

Trauma Perempuan pada Film *A Normal Woman* melalui Perspektif Teori Trauma Cathy Caruth

Dinda Aulia¹, Anas Ahmadi²

^{1,2} Universitas Negeri Surabaya

Email: : 24020074028@mhs.unesa.ac.id, anasahmadi@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini membahas tentang representasi trauma perempuan dalam film *A Normal Woman* (2025) karya sutradara Lucky Kuswandi menggunakan teori trauma Cathy Caruth. Film yang mengisahkan tentang tokoh utama Milla, sosialita keluarga Gunawan terpandang yang mengalami ruam misterius dan halusinasi yang memicu ingatan traumatis masa kecilnya sebagai Grace seorang anak yang mengalami kecelakaan cermin dan kemudian wajahnya berubah melalui operasi plastik untuk memenuhi standar kecantikan sesuai yang diinginkan ibunya. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis bentuk representasi trauma melalui tiga konsep utama Caruth *The Unspeakable Event*, *Belatedness*, dan *The Voice of the Wound*, serta menginterpretasikan makna "normal" bagi tokoh utama. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik analisis scene, pencatatan sistematis, dan interpretasi berdasarkan teori trauma Caruth. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *the unspeakable event* termanifestasi melalui ketidakmampuan Milla mengungkapkan trauma secara verbal yang kemudian muncul sebagai ruam di leher simbol suara tidak terungkapkan dan halusinasi darah. Konsep *belatedness* terbukti melalui gap temporal 20 tahun antara kecelakaan masa kecil dan kemunculan gejala trauma di masa kini yang dipicu oleh tekanan standar kecantikan patriarkal. Adapun *the voice of the wound* terrepresentasi melalui tindakan self-harm kompulsif Milla yang mencakar wajah dan lehernya sendiri sebagai cara tubuh berbicara ketika kata-kata gagal terucapkan. Trauma yang dialami akan muncul melalui rasa gatal ruam karena terdapat trigger tentang standar kecantikan, perubahan identitas, dan penekanan lainnya. Penelitian ini mengungkap bahwa makna "normal" bagi Milla adalah paradoks yang menyakitkan: kehidupan sebagai identitas palsu yang sempurna sambil menekan trauma dan menyangkal diri sejati (Grace). Film ini mengkritik bagaimana konstruksi "normalitas" perempuan dalam struktur patriarki Indonesia menuntut pengorbanan identitas autentik demi memenuhi ekspektasi kecantikan dan kesempurnaan. Penelitian ini memberikan kontribusi sebagai studi pertama yang secara sistematis mengaplikasikan teori Caruth dalam menganalisis film Indonesia kontemporer, membuktikan bahwa medium sinematik memiliki kekuatan unik dalam merepresentasikan trauma yang "tidak dapat dikatakan" melalui bahasa visual dan naratif yang terfragmentasi.

Kata Kunci: Trauma, Perempuan, Film



PENDAHULUAN

Trauma adalah pengalaman psikologis yang cukup mendalam dan kompleks yang dapat berdampak signifikan pada kehidupan seseorang. Trauma kerap mengganggu hubungan antar interpersonal dalam diri seseorang, yang menyebabkan kesulitan dalam menaruh kepercayaan, empati, dan masa depan. Hal ini yang memicu isolasi sosial, masalah komunikasi, dan penarikan diri (Dowgwillo & Ruchensky, 2024). Sebagai respons terhadap peristiwa yang mengancam atau menyakitkan, trauma tidak hanya meninggalkan bekas dalam ingatan tetapi juga mengubah cara seseorang memandang diri sendiri, orang lain, dan dunia di sekitarnya serta bagaimana mereka bersikap setelah kejadian yang mengakibatkan traumatis. Setiap individu merespons pengalaman traumatis secara berbeda, tergantung pada kondisi kognitif, mental, dan emosional mereka (Rendón-Luna et al., 2024). Perbedaan keragaman respons ini menjadikan trauma sebagai fenomena yang sangat personal namun universal dalam pengalaman hidup manusia. Trauma adalah respon emosional yang diberikan oleh seseorang atas kejadian buruk yang menimpa dalam hidupnya (American Psychological Association, 2020). Trauma menjadi hal yang familiar terjadi di kalangan masyarakat karena, pada hakikatnya kehidupan manusia tidak luput dari masalah dan gesekan sosial yang terjadi di dalamnya.

Perempuan merupakan makhluk sosial yang memiliki eksistensi sesuatu yang mengharukan, karena perempuan banyak terjebak di dalam jurang abadi baik itu fisik, mental dan emosional (Syah et al., 2021). Perempuan menjadi benteng utama dalam sebuah keluarga maka dari itu peranan perempuan tidak dapat diremehkan dalam keluarga (Zahrok & Suarmini, 2018). Karena dominannya peran perempuan dalam sebuah kehidupan bahkan keluarga, menjadikan perempuan memiliki banyak celah untuk dapat terluka karena gesekan-gesekan yang ada di dalam keluarga. Perempuan dituntut untuk menjadi sempurna untuk suami, anak, bahkan keluarga besar. Hal ini yang menjadikan perempuan menjadi trauma karena beberapa hal yang terjadi di dalam hidup mereka. Perempuan sebagai seorang yang memiliki martabat kemanusiaan yang harus dihormati, dilindungi, dan dipenuhi haknya (Jamil, 2021). Perempuan merupakan makhluk yang emosional, penyayang, dan pemelihara (Mijianti et al., 2022).

Dalam konteks kehidupan sosial, trauma seringkali muncul dari interaksi interpersonal yang kompleks. Ironisnya, sumber trauma seringkali berasal dari lingkaran terdekat seseorang seperti keluarga, teman, atau pasangan. Kedekatan emosional, yang seharusnya menjadi sumber dukungan, justru dapat berubah menjadi gejala ketika pemikiran, perspektif, ego, dan tujuan hidup yang berbeda berbenturan (Aeby et al., 2020). Karena pada dasarnya hubungan dekat juga membawa potensi risiko, terutama jika terdapat konflik, kontrol, atau trauma perilaku mengontrol, dan konflik interpersonal dapat meningkatkan risiko distress emosional, self-harm, dan kekerasan fisik/psikologis (Pudelko et al., 2025). Semakin dekat hubungan antar individu, semakin besar potensi terjadinya saling menyakiti, dan akibatnya, semakin dalam luka trauma yang ditinggalkan

(Goff et al., 2006). Dinamika hubungan yang tegang ini seringkali mengakibatkan seseorang kehilangan arah hidupnya khususnya perempuan, mengalami disorientasi identitas atau krisis identitas, dan kesulitan membangun kepercayaan dengan orang lain yang ditemuinya.

