

## **AKTUALISASI DIRI TOKOH UTAMA DALAM FILM 13 BOM DI JAKARTA: KAJIAN PSIKOLOGI SASTRA CARL ROGERS**

**M. Khalil Gibran Siregar<sup>1</sup>, Syairal Fahmy Dalimunthe<sup>2</sup>**

[mkhallgibransrg@gmail.com](mailto:mkhallgibransrg@gmail.com)<sup>1</sup>, [fahmy@unimed.ac.id](mailto:fahmy@unimed.ac.id)<sup>2</sup>

Universitas Negeri Medan

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan menganalisis proses aktualisasi diri tokoh utama Arok dalam film 13 Bom di Jakarta karya Angga Dwimas Sasongko dengan menggunakan teori psikologi sastra Carl Rogers. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena sosial yang ditampilkan dalam film, khususnya mengenai aktualisasi diri pada tokoh utama dalam film. Permasalahan yang dikaji meliputi ketidakcapaian bentuk aktualisasi diri dan dampak dari aktualisasi diri pada tokoh utama. Penelitian ini menggunakan teori aktualisasi diri dari Carl Rogers khususnya enam konsep utama: pengalaman organisme, kebebasan berpikir, kehidupan eksistensial, konsep diri, kesadaran diri dan empati. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Data diperoleh melalui teknik simak dan cacat dari film 13 Bom di Jakarta dan dianalisis dengan teknik analisis data meliputi pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dna kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktualisasi diri tokoh utama dalam film 13 Bom di Jakarta terdiri atas 32 data, yang diklasifikasikan kedalam 6 kelompok utama: pengalaman organisme, kebebasan berpikir, kehidupan eksistensial, konsep diri, kesadaran diri, empati. pengalaman organisme (5 data), kebebasan berpikir (5 data), kehidupan ekstensial (4 data), konsep diri (7 data), kesadaran diri (3 data), dan empati (8 data). Data primer dari film dianalisis melalui tinjauan pustaka dan pendekatan humanistik Rogers, dengan manfaat teoritis memperkaya kajian psikologi sastra serta praktis mendukung pencegahan radikalasi melalui pemahaman dinamika psikologis. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kegagalan aktualisasi diri tokoh Arok bukan hanya merupakan dampak dari pengalaman traumatis, tetapi juga hasil dari lingkungan sosial yang tidak mendukung, ketidakadilan sistemik, serta ketidakmampuan tokoh untuk melakukan penerimaan diri dan berdamai dengan masa lalunya.

**Kata Kunci:** Aktualisasi Diri, Carl Rogers, Psikologi Sastra, Trauma, 13 Bom Di Jakarta.

### **ABSTRACT**

*This study aims to analyze the process of self-actualization of the main character Arok in the film 13 Bombs in Jakarta by Angga Dwimas Sasongko using Carl Rogers' literary psychology theory. This study is motivated by social phenomena shown in the film, especially regarding self-actualization of the main character in the film. The problems studied include the unachievement of self-actualization and the impact of self-actualization on the main character. This study uses Carl Rogers' theory of self-actualization, especially six main concepts: organismic experience, freedom of thought, existential life, self-concept, self-awareness and empathy. The method used in this study is descriptive qualitative. Data were obtained through observation and handicap techniques from the film 13 Bombs in Jakarta and analyzed using data analysis techniques including data collection, data reduction, data presentation and conclusions. The results of the study show that the self-actualization of the main character in the film 13 Bombs in Jakarta consists of 32 data, which are classified into 6 main groups: Organismic Experience, Freedom of Thought, Existential Life, Self-Concept, Self-Awareness, Empathy. Organismal experience (5 data), freedom of thought (5 data), existential life (4 data), self-concept (7 data), self-awareness (3 data), and empathy (8 data). Primary data from the film were analyzed through a literature review and Rogers' humanistic approach, with theoretical benefits enriching the study of literary psychology and practically supporting the prevention of radicalization through an understanding of psychological dynamics. Thus, it can be concluded that the failure of Arok's self-actualization is not only the impact of a traumatic experience, but also the result of an*

# **Jurnal Lingkar Pembelajaran Inovatif**

Volume 6 Nomor 12, Desember 2025

---

*unsupportive social environment, systemic injustice, and the character's inability to accept himself and reconcile with his past.*

