

INTISARI

Penelitian ini bertujuan mengungkap faktor penyebab trauma, gejala *Post-Traumatic Stress Disorder*, dan tahapan pemulihan trauma yang dialami tokoh utama dalam novel *Fantazyā* karya Nada Walid Ahmed. Teori penelitian yang digunakan terdiri atas teori struktural untuk mengungkap tokoh utama beserta penokohnya dan teori psikologi sastra untuk memahami kondisi psikologis tokoh utama, dibantu dengan teori pemulihan trauma. Metode penelitian bersifat kualitatif deskriptif dengan teknik analisis isi dan interpretasi tekstual. Data diperoleh melalui pembacaan mendalam dan dikumpulkan menggunakan *spreadsheet*.

Berdasarkan analisis struktural, Farīdah adalah tokoh utama yang pendiam, tertutup, dan minim interaksi sosial. Ia digambarkan sebagai perempuan 23 tahun yang berpendidikan dan gemar menulis, namun secara psikologis cenderung pesimis dan kurang percaya diri karena takut akan penolakan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Farīdah merupakan penyintas PTSD akibat penculikan dan kekerasan fisik di masa kecil, perundungan, serta pengkhianatan dalam hubungan asmara. Gejala yang dialaminya meliputi *hyperarousal*, *intrusion*, dan *constriction*. Upaya penyembuhan yang dilakukan Farīdah mengikuti model tiga tahapan Judith Lewis Herman yaitu tahap *safety* dengan menciptakan ruang aman dan melalui aktivitas seni, kemudian tahap *remembrance and mourning* dengan menunjukkan keberanian menghadapi ingatan buruk dan kemudian memaknai ingatan tersebut sebagai motivasi, dan tahap *reconnection* dengan kembali terlibat dalam hubungan sosial yang sehat, menata karir, dan menemukan tujuan hidup.

Kata Kunci: PTSD, pemulihan trauma, Nada Walid Ahmed

ABSTRACT

This study aims to reveal the factors causing trauma, symptoms of Post-Traumatic Stress Disorder, and stages of trauma recovery experienced by the main character in the novel *Fantaziya* by Nada Walid Ahmed. The research theories used consist of structural theory to reveal the main character and his characterization and literary psychology theory to understand the psychological condition of the main character, assisted by PTSD theory and trauma recovery theory. The research method is descriptive qualitative with content analysis and textual interpretation techniques. Data is obtained through in-depth reading and collected using spreadsheets.

Based on the structural analysis, Farīdah is the main character who is quiet, reserved, and socially withdrawn. She is portrayed as a 23-year-old educated woman who enjoys writing; however, psychologically she tends to be pessimistic and lacks self-confidence due to her fear of rejection. The findings show that Farīdah is a survivor of PTSD caused by childhood kidnapping and physical abuse, bullying, and betrayal in a romantic relationship. The symptoms she experiences include hyperarousal, intrusion, and constriction. Farīdah's healing efforts follow Judith Lewis Herman's three-stage model: the safety stage, which involves creating a safe space and engaging in artistic activities; the remembrance and mourning stage, which involves showing the courage to face bad memories and then interpreting those memories as motivation; and the reconnection stage, which involves re-engaging in healthy social relationships, rebuilding a career, and finding a purpose in life.

Keywords: PTSD, trauma pemulihan, Nada Walid Ahmed

ملخص

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن العوامل المسببة للصدمة، وأعراض اضطراب ما بعد الصدمة، ومراحل التعافي من الصدمة التي مر بها الشخصية الرئيسية في رواية فانتازيا للكاتبة ندى وليد أحمد. وتستند النظريات البحثية المستخدمة إلى النظرية البنيوية للكشف عن الشخصية الرئيسية وتوصيفها، ونظرية النفسية الأدبية لفهم الحالة النفسية للشخصية الرئيسية، بمساعدة نظرية اضطراب ما بعد الصدمة ونظرية التعافي من الصدمة. أما طريقة البحث فهي وصفية نوعية مع تحليل المحتوى وتقنيات تفسير النصوص. يتم الحصول على البيانات من خلال القراءة المتعمقة ويتم جمعها باستخدام جداول البيانات.

بناءً على التحليل البنيوي، تعد فريدة الشخصية الرئيسية، وهي هادئة ومنغلقة ومنسحبة اجتماعياً. تصور كامرأة متعلمة تبلغ من العمر ثلاثاً وعشرين سنة وتحب الكتابة، لكنها من الناحية النفسية تميل إلى التشاؤم وتعاني من ضعف الثقة بالنفس بسبب خوفها من الرفض. وتظهر نتائج البحث أن فريدة ناجية من اضطراب ما بعد الصدمة، الناتج عن اختطاف وعنف جسدي في الطفولة، وتنمر، وخيانة في علاقة عاطفية. ومن أعراض هذا الاضطراب: فرط الاستثارة، والاقتحام، والانقباض. تتبع فريدة في جهودها للشفاء نموذج Judith Lewis Herman المكون من ثلاث مراحل: مرحلة الأمان، التي تتضمن خلق مساحة آمنة والانخراط في أنشطة فنية؛ مرحلة التذكر والحزن، التي تتضمن إظهار الشجاعة لمواجهة الذكريات السيئة ثم تفسير تلك الذكريات كدافع؛ ومرحلة إعادة الاتصال، التي تتضمن العودة إلى العلاقات الاجتماعية الصحية، وإعادة بناء الحياة المهنية، وإيجاد هدف في الحياة.

الكلمة الدليّة: اضطراب ما بعد الصدمة، ندى وليد أحمد.