Dalam sastra kita dapat mengeksplorasi banyak hal termasuk film. Film menjadi salah satu media yang banyak digemari masyarakat Indonesia. Film disampaikan dengan menggunakan bahasa visual dan verbal (Sudarisman, 2016). Dalam film muncul banyak aspek naratif serta figuratif yang membuat cerita sangat hidup, bahasa visual yang terdapat dalam sebuah film menjadi menarik untuk dibahas melalui genre sastra. Film adalah media komunikasi massa yang mampu menjelaskan dan mengkonstruksi realitas sosial yang terjadi dalam masyarakat. Film dapat menampilkan potret kenyataan dalam bentuk simbolik yang mempunyai makna, pesan, dan nilai estetikanya (Novianti et al., 2022). Film merupakan salah satu sarana terbaik untuk menampilkan sebuah karya, dalam film penonton tidak hanya membaca bahkan dapat melihat secara audiovisual setiap adegan yang ditampilkan, bahkan pada film penonton dapat mengamati adegan yang tersirat melalui akting yang diperankan atau latar yang disajikan. Dengan menonton film seseorang dapat lebih memahami psikologi atau konteks psikologi melalui perilaku dan proses mental yang dimunculkan para tokoh (Ahmadi, n.d.). Saat mengamati film kita secara otomatis dapat menganalisis setiap kejadian yang terjadi di dalamnya, meskipun tidak secara mendalam, namun alam bawah sadar kita akan menyadari beberapa kejadian yang dapat kita teliti sebagai kajian, Dalam film *A Normal Woman* kita dapat menganalisis sesuatu yang berhubungan dengan trauma, spesifikasinya ada pada trauma perempuan, karena konflik yang dialami oleh tokoh utama "Milla" pada film *A Normal Woman* amat sangat menarik untuk diteliti dan dianalisis dalam perspektif trauma perempuan. Studi psikologi sastra menjadi sebuah bidang studi yang melibatkan kemampuan seseorang menafsirkan seseorang dalam psikologis (Anas Ahmadi, 2015: 17). Psikologi menjadi ilmu yang menggali psike manusia baik secara sadar maupun tidak sadar (Ahmadi Anas, 2023: 42).

Film *A Normal Woman* menampilkan banyak aspek yang menjadikan sebuah trauma masa lalu kembali muncul pada tokoh Milla. Seperti patriarki yang digambarkan oleh suaminya. Patriarki merupakan suatu kesenjangan antara kaum laki-laki dan perempuan (Halizah & Faralita, 2023). Kesenjangan patriarki terjadi di dalam lingkungan keluarga, rumah tangga, dan juga budaya masyarakat (Israpil, 2017). Sang suami dari tokoh utama yang mendulang kesuksesan begitu besar serta ibu mertua tokoh utama yang begitu mengagungkan budaya patriarki menjadi salah satu faktor tokoh utama Milla merasa tertekan dalam kehidupannya. Budaya patriarki memang masih sangat lazim di Indonesia dimana laki-laki begitu diagungkan daripada perempuan. Persamaan gender yang sering diwacanakan berbeda dengan implementasi di lapangan bahwa perempuan masih menduduki posisi kedua dalam masyarakat Indonesia (Octaviani et al., 2022). Selain budaya patriarki juga terdapat standar kecantikan yang tinggi dalam keluarga konglomerat ini. Ibu mertua dari tokoh utama selalu memasang standar kecantikan yang begitu tinggi kepada menantu dan

cucunya hingga memaksa melakukan hal yang tidak seharusnya dilakukan anak remaja yakni operasi plastik demi memenuhi standar kecantikan masyarakat. Body Shame merupakan perasaan sadar diri seseorang yang dihasilkan dari persepsi mengenai kegagalan untuk memiliki tubuh sesuai standar tubuh ideal di lingkungannya (Muti'ah & Fitniwilis, 2023). Naomi Wolf (2002) mengatakan bahwa perempuan rela menderita dengan melakukan diet dan menghabiskan banyak waktu dan materi untuk merawat tubuh agar langsing, indah dan cantik selayaknya tuntutan media.

Tuntutan dari keluarga dan lingkungan sosial inilah yang membuat tokoh utama Milla semakin terpuruk dan memicu stress yang berlebihan dan memunculkan trauma yang telah lama terpendam. Stress merupakan suatu kondisi perasaan manusia yang terbebani ketika suatu masalah tidak dapat ditanggung seorang diri (Ulfa L, 2020). Salah satu pemicu stress adalah hubungan antara individu, masyarakat, atau keluarga yang kurang harmonis (Nurhalisa et al., 2022). Stress merupakan suatu proses yang tidak terjadi dalam sekejap namun juga mempengaruhi masa lalu (Marpaung, 2016). Stress dapat disebabkan oleh trauma atau permasalahan kehidupan yang tak kunjung mampu memecahkan sehingga mengganggu aktivitas (Payne & Crane-Godreau, 2015). Stress yang dialami oleh tokoh utama disebabkan oleh tekanan keluarga. banyaknya sumber lingkungan yang mempengaruhi manusia pengaruh lingkungan kepada manusia (Karya et al., n.d.). Stress inilah yang memicu munculnya trauma masa lalu yang disebabkan karena pembullying terhadap fisik tokoh utama. Bullying suatu perilaku agresi yang dilakukan secara berulang-ulang untuk menyakiti seseorang secara fisik, verbal, maupun psikologis dengan maksud untuk menyakiti seseorang (Yandri et al., 2013). Bullying salah satu masalah sosial yang menekan satu pihak untuk memberikan keuntungan ataupun kepuasan hati pada pihak yang merasa lebih kuat (Fithriyana, 2018). Milla menjadi merupakan seorang victim, victim yakni seseorang yang menjadi korban dari tindakan pembullying (Nugroho & Adiyanti, 2011). Tokoh utama mengalami jenis pembullying verbal yang mengarah pada fisiknya dirasa lingkungan sosial, fisik dari tokoh utama pada saat masa kecil tidak sesuai dengan standar kecantikan. Bullying verbal adalah bullying yang dapat didengar. Contoh bullying verbal yaitu mengancam, memberikan julukan, mengejek, menyebarkan gosip dan menyoraki (Nur et al., 2022). Hal-hal yang terjadi di masa lalu tokoh utama menjadi salah satu memori kompleks yang memunculkan trauma seperti digambarkan pada film.

