

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap insan lahir dengan tiga macam kebutuhan dasar yaitu cinta, pengertian dan pilihan (Sanders, 1992 : 40). Ketika seseorang merasa mencintai dan dicintai, maka orang itu akan merasakan kehangatan, kebahagiaan dan rasa memiliki. Bila seseorang mengerti dan merasa dimengerti, maka orang itu akan merasa dihargai, diterima, aman, tenang dan percaya diri. Bila seseorang merasa bahwa dirinya dapat membuat pilihan dan dapat mengatur hidupnya sendiri maka orang itu akan merasa yakin, bersemangat, terpenuhi dan memperoleh kepuasan. Depresi telah dirumuskan sebagai perasaan bahwa diri seseorang yang mengidap depresi tak berharga, dunia tidak berarti, dan tak ada harapan lagi untuk esok. Atau dengan kata lain seseorang yang mengalami depresi tidak merasakan tiga kebutuhan dasar manusia seperti yang sudah dijelaskan di muka.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan setiap detik terdapat satu orang yang melakukan bunuh diri diseluruh dunia. Angka orang yang kehilangan nyawa akibat bunuh diri karena depresi bahkan lebih parah dibanding jumlah orang yang terbunuh dalam perang. Lalu WHO menyebutkan lagi bahwa bunuh diri akibat depresi adalah penyebab utama kedua kematian di kalangan pemuda yang berusia antara 15 sampai 29 tahun, setelah kecelakaan di jalan, dan

dikalangan remaja perempuan yang berusia 15 sampai 19 tahun itu adalah pembunuhan terbesar kedua setelah saat melahirkan.

Depresi adalah keadaan yang jauh lebih serius daripada kesedihan, depresi akan mempengaruhi bagaimana keadaan seseorang baik fisik maupun psikis. Hal ini akan mempengaruhi kehidupan orang tersebut karena akan membuat produktivitasnya menurun karena akan dilanda kesedihan yang mendalam.

Depresi tidak hanya dapat diketahui dengan perubahan perasaan atau fisik saja namun bisa juga dengan bahasa atau ungkapan yang diucapkan. Sebagaimana yang dikatakan oleh Al-Mosaiwi dan Johnstone dalam jurnal *Clinical Psychological Science* (<https://theconversation.com/people-with-depression-use-language-differently-heres-how-to-spot-it-90877>) penelitian tersebut menunjukkan bahwa bahasa dapat menunjukkan seseorang mengalami depresi atau tidak. Hal ini senada dengan pernyataan dalam situs <https://www.vice.com/fr/article/wj4znw/voici-les-mots-de-la-depression> yang diakses pada tanggal 21 Desember pukul 18.46, yaitu: *Une dépression est même perceptible dans la façon dont vous parlez et vous exprimez par écrit. Parfois, ce « langage de la dépression » peut avoir un effet puissant sur ceux qui vous écoutent.*

Dari pernyataan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa depresi bisa dilihat dari cara menyampaikan sesuatu, melalui cara berbicara ataupun cara menulis. Bahasa yang digunakan seseorang yang depresi dapat memiliki efek yang kuat bagi yang mendengarkannya. Sampai saat ini, esai, ujaran, buku harian, lirik lagu

dan potongan pidato dari seseorang yang depresi telah membantu dalam sebuah penelitian. Hasil penelitian tersebut mengungkapkan perbedaan yang jelas dan konsisten tentang perbedaan berbahasa seseorang yang mempunyai gejala depresi dan yang tidak memiliki gejala depresi.

Terdapat berbagai jenis depresi seperti yang dikatakan oleh Bjornlund (2010 : 10-11) mengklasifikasi depresi menjadi empat jenis, yaitu depresi mayor sebagai depresi yang tinggi tingkat bahayanya, lalu diikuti dengan depresi dengan intensitas yang sedang yaitu distimia atau gangguan distimik, depresi postpartum, dan depresi musiman.

Distimia merupakan salah satu gangguan mental yang membuat seorang pengidapnya mengalami sebuah kesedihan atau depresi yang berkepanjangan, minimal dua tahun pada orang dewasa dan satu tahun untuk anak-anak atau remaja. Hal ini tentu saja akan sangat mengganggu aktifitas para penderitanya selama bertahun-tahun, berbeda dengan depresi yang hanya membutuhkan waktu dua minggu untuk dikatakan hal tersebut adalah depresi.

Seperti yang di lansir pada situs tirtoto.id (<https://tirtoto.id/waspada-distimia-depresi-yang-menetap-bertahun-tahun-cD67>) diceritakan kisah seorang wanita bernama Katy yang sejak kecil sering menangis dan merasa sedih untuk alasan yang tidak jelas atau terlihat sepele. Di sekolah, ia mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi dan lantas dicap sebagai anak yang bermasalah. Tak jarang pula perempuan ini merasa kehabisan energi, kepercayaan diri, dan merasa tidak mampu bersosialisasi dengan teman-temannya. Masalah yang dihadapinya terus

berlangsung sampai dewasa. Performa kerjanya menurun lantaran ia sulit fokus dan mengingat sesuatu. Ia pun sering gagal membina hubungan dengan seseorang karena hal tersebut. Lalu pada tahun 2016 ketika usianya 32 tahun ia menemui terapis yang mendiagnosanya mengidap distimia. Sekilas, bila seseorang tak mengetahui cerita kehidupan Katy sejak muda ia akan dipandang hanya sedang mengalami hari yang buruk sehingga suasana hatinya menjadi buruk.