**Keywords:** *Self-Actualization, Carl Rogers, Literary Psychology, Trauma, 13 Bombings In Jakarta.*

## PENDAHULUAN

Sebagai makhluk sosial, manusia tidak dapat hidup sendirian. Setiap individu membutuhkan kehadiran orang lain untuk memenuhi segala kebutuhan untuk berinteraksi, dimana mereka dapat berkomunikasi dan juga menyampaikan keinginan, perasaan, dan gagasan yang dimiliki (Dalimunthe, 2020). Dalam psikologi humanistik, proses ini dikenal sebagai aktualisasi diri, yaitu dorongan alami untuk mewujudkan seluruh potensi diri secara penuh. Namun, dalam kenyataannya, tidak semua individu mampu mencapai kondisi tersebut. Berbagai faktor seperti trauma, tekanan sosial, serta lingkungan yang tidak mendukung dapat menghambat proses pertumbuhan kepribadian.

Masalah yang dialami setiap individu tersebut tidak hanya muncul dalam kehidupan nyata, tetapi juga sering digambarkan dalam karya sastra dan film. Sebagai salah satu produk budaya, film tidak semata-mata berperan sebagai sarana hiburan, tetapi juga berfungsi sebagai medium yang memiliki potensi untuk mempriduksi maupun menggugat struktur kekuasaan yang berlaku dalam masyarakat. Melalui konstruksi naratif, karakterisasi, dan representasi visual, film turut membentuk persepsi kolektif terhadap berbagai aspek kehidupan, seperti moralitas, norma sosial, serta relasi antara individu dengan instansi sosial, termasuk agama dan negara (Chairunisa, 2025). Sastra bisa juga dikatakan sebagai wujud curahan hati dari seorang pengarang yang dihasilkan dari suatu renungan.

Dalam hal ini, psikologi sastra berperan penting dalam suatu karya yang dihasilkan oleh seorang pengarang. Psikologi sastra merupakan kajian sastra yang memandang karya sebagai aktivitas kejiwaan. Pengarang akan menggunakan cipta, rasa, dan karya dalam berkarya. Psikologi sastra mengenal karya sastra sebagai pantulan kejiwaan (Azizah, 2019). Seperti pada karya sastra dan film, tokoh-tokoh fiksi kerap menjadi cerminan ko pleksitas kejiwaan manusia, termasuk perjuangan untuk memahami, menerima, dan mengembangkan diri.

Pada penelitian ini, tokoh Arok dalam film 13 Bom di Jakarta menjadi salah satu tokoh yang menggambarkan dinamika kejiwaan secara mendalam. Film tersebut menjadi medium yang kuat untuk merefleksikan isu psikologis seperti trauma, krisis eksistensial, dan pencarian makna hidup. Film 13 Bom di Jakarta merupakan film aksi-thriller Indonesia yang mengangkat isu terorisme dalam konteks kota Jakarta yang sedang berada di ambang kekacauan. Film ini menyisipkan dimensi psikologis yang kuat melalui karakter antagonis utama, yakni Arok, seorang mantan anggota militer yang beralih menjadi teroris setelah mengalami tragedi pribadi yang mendalam. Arok digambarkan sebagai sosok yang menyimpan dendam terhadap negara akibat kematian istri dan anaknya dalam operasi militer rahasia. Arok mengalami PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder) atau gangguan psikologis yang muncul setelah seseorang mengalami atau menyaksikan peristiwa traumatis yang mengancam keselamatan diri atau orang lain.

Berdasarkan penggambaran karakter Arok dalam film 13 Bom di Jakarta, dapat disimpulkan bahwa tokoh tersebut mengalami kegagalan dalam enam aspek aktualisasi diri sebagaimana dikemukakan oleh Carl Rogers, yakni pengalaman organisme, kebebasan berpikir, kehidupan eksistensial, konsep diri, kesadaran diri, dan empati. Kegagalan dalam keenam aspek tersebut menunjukkan bahwa Arok mengalami hambatan serius dalam proses aktualisasi diri dan pembentukan kepribadian yang sehat, sebagaimana yang dicirikan oleh pendekatan humanistik Carl Rogers. Jika ditinjau melalui teori aktualisasi diri Carl Rogers, karakter Arok menunjukkan ketidaksesuaian dengan ciri-ciri individu yang berkembang secara sehat. Tokoh Arok dalam film 13 Bom di Jakarta justru menunjukkan kegagalan dalam beberapa aspek penting aktualisasi diri menurut Carl Rogers. Dalam faktor-faktor yang memengaruhi aktualisasi diri, Arok tampak tidak mampu menerima pengalaman organisnya secara utuh. Ia tidak terbuka terhadap pengalaman menyakitkan di masa lalunya, dan justru menekan perasaan tersebut.