A Normal Woman adalah film drama psikologis Indonesia yang dirilis pada 24 Juli 2025 di Netflix, mengisahkan tentang Milla, seorang wanita sosialita berusia 36 tahun yang hidup sebagai ibu rumah tangga dari seorang suami kaya raya yang patuh bersama suaminya Jonathan, seorang pengusaha sukses yang tinggal di Jakarta. Kehidupan Milla yang tampak sempurna mulai runtuh ketika ia mengalami penyakit misterius yang menyebabkan ruam pada kulitnya khususnya pada bagian terpenting dalam hidupnya yakni wajahnya, disertai dengan halusinasi dan kilas balik masa lalu yang mengganggu pemikiran dan otaknya karena ia tidak dapat mengingat apapun yang

terjadi di masa lalu. Milla hidup di bawah kendali ibu mertuanya Liliana yang perfeksionis dan terobsesi dengan citra keluarga, di mana ia tidak memiliki identitas sebagai perempuan dan hanya berfungsi sebagai pelayan bagi keluarga. Milla yang tidak memiliki ingatan masa kecilnya mulai mengalami visi berulang tentang seorang gadis bernama Grace, dan dengan bantuan putrinya Angel serta Erika seorang penata rias yang mengenalinya sebagai seseorang dari masa lalu Milla mulai menyatukan potongan-potongan rahasia yang telah lama ia tekan. Film ini mengeksplorasi tema trauma masa kecil yang terkubur, krisis identitas, dan tekanan sosial terhadap perempuan untuk tampil sempurna dalam masyarakat yang sangat mengkodifikasi norma sosial. Film ini juga membahas tentang kecantikan, harga diri, dan dampak psikologis dari ekspektasi standar kecantikan yang tinggi sehingga membuat efek trauma yang semakin serius dan sulit untuk diungkap. Film ini disutradarai oleh Lucky Kuswandi dan dibintangi oleh Marissa Anita sebagai Milla, Dion Wiyoko sebagai Jonathan, dan Gisella Anastasia. Masalah yang kompleks di masa lalu menjadikan film ini menarik untuk dianalisis dalam sisi trauma perempuan melalui pendekatan semiotik.

Representasi trauma perempuan dalam film *A Normal Woman* menarik untuk dianalisis menggunakan teori Cathy Caruth, dalam teori ini Caruth (1995) menjelaskan trauma digambarkan sebagai peristiwa luar biasa atau bencana yang datang secara tiba-tiba dalam respon yang terhambat dan ditandai dengan halusinasi yang berulang. Dalam teori ini merevolusi cara memahami representasi sebuah trauma dalam sastra, budaya, film. Trauma bukanlah sekedar peristiwa yang buruk dialami oleh individu khususnya perempuan tetapi tentang sebuah pengalaman yang gagal dialami sepenuhnya pada saat kejadian tersebut terjadi (Caruth, 1996). Konsep utama yang menjadi sebuah kunci dalam teori ini adalah:

1. *The Unspeakable Event* (peristiwa yang tidak diujarkan atau dikatakan)

Karena peristiwa yang dialami oleh individu tersebut sangat mengerikan, hal ini menyebabkan individu tidak dapat mengungkapkan apa yang ia rasakan dan tidak dapat diintegrasikan kepada kesadaran pada saat peristiwa terjadi.

2. *Belatedness* (keterlambatan) dan *Repetition Compulsion* (pengulangan kompulsif)

Trauma tidak dialami pada saat kejadian, tetapi datang terlambat melalui pengulangan yang tidak terkendali di dalam pikiran, karena peristiwa tersebut tidak selesai.

3. *The Voice Of The Wound* (suara dari luka)

Narasi korban tentang trauma menjadi kebenaran trauma yang tersembunyi, karena cerita yang sudah rusak adalah sebuah representasi yang paling akurat dari pengalaman psikis.

Dari Film dan teori tersebut peneliti ingin mengungkap beberapa hal dalam film *A Normal Woman* yakni. ¹ Bagaimana bentuk konsep *The Unspeakable Event, Belatedness, The Voice Of The Wound* ditampilkan dalam film *A Normal Woman*?. ² Bagaimana makna "normal" bagi pemeran utama pada film *A Normal Woman*. Berdasarkan hal tersebut penelitian ini memiliki tujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis bentuk tampilan dari konsep *The Unspeakable Event, Belatedness, The Voice Of The Wound* dalam film *A Normal Woman* dan Menginterpretasikan serta mengungkap makna "normal" bagi pemeran utama dalam film *A Normal Woman*. Belum adanya penelitian yang secara spesifik mengaplikasikan kerangka teori trauma oleh Cathy Caruth yang berfokus pada konsep *The Unspeakable Event, Belatedness, dan The Voice of The Wound* untuk membedah representasi psikologis perempuan dalam film ini. Mayoritas analisis lebih bersifat umum atau menggunakan pendekatan psikologi yang lebih konvensional, sehingga belum menyentuh paradoks "pengalaman yang tak teralami" dan "narasi yang terfragmentasi" yang menjadi inti teori Caruth.