Dari kisah tersebut dapat disimpulkan bahwa distimia adalah gangguan yang sangat merugikan karena mempengaruhi produktivitas seseorang dalam kehidupan sehari-hari dengan jangka waktu yang panjang. Seseorang yang seharusnya bisa mengikuti kegiatan belajar mengajar namun akibat memiliki gejala distimia harus menjadi seseorang yang tidak bisa berkonsentrasi dalam belajar lalu akan berpengaruh pada nilai dan masa depan orang tersebut.

Melihat kejadian di atas, dapat disimpulkan bahwa distimia adalah gangguan yang sangat merugikan karena mempengaruhi produktivitas seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Seseorang yang seharusnya bisa mengikuti kegiatan belajar mengajar namun akibat memiliki gejala distimia harus menjadi seseorang yang tidak bisa berkonsentrasi dalam belajar lalu akan berdampak pada hasil belajarnya, juga akan memberi dampak negatif pada proses belajar mengajar di kelas bagi pengajar. Hal inilah yang menjadi perhatian para pengajar. Penelitian dalam situs <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/5177/30713> yang diakses pada tanggal 23 Desember 2019 pukul 16.42 mengatakan bahwa depresi akan berpengaruh pada prestasi akademik siswa seperti penelitian yang ditulis oleh Wahyuni dengan judul penelitian Hubungan Tingkat Depresi Pada Remaja

Dengan Prestasi Akademis Siswa SMA Negeri 4 Denpasar. Dalam penelitian tersebut disebutkan bahwa tingkat depresi sedang yang diartikan sama dengan tipe depresi distimia yang memiliki tingkat depresi yang sedang mempunyai pengaruh terhadap prestasi akademis siswa. Dari jumlah 150 siswa, sebanyak 10 siswa (6,7%) mengalami depresi sedang. Dari 10 siswa tersebut dapat diketahui bahwa siswa tersebut memiliki nilai dibawah rata-rata daripada siswa yang tidak mengalami depresi.

Pada program studi Pendidikan Bahasa Prancis, mahasiswa tidak hanya mempelajari bidang-bidang kebahasaan tetapi juga bidang pendidikan. Dalam mempelajari bidang pendidikan, terdapat mata kuliah psikologi perkembangan, mata kuliah tersebut membahas tentang aspek psikologis anak hingga orang dewasa. Dengan mengetahui aspek tentang gejala-gejala gangguan kesehatan mental, para guru atau calon guru dapat memahami atau melihat peserta didiknya ketika terkena atau mengalami gangguan kesehatan mental. Dengan demikian guru dapat melakukan tindak lanjut ataupun pendekatan terhadap peserta didik yang memiliki masalah tersebut.

Gejala distimia tidak hanya ditemukan di kehidupan nyata saja, namun telah diangkat dalam sebuah film berjudul *Je vais bien ne t'en fais pas*, karena film adalah sebuah gambaran yang diambil dalam dunia nyata. Melalui sebuah film kita dapat menikmati sebuah pengalaman dalam bentuk audio dan visual, karena film adalah karya seni yang merupakan perantara sosial dan media komunikasi massa yang dibuat berdasarkan kaidah sinematografi dengan atau tanpa suara yang dapat di pertunjukkan. Hal tersebut didukung oleh pendapat yang

di kemukakan oleh Friedman (2006 : 6) yang menyebutkan bahwa film adalah sebuah sarana untuk berekspresi yang memberikan representasi dari kehidupan dengan jujur. *Le cinéma en tant que moyen d'expression donne une représentation fidèle de la vie.*

Dalam dunia pendidikan, film dapat digunakan sebagai media pembelajaran khususnya dalam pembelajaran bahasa, karena film merupakan bentuk paling identik dengan situasi kehidupan nyata, selain itu dengan film, pembelajar dapat mengetahui konteks situasi yang sebenarnya. Dalam pengajaran, khususnya pengajaran bahasa dengan film akan membuat kelas menjadi lebih menarik. Media audio visual adalah media yang dapat dilihat dan dapat didengar dan dapat sebagai bahan diskusi.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk memilih film sebagai bahan penelitian dengan mengangkat tema gejala distimia pada film berbahasa Prancis, yang berjudul "*Je vais bien, ne t'en fais pas*" yang disutradarai oleh sutradara Prancis Phillipe Lioret. Film ini diadaptasi berdasarkan novel dengan judul yang sama yang ditulis oleh Olivier Adam. Film tersebut patut untuk diteliti karena selain mendapatkan 10 penghargaan salah satunya adalah menjadi nominasi film terbaik César Awards tahun 2006, juga banyak menunjukkan gejala distimia yang ditunjukkan pada pemeran utama, seperti perubahan pada pola tidur dan makan, berkurangnya efektivitas dalam kegiatan sehari-hari, kehilangan minat dalam melakukan aktivitas yang menyenangkan, marah berlebihan, mudah putus asa, menangis sampai mempunyai keinginan untuk bunuh diri.