Beberapa penelitian terdahulu telah menggunakan teori Aktualisasi Diri Carl Rogers untuk melakukan penelitian, diantaranya penelitian oleh Hanif Rizqiyah (2021) yang mengkaji kepribadian khususnya konsep fully functioning dan self-concept pada tokoh Kara dalam novel Kerumunan Terakhir karya Okky Madasari, penelitian oleh Ari Sativa Octavianne (2021) yang menganalisis konsep diri berdasarkan teori self-image, self-esteem, dan ideal-self pada tokoh Yu Jen dalam film Crouching Tiger, Hidden Dragon, dan penelitian oleh Carissa Nathania Gunawan (2021) yang mengkaji konsep diri menggunakan teori fully functioning person pada tokoh Rara dalam film Imperfect.

Penelitian ini memiliki kebaharuan pada penerapan teori psikologi humanistik Carl Roger untuk menganalisis aktualisasi diri pada karakter film aksi, yakni Arok dalam film 13 Bom di Jakarta, yang masuh jarang dieksplorasi dalam kajian psikologi sastra. Penelitian ini juga memiliki tujuan untuk mengetahui bagaimana bentuk aktualisasi diri dalam konsep Carl Rogers dan bagaimana dampak aktualisasi diri yang memengaruhi tokoh utama dalam film 13 Bom di Jakarta.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk menjelaskan dan mengungkap situasi sosial tertentu dengan tepat. Pendekatan ini memanfaatkan kata-kata yang berasal dari teknik pengumpulan dan analisis data yang sesuai, yang diperoleh dari situasi alami. Metode yang digunakan adalah metode kajian psikologi sastra dengan sumber data utama adalah film 13 Bom di Jakarta karya Angga Dwimas Sasongko dan instrumen penelitian dengan human instrument, di mana peneliti bertindak sebagai pengumpul dan penganalisis data.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik dokumentasi dan teknik simak catat yang dilakukan dengan observasi audiovisual secara berulang dan pencatatan transkrip dialog. Data yang telah dikumpulkan dianalisis melalui tiga tahap: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan serta verifikasi. Data akan disajikan dengan deskripsi yang menjawab tujuan penelitian ini, yaitu bentuk aktualisasi diri tokoh utama Arok dalam konsep Carl Rogers dan dampak aktualisasi diri yang timbul pada tokoh utama Arok pada film 13 Bom di Jakarta.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Bentuk Aktualisasi Diri Dalam Konsep Carl Rogers pada Tokoh Utama Dalam Film 13 Bom di Jakarta

#### a. Pengalaman Organisme

Pengalaman organisme Arok dalam film 13 Bom di Jakarta merujuk pada seluruh pengalaman yang dialaminya secara langsung, baik yang disadari maupun yang tidak disadari. Ini mencakup persepsi, perasaan, sensasi fisik, dan intuisi yang terjadi dalam diri individu sebagai respons terhadap lingkungan dan situasi. Rogers (dalam Ratu, 2020) menjelaskan bahwa pengalaman organisme ialah persepsi seseorang mengenai kejadian yang terjadi dalam diri. Organisme tersebut berupa dorongan atau motivasi yang ada dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk bertindak sesuai dengan tujuan atau cita-citanya. Organisme dapat berkembang atau menurun tergantung pada lingkungan dan pengalaman seseorang. Oleh karena itu, pengalaman dan masa lalu sangat mempengaruhi cara kita berpikir. Dalam film 13 Bom di Jakarta perkembangan cara berpikir Arok sangat berubah pesat. Tokoh Arok sangat merepresentasikan perjuangan batin individu yang berusaha untuk membalaskan dendam terhadap pemerintahan dan mafia uang yang tidak bertanggung jawab. Berdasarkan temuan penelitian, cara berpikir dan bertindak Arok dalam film cukup berkembang, dari pasif, reflektif, hingga mulai mengonstruksi sikap ideologis terhadap lingkungan eksternalnya. Dalam hal ini, Arok memilih untuk menawarkan “loncatan” untuk

menghancurkan sistem lama, lalu membangun kembali yang baru, sebagai wujud tindakan yang ia yakini tepat berdasarkan pemaknaan pribadinya terhadap situasi.