1. Sari & Pratama (2021) dalam "Representasi Trauma Perempuan Korban Kekerasan dalam Film 'Marlina si Pembunuh dalam Empat Babak'" di Jurnal Studi Media menganalisis aspek sosiologis trauma perempuan. Penelitian ini fokus pada dimensi sosial-kultural trauma tanpa pendekatan teori trauma yang spesifik karena menggunakan perspektif sosiologis. Kesenjangan yang dapat saya isi dalam penelitian saya adalah pendekatan teori trauma yang sistematis dengan konsep-konsep teori Caruth.
2. Prasetyo (2020) dalam artikel "Analisis Trauma Psikologis Tokoh Utama dalam Film 'Yuni' karya Sutradara Kamila Andini" yang terbit di Jurnal Ilmu Komunikasi mengkaji representasi trauma dengan pendekatan psikoanalisis Freud. Hasil penelitian menunjukkan bahwa trauma direpresentasikan melalui simbol-simbol visual dan dialog tersirat. Perbedaan yang ada pada penelitian ini adalah penggunaan teori Freud yang lebih tradisional dan terdahulu, sedangkan penelitian saya menggunakan teori Cathy Caruth yang lebih spesifik pada suatu aspek yakni "yang tak terkatakan".
3. Wulandari & Prasanti (2020) menganalisis representasi trauma perempuan korban kekerasan seksual dalam film *Marlina* menggunakan analisis semiotika Roland Barthes. Penelitian ini fokus pada tanda-tanda visual dan makna denotatif-konotatif dalam representasi trauma. Kesenjangan yang dapat diisi dalam penelitian saya adalah pendekatan teori trauma Cathy Caruth yang lebih spesifik membahas aspek *belatedness* (keterlambatan) dan *unspeakability* (yang tak terkatakan) dari trauma, bukan hanya sistem tanda visual semata.
4. Pertiwi (2019) mengkaji trauma psikologis dan proses resiliensi perempuan melalui analisis naratif struktural. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi digambarkan melalui

tahapan-tahapan pemulihan tokoh. Perbedaan yang ada pada penelitian ini adalah fokus pada aspek resiliensi dan pemulihan, sedangkan penelitian saya menggunakan teori Cathy Caruth yang menekankan pada dimensi trauma sebagai pengalaman yang berulang (repetition) dan tidak dapat sepenuhnya diintegrasikan ke dalam narasi linear kesadaran.

5. Saraswati & Budiman (2021) menggunakan analisis wacana kritis Norman Fairclough untuk mengeksplorasi konstruksi narasi trauma perempuan dalam film Indonesia. Penelitian ini menekankan pada relasi kuasa dan ideologi gender dalam representasi trauma. Kesenjangan yang dapat saya isi dalam penelitian saya adalah penggunaan teori trauma Cathy Caruth yang secara khusus membahas mekanisme psikologis trauma seperti latency (latensi) dan traumatic awakening, yang memberikan pemahaman lebih mendalam tentang bagaimana trauma bekerja secara internal pada subjek, bukan hanya sebagai konstruksi wacana eksternal.

Penelitian ini dikembangkan agar dapat mengisi kekosongan penggunaan teori Cathy Caruth dalam kajian sastra khususnya film Indonesia, serta memberikan pandangan yang baru dalam memaknai sebuah karya.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif. Penelitian kualitatif memiliki sebuah tujuan untuk memahami realitas yang terjadi secara apa adanya bukan seharusnya (Murdiyanto, 2020). Metode kualitatif merupakan sebuah pemahaman secara menyeluruh pada objek penelitian yang datanya dikumpulkan dalam bentuk narasi, observasi, wawancara, dan dianalisis secara mendalam untuk menemukan makna dalam objek observasi (Yusanto, 2020). Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bersifat interpretatif, dan pemaparannya berbentuk penarasian dan pendeskripsian data (Ahmadi, 2019). Dalam penelitian kualitatif dikenal teknik pengumpulan data dengan menggunakan observasi atau analisis, wawancara, dokumentasi, dan triangulasi (Maulida, 2020). Terdapat beberapa teknik dalam penelitian film, yang pertama merupakan fase analisis objek secara mendalam untuk menemukan makna, tanda, simbol, yang dapat merepresentasikan sebagai trauma perempuan sesuai dengan teori Cathy Caruth, yang kedua adalah teknik pencatatan yang dilakukan untuk memberikan data yang akurat sehingga representasi yang ditemukan dapat dianalisis dengan baik, yang ketiga adalah mengaitkan data dengan teori yang telah ada mengenai trauma pada perempuan, lalu menyajikan data. penyajian data yang sistematis dan jelas sangat penting untuk memastikan bahwa informasi dipahami dengan baik dan mendukung tujuan analisis yang diinginkan (Nurhaswinda et al., 2025). Dalam menyajikan data digunakan penyajian secara visual berupa ditampilkannya scene dari film yang merepresentasikan sebuah trauma dan disajikan data analisis yang dapat memperkuat temuan dari film.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah melalui proses analisis yang dilakukan pada film *A Normal Woman* secara berulang dan menerapkan konsep Cathy Caruth *The Unspeakable Event*, *Belatedness*, dan *The Voice of The Wound* sebagai berikut:

1. *The Unspeakable Event*

The unspeakable event didefinisikan sebagai trauma yang tidak terungkap atau tidak dapat dikatakan sehingga trauma dimanifestasikan melalui cara lain. Konsep ini diwujudkan ke dalam film dalam bentuk lompatan adegan pada saat momen traumatis terjadi, bayangan, reaksi emosional, suara berdengung, derau yang merepresentasikan kondisi psikis korban. Setelah hasil analisis yang dilakukan muncul beberapa temuan yang merepresentasikan trauma perempuan melalui konsep *The Unspeakable Event* oleh Cathy Caruth.

A. SCENE 1 (06.47) ADEGAN SAAT WAWANCARA BERSAMA SAMPUL MAJALAH KELUARGA

Dialog:

Pewawancara: "Pak Jonathan bagaimana perasaan anda untuk menjadi sampul majalah keluarga tahun ini?"

Jonathan : "Saya bangga, saya tidak tumbuh dengan privilege, ini semua hasil kerja keras saya"

Pewawancara: "Mungkin bisa bercerita bagaimana bapak dan keluarga bisa sampai di titik ini"

Jonathan : "Semua dari akarnya ya, saya tidak bisa menjadi seperti ini kalau bukan karena ibu saya"

Pewawancara: "Jika saya bisa berkata, anda punya keluarga yang sangat sempurna, dan istri yang sangat cantik, ketemunya gimana pak?"

