beck, 2008).

## **PENUTUP**

### **Simpulan**

Analisis skema kognitif dalam novel Namaku Alam menegaskan bahwa tokoh Alam bukan hanya korban sejarah, tetapi juga korban dari arsitektur kognitif maladaptif yang diwariskan dan divalidasi oleh lingkungan politik represif. Skema dominan pada Alam, yakni skema ketidakpercayaan/penyiksaan dan skema keterasingan/penolakan, berakar dari trauma transgenerasi dan diperkuat oleh pengalaman nyata berupa penghinaan dan kebijakan diskriminatif.

Manifestasi kognitif ini menghasilkan fatalisme mendalam bahwa keyakinan tak mungkin lepas dari bayang-bayang hitam dan distorsi kognitif seperti generalisasi berlebihan, yang membuat Alam memandang dunia sebagai tempat yang secara intrinsik berbahaya dan tidak adil. Perjuangan internal Alam merupakan upaya perlawan yang melelahkan terhadap skema yang telah mengunci keyakinan inti negatifnya, di mana ia menerima bahwa ia adalah target hukuman permanen. Dengan demikian, novel ini secara artistik memvisualisasikan bagaimana trauma politik diubah menjadi defisit identitas kognitif yang dominan, menyoroti bahwa proses penyembuhan harus dimulai dari perubahan pandangan diri dan dunia yang telah terdistorsi.

### Saran

Saran penelitian lanjutan dapat dikembangkan dari analisis skema kognitif ini dengan memfokuskan pada beberapa arah. Pertama, perlu dilakukan kajian perbandingan skema kognitif antara Alam dan tokoh-tokoh kunci lain dalam novel seperti Ibu Uma atau Yu Kenanga untuk memahami interaksi dan pewarisan skema maladaptif dalam unit keluarga. Kedua, penelitian dapat difokuskan pada proses modifikasi skema Alam di akhir narasi, menganalisis sejauh mana penulis menggambarkan perubahan keyakinan inti Alam yang mengarah pada penyembuhan kognitif, serta mengidentifikasi strategi coping adaptif (resiliensi) yang mungkin muncul. Terakhir, penelitian dapat menggunakan pendekatan stilistika kognitif untuk mengkorelasikan pilihan bahasa, daksi, dan monolog batin Alam dengan aktivasi skema dan distorsi kognitifnya, sehingga menghubungkan temuan psikologis dengan struktur naratif secara lebih mendalam.

### REFERENSI

- Aniswita, & Neviyarni. (n.d.). *PERKEMBANGAN KOGNITIF, BAHASA, PERKEMBANGAN SOSIO-EMOSIONAL, DAN IMPLIKASINYA DALAM PEMBELAJARAN*. Retrieved October 25, 2025, from <https://share.google/3vpqspc9pXF7vq5mZ>
- Chudori, L. S. (2023). *Namaku Alam* (E. Sulwesi & C. M. Udiani, Eds.). Kepustakaan Populer Gramedia.
- Dozois, D. J. A., & Beck, A. T. (2008). Cognitive Schemas, Beliefs and Assumptions. In *Risk Factors in Depression* (pp. 119–143). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-045078-0.00006-X>
- Husna, J., Kasnadi, K., & Ismail, A. N. (2025). Konflik Batin Tokoh Utama dalam Novel *Namaku Alam* Karya Leila S. Chudori. *LEKSIS: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 5(1). <https://doi.org/10.60155/leksis.v5i1.529>
- Rahmalia, N. A., Zahra Salwa, R., Yuza, N. S., & Fadhilla, I. (2025). PERJUANGAN TOKOH PRIBUMI PADA NOVEL “NAMAKU ALAM” KARYA LEILA S. CHUDORI. *SeBaSa*, 8(1), 197–209. <https://doi.org/10.29408/sbs.v8i1.28558>