Contoh kalimat dalam film “*Je vais bien, ne t'en fais pas*” yang menunjukkan salah satu gejala distimia adalah :

(*Setting : Rumah. Tokoh : Lili. Adegan pada menit 16.04 – 16.10.*)

Lili : On peut pas rester comme ça à rien faire. C'est pas possible ! Ça n'est pas possible ! Moi je ne peux pas ! Vous comprenez ? Je peux pas ! Pourquoi vous me regardez comme ça ? Argh, putain !

Dalam percakapan tersebut terlihat gejala distimia yaitu mudah tersinggung dan marah pada tokoh Lili, yang dibuktikan oleh pernyataan Lili “*Pourquoi vous me regardez comme ça ? Argh, putain !*” yang menunjukkan bahwa Lili tersinggung dan marah hanya karena ditatap oleh kedua orang tua nya.

Film yang berdurasi 100 menit ini dipublikasikan pada tanggal 6 september 2006 dan bercerita tentang seorang remaja perempuan bernama Lili yang berusia 19 tahun yang pulang dari liburannya, dan ia mengetahui bahwa saudara kembar laki-lakinya, Loïc belum lama beradu mulut dengan ayahnya lalu memutuskan untuk meninggalkan rumah tanpa memberi tahu Lili. Karena Lili sangat dekat dengan Loïc, ia percaya bahwa dia akan dikabari adiknya, namun selama berbulan-bulan bahkan bertahun-tahun menunggu kabar dari Loïc, Lili tidak mendapat kabar sehingga ia menjadi sangat emosional dan hal tersebut mengganggu aktivitasnya sehari-hari dari mulai tidak konsentrasi saat belajar, tidak mau makan, pingsan saat dikelas, bahkan berkeinginan mati jika Loïc mati. Di balik keterpurukan Lili, ada sosok orang tua Lili yang bernama Isabelle dan Paul yang mengetahui apa yang sebenarnya terjadi. Mereka merahasiakan kematian Loïc dari Lili. Mereka juga sebenarnya dilanda kesedihan yang mendalam dan berperang melawan kesedihan tersebut.

Berdasarkan uraian cerita tersebut, film *Je vais bien ne t'en fais pas* dipilih untuk menjadi sumber data tentang gejala distimia. Penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi dan pengetahuan bagi mahasiswa program studi Pendidikan Bahasa Prancis Universitas Negeri Jakarta mengenai gejala distimia yang terjadi dalam kehidupan sosial. Penelitian ini juga diharapkan sebagai sebuah acuan untuk mahasiswa mempelajari bentuk-bentuk ungkapan dalam gejala distimia, misalnya ungkapan pesimis dan kemarahan dalam bahasa Prancis.

B. Fokus dan Subfokus

Berdasarkan latar belakang di muka, fokus masalah dalam penelitian ini adalah gejala distimia pada pemeran utama dalam film *Je vais bien, ne t'en fais pas*, subfokus penelitian ini adalah jenis-jenis distimia yaitu menarik diri dari pergaulan sosial, kelelahan, pesimis, sulit berkonsentrasi, perasaan bersalah yang berlebihan, produktivitas menurun, mudah marah atau tersinggung atau lebih sensitive, perasaan tidak berharga dan memiliki keinginan untuk bunuh diri yang terdapat pada pemeran utama dalam film *Je vais bien, ne t'en fais pas*.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, dalam penelitian ini peneliti mengemukakan rumusan masalah sebagai berikut: Gejala distimia apa saja yang terdapat pada pemeran utama dalam film *Je vais bien, ne t'en fais pas*?

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis, penelitian ini bermanfaat untuk pengembangan keilmuan melalui konsep yang terkait dengan gangguan distimia, gejala-gejala distimia dan dampak distimia dalam dunia pendidikan melalui representasi gejala distimia dalam film *Je vais bien, ne t'en fais pas*. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi perkembangan bahasa seperti kosa kata yang terkait dengan gejala distimia serta memperkaya wawasan pemahaman mengenai distimia.

2. Secara praktis

- a. Dalam bidang pengajaran, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk memahami dan menghadapi masalah psikologi peserta didik yang mempengaruhi hasil belajar, sehingga pengajar dapat menemukan penanganan yang tepat untuk peserta didik yang mengalami gejala distimia.
- b. Bagi mahasiswa/Civitas Akademika, hasil penelitian ini dapat dipergunakan sebagai bahan referensi terkait gejala distimia terutama dalam bentuk kosa kata atau ungkapan-ungkapan dalam bahasa Prancis yaitu ungkapan marah, mudah tersinggung, pesimis pada teks film dan sebagai bahan referensi dalam mengadaptasi nilai dan pesan yang disampaikan dalam suatu media.