Jonathan : "Pertama kali saya bertemu dia, mendekorasi gereja dengan sangat cantik, saya tahu dia akan menjadi istri yang sempurna"

Jonathan : "Yaa, meskipun saat itu dia sangat sederhana sekali ya, tetapi di keluarga kami tidak memperlakukan itu, saya melihat potensi darinya"

Milla : Milla dengan tatapan mata yang kebingungan naik turun, senyumnya yang seolah ingin mengungkapkan sesuatu sembari menelan ludah berkali-kali.

Pewawancara: "Dan bu Milla bagaimana rasanya memiliki semua yang wanita impikan"

Milla : "Saya bersyukur, ini segalanya untuk saya" sembari senyum tipis canggung.

Analisis:

Pada adegan tersebut menunjukkan silence sebagai trauma pada teori Caruth mengungkap ketidakmampuan untuk bersaksi merupakan satu ciri trauma yang tidak diberi kesempatan untuk bersaksi tentang apa yang terjadi di dalam hidupnya. Milla harus menunjukkan bahwasannya dia adalah istri yang sempurna dengan menyembunyikan luka dibalik senyumannya ia tidak bisa mengungkapkan "ini tidak sesuai dengan kehidupanku" karena identitasnya telah menjadi branding untuk keluarganya terutama suaminya yang sudah mengkonstruksikan Milla sebagai istri yang sempurna.

B. SCENE 2 (14:56) KEMUNCULAN RUAM PERTAMA SETELAH ANGEL DIMINTA UNTUK OPERASI PLASTIK

Milla : "Apa yang terjadi Anggie?"

Angel : "Tidak apa-apa tinggalkan aku sendiri" sembari memegang handphone ia melihat komentar netizen di sosial media yang mengejeknya jelek, dan bukan anak dari Milla dan Jonathan karena fisiknya.

Milla : "Berikan Hp nya kepada mama" Milla melihat Angie yang membuat kreativitas tas di sosial media lalu kolom komentar yang penuh hujatan kepada fisik anaknya.

Milla : "Kamu gadis kuat dan berbakat kamu lebih dari komentar bodoh itu"

Angel : menghela nafas sembari menunjukkan hp "Oma nyaranin ini buat aku" menunjukkan foto operasi plastik

Milla : "Gak... No...No..."

Angel : "Aku cuma ingin merasa cantik"

Milla : Pergi ke hadapan mama mertuanya dan berkata "Aku tidak setuju ma, Angel masih terlalu kecil untuk operasi plastik"

Liliana : Menunjukkan kepada Milla komentar yang menghujat Angel "kamu ga kasian sama anak kamu sendiri?"

Milla : Milla bernafas berat dan kembali ke kamar sembari terpontang-panting tubuhnya, merasakan kepanikan, serta muncul rasa gatal di lehernya, ia terus menggaruk hingga muncul ruam-ruam merah dan berdarah saat ia melihat lehernya.

Analisis:

Saat Liliana menyarankan operasi plastik pada Angel hal ini memunculkan trigger bagi Milla, Ruam leher yang muncul pada Milla merepresentasikan fisik dari trauma yang tidak bisa diucapkan, sesuai teori Caruth "trauma menolak representasi sederhana" sehingga muncul melalui tubuh ketika bahasa gagal diucapkan. Ruam yang muncul di leher juga merepresentasikan sebagai suara yang tertahan, ketidakmampuan bicara

tentang penderitaan yang dialami oleh Milla. Trigger yang dilalui karena Liliana yang meminta Angel untuk operasi plastik menjadi momen yang sangat krusial, ini memicu ingatan yang terpendam bahwa Milla adalah hasil operasi plastik yang tidak ia minta, sehingga memunculkan trauma masa lalu.

C. SCENE 3 (20:43) HALUSINASI MILLA MUNCULNYA DARAH

Saat sedang pertemuan dengan para teman-teman Jonathan dan Milla. Ia merasa tidak nyaman dan gatal di bagian lehernya.

Milla : "Menggaruk-garuk lehernya tanpa henti"

Jonathan : "Milla...Milla" sembari menunjuk leher Milla yang penuh darah

Milla segera bergegas ke kamar mandi, dan pada saat ia mencuci tangannya yang terkena darah, tiba-tiba air yang keluar berubah menjadi darah.

Milla : Milla berteriak histeris "darah....darah...."

Jonathan : "Milla tenang, ga ada darah, ga ada darah"

Analisis:

Pada adegan tersebut Milla mengalami halusinasi bahwa terdapat darah, darah disimbolkan sebagai kecelakaan di masa lalu yang dialami Milla, trauma muncul melalui halusinasi sensorik yang ekstrem dengan cara yang tidak terduga yakni keluarnya darah dari kran air. Ketidakpercayaan Jonathan dengan mengatakan "gaada darah, ga ada darah" merupakan bentuk gashlighting yang memperburuk trauma Milla. Karena ketika korban trauma merasa tidak dipercaya, peristiwa traumatis menjadi semakin unspeakable karena tidak ada seorangpun yang mempercayainya. Milla sendiri merasa yakin dan tidak yakin dengan apa yang ia alami, hal ini menunjukkan split seperti konsep Caruth, yakni split dalam kesadaran antara apa yang korban alami dan apa yang korban pahami.

2. Belatedness

Belatedness merupakan suatu bentuk keterlambatan respon atas trauma yang dialami, konsep *belatedness* diwujudkan atau dapat direpresentasikan dengan trigger yang muncul menggunakan suara, visual, atau bau yang mengaktifkan memori trauma. Caruth menjelaskan bahwasannya trauma yang dialami tidak sepenuhnya pada saat kejadian, tetapi muncul secara tertunda melalui pengulangan atau flashback.

A. SCENE 1 (44:33) FLASHBACK MASA KECIL SAAT MILLA PEMBAPTISAN

Pendeta : "Dengan perantara kristus, kami sucikan kembali jiwa yang ternodai iblis, kami pulangkan anak domba Allah yang tersesat, aku membaptis engkau dengan air tapi dia membaptis engkau dengan roh kudus" Pendeta menenggelamkan Milla ke dalam kolam.