b. Kebebasan Berpikir

Carl Rogers menegaskan bahwa kebebasan berpikir sejati adalah pengalaman internal yang memungkinkan individu bertindak berdasarkan nilai dan penilaian diri sendiri, meskipun bertentangan dengan norma eksternal. Sikap Arok yang menentang sistem korup sebagai bentuk aktualisasi diri dan otonomi dalam kebebasan berpikir. tindakan Arok dalam orasi ini merupakan representasi dari aspek kebebasan berpikir Carl Rogers kemampuan mempertanyakan dan menentang kebijakan atau perintah secara otonom, berani, dan bertanggung jawab. Ini bukan tindakan anarki semata, melainkan ekspresi dari integritas nilai dan keberpihakan pada prinsip kebenaran pribadi yang melampaui ketundukan pada kekuasaan yang korup.

c. Kehidupan Eksistensial

Aspek fokus pada situasi yang sedang terjadi (*here and now*) serta (*existential living*) dari teori kehidupan eksistensial Carl Rogers (terapi berpusat pada pribadi) terlihat pada tindakan fokus Arok dan Tim dalam upaya bermakna untuk mewujudkan tujuan mereka saat itu, meskipun berada dalam ranah non-normatif. Perencanaan yang cermat dan berfokus pada detail di "sini dan saat ini" dapat diinterpretasikan sebagai "moment of movement" dalam proses pertumbuhan dan aktualisasi diri mereka. Dialog-dialog Arok mencerminkan konsep kehidupan eksistensial sebagaimana dipahami oleh Carl Rogers , bahwa hidup secara penuh dan otentik dalam momen saat ini, dengan kesadaran bahwa tindakan memiliki makna bagi diri sendiri maupun orang lain (Rogers dalam Ratu, 2020).

## 2. Dampak Aktualisasi Diri yang Mempengaruhi Tokoh Dalam Film 13 Bom di Jakarta

a. Konsep Diri

Ismail (2020) menjelaskan teori Rogers, bahwa konsep diri terbentuk dari pengalaman yang disimbolkan dan diorganisir menjadi kesadaran diri, di mana inkongruensi antara real self (diri saat ini sebagai teroris) dan ideal self (sebagai ayah/suami) menyebabkan kecemasan dan refleksi mendalam, seperti gerakan Arok yang menandakan kesadaran akan pengorbanan pribadi. Rogers (dalam Ratu, 2020) menyatakan, "The self-concept is a collection of beliefs about oneself... When there is a discrepancy between the real self and the ideal self, psychological tension arises, leading to defensive behaviors or growth toward congruence," yang menggambarkan bagaimana refleksi Arok merupakan upaya mengintegrasikan pengalaman traumatis (keluarga) dengan tindakan ekstrem untuk mengurangi inkongruensi, meskipun berujung pada distorsi defensif dalam radikalasi. Carl Rogers juga menyatakan, "Self concept adalah kesadaran batin yang tetap, mengenai pengalaman yang berhubungan dengan aku dan membedakan aku dari yang bukan aku," yang menggambarkan bagaimana refleksi Arok menghasilkan narasi bermakna dari kematian, mengubah ancaman konsekuensi menjadi aktualisasi diri radikal.

b. Kesadaran Diri

Rogers (dalam Ratu, 2020) menekankan bahwa kesadaran diri merupakan aspek sentral dalam perkembangan kepribadian, yang terbentuk melalui interaksi dengan lingkungan sosial terdekat, seperti keluarga dan rekan, sehingga pengalaman-pengalaman ini memengaruhi persepsi individu terhadap dirinya sendiri. Individu dengan kesadaran diri yang baik akan menunjukkan fleksibilitas dalam menerima dan memproses emosi negatif tanpa harus bereaksi secara kaku atau defensif. Seperti halnya Arok, ia mengambil keputusan ekstrem untuk melakukan penyerangan langsung yang menunjukkan kekakuan emosional. Dengan demikian, sikap Arok yang berada dalam situasi penuh ancaman menunjukkan kepercayaan diri pada pemahamannya sendiri.