Milla : terengah-engah, dan penglihatan samar ia berusaha naik ke air, dan otaknya memulai flashback saat pertama kali ia membuka mata pasca operasi plastik.
Milla : "Mami...mami apain Grace"
Pendeta : "tuhan lepaskanlah jiwa ini"
Angel : "MOMMM....MOMMM" berusaha menarik Milla untuk naik dari kolam dan membawanya ke kamarnya"
Angel : "Mom.. apa yang sebenarnya terjadi padamu"
Milla : "Aku tidak tau...."
Angel : "Katakan kepadaku"
Milla : "Mama merasa ada yang hilang dari diri mama"

Analisis:

Moment pada saat ia berada di bawah air dan tersadar akan dirinya di masa lalu dan menghubungkan dirinya dengan Grace ini merupakan "belated understanding" keterlambatan pemahaman setelah trauma terjadi dan perlahan ia mulai menemukan dirinya yang sebenarnya.

B. SCENE 2 (1:12:23) FLASHBACK KECELAKAAN CERMIN MILLA (GRACE KECIL)

Milla : berjalan di lorong rumahnya dan melihat suami, ibu, dan ibu mertuanya
Liliana : "Kamu ga usah ngelak lagi, erica sudah cerita semuanya"
Novi : "Dia itu perempuan pembohong"
Liliana : "Terus kamu dan anak kamu bukan?"
Liliana : " Bukan soal kecelakaan anak kamu, tapi soal kamu yang mau hidup enak dan masuk keluarga ini dengan tidak jujur"
Novi : "Tapi itu bukan hal yang harus diceritakan, Milla hanya gadis malang yang kena musibah ci, dan saya selalu bersyukur anak saya diterima di keluarga ini"
Jonathan : "Cukup"
Liliana : "Keluar dan jangan pernah kembali lagi ke rumah ini"
Milla : Milla yang mendengar hal tersebut otaknya langsung berputar dan memproses apa yang pernah terjadi padanya di masa lalu dan mulai flashback. Dalam flashback, kita melihat Grace kecil (Milla masa kecil) yang ingin memakai bandana bunga untuk ke gereja. Ibunya, Novi, menghina Grace, mengatakan dia jelek dan bandana tidak akan membuatnya cantik. Grace sedih dan melamun. Saat dia berdiri di jalanan, dua orang pekerja membawa cermin besar melintas. Grace menatap refleksinya di cermin, mempertanyakan kata-kata ibunya. Tiba-tiba cermin jatuh, menghantam Grace, dan pecahan kaca menusuk wajahnya hingga penuh darah.

Analisis:

Pada saat kecelakaan terjadi, Grace mengalami shock dan traumatis sehingga ia kehilangan memorinya atau amnesia, Grace tidak bisa memproses pada saat trauma terjadi, sehingga kejadian tersebut tertunda dalam psikisnya, Gap yang terjadi kecelakaan 20 tahun yang lalu dan muncul saat dewasa dan menikah merupakan bentuk belatedness trauma tidak muncul saat cermin menimpa wajahnya, tetapi ketika Milla menghadapi tekanan standar kecantikan dan kehilangan identitas dirinya yang sebenarnya karena branding istri yang cantik dan keluarga yang sempurna. Hal ini berhubungan pada saat Liliana menyuruh Angel untuk operasi plastik yang membuat trauma masa lalu kembali dalam bentuk ruam, halusinasi, dan fragmen memori.

3. The Voice of The Wound

The Voice of The Wound yang mengacu pada cara individu berbicara pasca trauma melalui gejala pengulangan, hal ini direpresentasikan melalui dialog atau cara berbicara yang terputus-putus, reaksi fisik seperti kepanikan atau kelumpuhan emosional. Trauma berbicara melalui sebuah gejala bukan narasi yang koheren.

A. SCENE MILLA MENCAKAR-CAKAR DAN MENGGARUK KULITNYA SENDIRI

Sepanjang film, ada *multiple scenes* di mana Milla *compulsively* mencakar leher dan wajahnya sendiri. Awalnya subtle, kemudian semakin violent. Kulitnya berdarah, meninggalkan bekas luka. Orang-orang di sekitarnya (Jonathan, Liliana) menyuruhnya berhenti, tetapi Milla seperti tidak bisa mengontrol dirinya. Semakin ia stres, semakin brutal ia mencakar dirinya

Analisis:

Menurut Caruth trauma bisa berbicara melalui respons tubuh, dan tidak bisa diungkapkan dengan kata-kata, tindakan Milla yang menunjukkan ia mencakar leher dan wajahnya adalah literal dari Voice Of The Wound, luka yang ada pada tubuhnya lah yang berbicara mengkomunikasikan rasa sakit yang tidak bisa diungkapkan melalui kata-kata. Visual yang menunjukkan kulit yang dicakar, ruam merupakan cara untuk membuat penonton merasakan trauma yang dirasakan oleh Milla dengan Close-Up kamera pada luka dan ruam Milla.

Ruam yang muncul dan terasa gatal akan menjadi kambuh setelah kejadian-kejadian trigger seperti trigger tentang perubahan identitas yang disarankan Liliana kepada Angel, hal ini membuatnya merasa tertrigger dan muncul ruam serta perasaan kebingungan. Lalu pada saat ia merasa tidak dapat menjadi dirinya sendiri seperti dituntut untuk menjadi seseorang yang sempurna di mata khalayak, dan keadaan-keadaan yang membuatnya merasa tidak nyaman.