### c. Empati

Teori empati Carl Rogers sebagai salah satu dari tiga kondisi esensial terapi (bersama unconditional positive regard dan congruence) yang memungkinkan pemahaman mendalam perasaan orang lain tanpa judgement, kontras dengan identitas terorisnya. Hal ini terlihat pada sikap empati terhadap ibu dan anak saat baku tembak di tempat umum yang ditunjukkan Arok. Sikap empati juga ditunjukkan Arok yang mencerminkan usaha memahami kebutuhan dan kepentingan orang lain sebelum bertindak. Lalu, Arok juga memberikan dukungan emosional pada timnya berupa pujian instrumentak dan validasi atas kompetensi serta kontribusi yang telah dilakukan. Dengan demikian, empati tidak selalu membawa kepada kelembutan atau pemaafan; bisa juga menjadi medium untuk menyusun solidaritas emosional bahkan dalam konteks kekerasan memperlihatkan bahwa empati adalah fenomena psikologis kompleks yang dapat mendasari dinamika kelompok, moral, dan identitas karakter.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dianalisis, tokoh utama dalam film 13 Bom di Jakarta merupakan representasi dari pribadi yang berfungsi utuh menurut teori Carl Rogers. Pertama, proses aktualisasi diri tokoh Arok menunjukkan bahwa ia gagal mencapai keenam aspek utama aktualisasi diri menurut Carl Rogers, yaitu pengalaman organisme, kebebasan berpikir, kehidupan eksistensial, konsep diri, kesadaran diri, dan empati. Hambatan ini terutama dipicu oleh trauma mendalam terkait kematian istri dan anaknya yang tidak terselesaikan, ketidakadilan yang ia alami, serta lingkungan sosial yang tidak memberikan dukungan emosional maupun penghargaan positif tanpa syarat. Akibatnya, pengalaman masa lalu yang penuh luka mendorong Arok membangun persepsi negatif terhadap diri dan dunia, yang kemudian memengaruhi cara berpikir dan tindakannya.

Dampak kegagalan aktualisasi diri pada tokoh Arok tercermin dalam perilaku ekstrem, tindakan kekerasan, dan ketidakmampuan membangun hubungan interpersonal yang sehat. Trauma yang tidak terselesaikan dan ketidakadilan institusional membuat Arok memaknai kekerasan sebagai satu-satunya jalan untuk memperoleh keadilan dan kesetaraan. Hal ini menunjukkan bahwa ketidakterpenuhinya kebutuhan psikologis dasar, termasuk penerimaan diri dan penghargaan positif dari lingkungan, berkontribusi pada munculnya perilaku radikal. Maka, karakter Arok memperlihatkan bagaimana kegagalan aktualisasi diri dapat bertransformasi menjadi tindakan destruktif yang membahayakan diri maupun orang lain.

Dengan demikian, penelitian ini menyimpulkan bahwa kegagalan aktualisasi diri tokoh Arok bukan hanya merupakan dampak dari pengalaman traumatis, tetapi juga hasil dari lingkungan sosial yang tidak mendukung, ketidakadilan sistemik, serta ketidakmampuan tokoh untuk melakukan penerimaan diri dan berdamai dengan masa lalunya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, H, C. 2019. Kajian psikologi sastra dan nilai pendidikan karakter novel rantau 1 muara karya ahmad fuadi serta relevansinya sebagai materi ajar apresiasi sastra di sma.
- Chairunisa. 2025. Reproduksi Kekuasaan Dan Ideologi Keagamaan Dalam Film Tuhan, Izinkan Aku Berdosa: Analisis Wacana Kritis.
- Dalimunthe. 2020. Komunikasi Antarapribadi dalam Rumah Tangga.
- Gunawan, N. C. 2021. Keprabadian Fully Function Person pada Karakter Rara Dalam Film ‘Imperfect’. e-Proceeding of Management, 8(2), 1681-1700.
- Ismail, H. 2020. Rediscovering Rogers’s Self Theory and Personality.
- Octavianne, S. A. 2021. Konsep Diri Tokoh Yu Jen dalam Film Crouching Tiger, Hidden Dragon 《

- 卧虎藏龙》 Wò Hǔ Cáng Lóng Karya Ang Lee. Jurnal Bahasa Mandarin, 3(2).
- Ratu, B. 2020. Psikologi Humanistik (Carl Rogers) dalam Bimbingan dan Konseling.
- Rizqiyah, H. 2021. Novel Kerumunan Terakhir Karya Okky Madasari: Kajian Psikologi Carl Rogers. Jurnal Sapala, 8(2), 141-153.
- Rogers, C. R. 1961. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin Company. Houghton Mifflin Harcourt.
- Sugiyono. 2014. Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.