Makna normal bagi pemeran utama yakni Milla bahwasannya ia hidup dengan identitas yang palsu atau bukan dirinya sendiri, operasi plastik yang dijalani bahwasannya dia adalah Grace yang hilang dan hidup sebagai Milla yang baru seperti kehilangan dirinya sendiri. Dalam kehidupannya tidak ada yang Normal ia dituntut untuk menjadi seorang istri yang sempurna, cantik, patuh dan untuk terlihat Normal ia harus mengorbankan dirinya yang asli. Makna normal menjadi suatu harapan pada tokoh utama bahwasannya ia ingin hidup menjadi dirinya yang asli, tanpa ada tekanan, bersandiwara untuk menjadi sempurna, ia menginginkan suatu kebebasan dari tekanan patriarki atas tubuhnya, identitasnya dan dapat hidup sebagai dirinya sendiri tanpa terkecuali dengan segala luka, ketidaksempurnaan, dan trauma tanpa harus berpura-pura.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan terhadap film *A Normal Woman* (2025) menggunakan teori trauma Cathy Caruth, penelitian ini dapat mengungkap representasi trauma perempuan melalui tiga konsep utama: *The Unspeakable Event*, *Belatedness*, dan *The Voice of the Wound*. Konsep *the unspeakable event* direpresentasikan dengan ketidakmampuan tokoh utama Milla untuk mengungkapkan trauma secara verbal atau melalui kata-kata, yang kemudian dimunculkan melalui gejala fisik berupa ruam di leher dan wajah, serta halusinasi darah yang merepresentasikan trauma kecelakaan cermin di masa kecilnya. Ruam yang muncul di leher bukan sekadar metafora visual, tetapi representasi literal dari "suara yang tertahan" dalam struktur patriarki yang membungkam suara perempuan. Konsep *belatedness* terbukti melalui gap temporal antara peristiwa traumatis kecelakaan cermin yang terjadi 20 tahun lalu dan muncul kembali gejala trauma di masa kini yang dipicu oleh tekanan standar kecantikan dalam keluarga Gunawan dan sang suami yang patriarki, terutama ketika Liliana menyarankan operasi plastik untuk Angel. Trauma yang tidak diproses saat kejadian (karena amnesia) muncul secara tertunda ketika Milla menghadapi situasi serupa, membuktikan teori Caruth bahwa trauma kembali di waktu yang tidak terduga.

Adapun konsep *the voice of the wound* direpresentasi melalui tindakan Milla yang secara berulang mencakar leher dan wajahnya sendiri ketika terdapat sesuatu yang memicu traumanya, tubuh yang "berbicara" ketika kata-kata gagal mengkomunikasikan rasa sakit yang mendalam. Penelitian ini mengungkap bahwa trauma Milla dapat dikaitkan dengan konteks patriarki Indonesia yang memasang standar kecantikan sebagai kesempurnaan terhadap tubuh perempuan. Transformasi Grace menjadi Milla melalui operasi plastik merepresentasikan bagaimana identitas perempuan di konstruksi untuk memenuhi standar dan kepentingan sosial, bukan untuk kepentingan diri sendiri. Makna normal yang sejati baginya adalah hidup dengan identitas aslinya, tanpa tekanan untuk menjadi sempurna, dengan segala lukanya tanpa harus berpura-pura untuk menjalani kehidupan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aeby, G., Gauthier, J., & Widmer, E. (2020). Patterns of relationship support and conflict in personal networks and perceived stress. *Current Sociology*, 69(7), 981-1001. <https://doi.org/10.1177/0011392120948926>
- Ahmadi, A. (n.d.). Promoting Personality Psychology Through Literary Learning: An Appreciative Reflective Study. In *Internasional Journal Of Innovation, Creativity and Change*. www.ijicc.net (Vol. 11, issue 7). www.ijicc.net.
- Ahmadi, Anas. (2015). *Psikologi Sastra*. Surabaya: Unesa University Press, 17.
- Ahmadi, Anas. (2019). *Metode Penelitian Sastra*. Gresik: Graniti.
- Ahmadi, Anas. (2023). *Teori Sastra: Perspektif Apresiatif*. Sidoarjo: Penerbit Delima, 42.
- American Psychological Association. (2020). *Bisa Terjadi Pada Siapa Saja, Trauma Adalah*. Aido Health.
- Caruth, C. (1996). *Unclaimed experience: Trauma, narrative, and history*. Johns Hopkins University Press.
- Caruth, C. (Ed.). (1995). *Trauma: Explorations in memory*. Johns Hopkins University Press.
- Dowgwilllo, E., & Ruchensky, J. (2024). Pengaruh gejala trauma terhadap atribusi interpersonal dalam kehidupan sehari-hari. *Jurnal stres traumatis* . <https://doi.org/10.1002/jts.23036>
- Fithriyana, R. (2018). Hubungan Bullying dengan Lingkungan, Sosial Ekonomi dan Prestasi pada Siswa SDN 006 Langgini. *Jurnal Basicedu*, 1(1). <https://doi.org/10.31004/basicedu.v1i1.19>
- Goff, B., Reisbig, A., Bole, A., Scheer, T., Hayes, E., Archuleta, K., Henry, S., Hoheisel, C., Nye, B., Osby, J., Sanders-Hahs, E., Schwerdtfeger, K., & Smith, D. (2006). Dampak trauma pada hubungan intim: studi kualitatif dengan pasangan klinis. *The American Journal of Orthopsychiatry* , 764, 451-60. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.76.4.451>
- Halizah, L. R., & Faralita, E. (2023). Budaya patriarki dan kesetaraan gender. *Wasaka Hukum*, 11(1).
- Israpil, I. (2017). Budaya Patriarki dan Kekerasan Terhadap Perempuan (Sejarah dan Perkembangannya). *PUSAKA*, 5(2). <https://doi.org/10.31969/pusaka.v5i2.176>
- Jamil, N. (2021). *Konstitusi Dan Konvensi Cedaw*. Muzawah, 6.
- Marpaung, J. (2016). Counseling Approach Behaviour Rational Emotive Therapy in Reducing Stress. *KOPASTA: Jurnal Program Studi Bimbingan Konseling*, 3(1). <https://doi.org/10.33373/kop.v3i1.263>
- Maulida. (2020). *Teknik Pengumpulan Data dalam Metodologi Penelitian*. Darussalam, 21.
- Mijjanti, Y., Saragih, D. K., & Sumarlam, S. (2022). Femenisme Wacana Sara Mills pada Novel Dewi Lestari *Aroma Karsa*. *Lingua Rima: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 11(1). <https://doi.org/10.31000/lgrm.v11i1.5785>

- Mulvey, L. (1975). Visual Pleasure and Narrative Cinema. *Screen*, 16(3), 6-18.
- Murdiyanto, E. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif (Sistematika Penelitian Kualitatif)*. In Yogyakarta Press.
- Muti'ah, A., & Fitniwilis, F. (2023). Tingkat Bodyshaming di Kalangan Remaja Berdasarkan Gender: *Jurnal Ilmiah Global Education*, 4(3). <https://doi.org/10.55681/jige.v4i3.1096>
- Novianti, N., Musa, D. T., & Darmawan, D. R. (2022). Analisis Wacana Kritis Sara Mills Tentang Stereotipe Terhadap Perempuan Dengan Profesi Ibu Rumah Tangga Dalam Film Rumput Tetangga. *Rekam*, 18(1). <https://doi.org/10.24821/rekam.v18i1.6893>
- Nugroho, Sigit . dan M. G. Adiyanti. "Program Psikoedukasi untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Keterampilan Guru dalam Menangani Bullying." *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)* 3, no. 1.
- Nur, M., Yasriuddin, Y., & Azijah, N. (2022). Identifikasi Perilaku Bullying Di Sekolah (Sebuah Upaya Preventif). *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 6(3). <https://doi.org/10.35931/am.v6i3.1054>
- Nurhalisa, S. Y. P., Tresnawan, T., & Budhiana, J. (2022). Hubungan Stress dan Kecemasan dengan Kekambuhan. *Jurnal Health Society*, 11(2).
- Nurhaswinda, N., Maulina, S. R. M., Azzahra, A., Jannah, F., Jannah, N., Fadila, N. A., Harza, Z. J., & Hariza Putra, N. (2025). Penyajian Data. *LANCAH: Jurnal Inovasi dan Tren*, 3(1). <https://doi.org/10.35870/ljit.v3i1.3709>
- Octaviani, C. N., Prihantoro, E., Sariyati, & Banowo, E. (2022). Gerakan Feminisme Melawan Budaya Patriarki di Indonesia. *BroadComm*, 4(1). <https://doi.org/10.53856/bcomm.v4i1.232>
- Payne, P., & Crane-Godreau, M. A. (2015). The Preparatory Set: A Novel Approach to Understanding Stress, Trauma, and the Bodymind Therapies. *Frontiers in Human Neuroscience*, 9(APRIL). <https://doi.org/10.3389/fnhum.2015.00178>
- Pertiwi, D. A. (2019). Trauma dan Resiliensi Perempuan dalam Film "27 Steps of May" Karya Ravi L. Bharwani. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 16(2), 183-198. <https://doi.org/10.31315/jik.v16i2.2950>
- Prasetyo, A. (2020). Analisis Trauma Psikologis Tokoh Utama dalam Film 'Yuni'. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 15(2), 45-62.
- Pudelko, A., Ramos, B., Emond, M., Péloquin, K., & Daspe, M. (2025). Apakah Keterikatan Kita Merusak Kita? Mengungkap Hubungan Antara Keterikatan Pasangan, Emosi Negatif Selama Konflik, dan Kekerasan dalam Hubungan. *Jurnal Terapi Perkawinan dan Keluarga*, 51. <https://doi.org/10.1111/jmft.70009>
- Rahmaniyah, F., & Ahmadi, A. (2021). Pengendalian Diri Tokoh Utama pada Novel Sawitri dan Tujuh Pohon Kelahiran Karya Mashdar Zainal (Kajian Psikologi Behaviorisme B. F. Skinner). *Bapala*, 8(3), 157-169.

- Rendón-Luna, S., Herrera, S., Sanabria, M., Claramunt, L., & Molón, R. (2024). Menganalisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Respons Terapeutik terhadap Trauma Psikis. *European Psychiatry*, 67, S663 - S663. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2024.1377>
- Saraswati, E., & Budiman, A. (2021). Narasi Trauma dan Penyembuhan Perempuan dalam Film Indonesia Kontemporer: Analisis Wacana Kritis. *Komunikasi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 10(1), 45-62. <https://doi.org/10.15642/komunikasi.2021.10.1.45-62>
- Sari, D. & Pratama, R. (2021). Representasi Trauma Perempuan Korban Kekerasan dalam Film 'Marlina si Pembunuh dalam Empat Babak'. *Jurnal Studi Media*, 8(1), 78-95.
- Silverstein, B. (2015). The Female Gaze: Essential Frameworks for a Feminist Cinema. *Feminist Media Studies*, 15(5), 881-895.
- Sudarisman, Y. (2016). Sastra Sebelah: Perlakukan Film sebagai Film! *Al-Tsaqafa: Jurnal Ilmiah Peradaban Islam*, 13(2). <https://doi.org/10.15575/al-tsaqafa.v13i02.1975>
- Syah, F., Ainusyamsi, F. Y., & Supianudin, A. (2021). Eksistensi Perempuan Mesir dalam Novel Perempuan di Titik Nol Karya Nawal El-Saadawi. *Az-Zahra: Journal of Gender and Family Studies*, 1(2). <https://doi.org/10.15575/azzahra.v1i2.10438>
- Ulfa L, M. R. F. (2020). Faktor Penyebab Stress dan Dampaknya Bagi Kesehatan. *Psikologi Kesehatan*.
- Wolf, N. (2002). *The Beauty Myth: How Images of Beauty are Used Against Women*. New York: Harperperennial Library
- Yandri, Hengki, Daharnis, dan Nirwana, Herman. "Pengembangan Modul Bimbingan dan Konseling untuk Pencegahan Bullying Di Sekolah." *Konselor* 2, no. 1.
- Yusanto, Y. (2020). Ragam Pendekatan Penelitian Kualitatif. *Jurnal Keamanan Komputer*, 1. <https://doi.org/10.31506/jsc.v1i1.7764>
- Wulandari, T., & Prasanti, D. (2020). Representasi Trauma Perempuan Korban Kekerasan Seksual dalam Film "Marlina Si Pembunuh dalam Empat Babak". *Jurnal Komunikasi Global*, 9(1), 97-113. <https://doi.org/10.24815/jkg.v9i1.16365>
- Zahrok, S., & Suarmini, N. W. (2018). Peran Perempuan dalam Keluarga. *IPTEK Journal of Proceedings Series*, 0(5). <https://doi.org/10.12962/j23546026.y2018i5.4422>