

**AUTENTISITAS KEBAHAGIAAN  
DALAM NOVEL *PUTRA SALJU* (2011) KARYA SALMAN EL-BAHRY:  
KAJIAN PSIKOLOGI SASTRA**

**Abdul Basid**

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang  
Email: [abdulbasid@bsa.uin-malang.ac.id](mailto:abdulbasid@bsa.uin-malang.ac.id)

**Hasan Basri**

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang  
Email: [1531138@student.uin-malang.ac.id](mailto:1531138@student.uin-malang.ac.id)

**Imroatul Ngarifah**

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang  
Email: [15310005@student.uin-malang.ac.id](mailto:15310005@student.uin-malang.ac.id)

**Muh. Zuhdy Hamzah**

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang  
Email: [elzuhdyhamzah15@pgmi.uin-malang.ac.id](mailto:elzuhdyhamzah15@pgmi.uin-malang.ac.id)

**ABSTRACT**

This article aims to understand the forms of happiness and how to achieve it in novel entitled “Putra Salju” by Salman El-Bahry based on Martin Seligman’s perspective of positive psychology. This research is descriptive qualitative. The main data source used in this article is the novel *Putra Salju* (2011) by Salman El-Bahry. The researchers read the novel and takes notes of phenomenon based on research goals. Before the data analysis, the data are validated by increasing a diligence, triangulation, and discussion with the friends. The technique of data analysis used is interactive model based on Miles and Huberman perspective. The results of this research show that there are three forms of happiness in this novel. They are pleasant life, good life, and meaningful life. The efforts to achieve the forms of happiness are optimist, wisdom, courage, humanity, simplicity, and transcendence.

**Keywords:** happiness, novel, positive psychology

**ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami bentuk autentisitas kebahagiaan dalam novel *Putra Salju* (2011) karya Salman El-Bahry berdasarkan perspektif psikologis. Selain itu, tujuan yang lain adalah mengungkapkan cara manusia untuk mencapai autentisitas kebahagiaan tersebut. Penelitian ini termasuk jenis penelitian kualitatif deskriptif dengan teknik model interaktif dan menggunakan sumber data utama novel *Putra Salju* karya Salman El-Bahri. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada tiga bentuk autentisitas kebahagiaan

dalam hidup manusia, yaitu hidup yang menyenangkan, hidup yang baik, dan hidup yang berarti. Manusia melakukan upaya untuk mencapai tiga bentuk autentisitas kebahagiaan, yakni senantiasa memiliki sikap yang optimis, sikap kebijaksanaan, keberanian, kemanusiaan, kesederhanaan, dan transendensi.

**Kata Kunci:** kebahagiaan, novel, psikologi positif

## **PENDAHULUAN**

Meskipun definisi kebahagiaan bersifat relatif, setiap manusia yang hidup di dunia ini pasti memiliki keinginan untuk hidup bahagia. Untuk mendapatkan kebahagiaan yang diinginkan, manusia dapat melakukan berbagai cara. Mereka berusaha mendapatkan kebahagiaan dengan cara yang benar dan memilih cara instan. Namun, ada cara yang terkadang mengantarkan mereka kepada kebahagiaan yang semu. Aristoteles mengatakan (dalam Jumiati, 2017:365) bahwa kebahagiaan sejati bukan hidup yang bergelimang kesenangan dan kenikmatan, tetapi hidup yang bermakna dan yang unik dari setiap individu.

Senada dengan Aristoteles, Martin Seligman sang tokoh utama teori psikologi positif juga mengemukakan pendapat yang berbeda dengan tokoh-tokoh psikologi sebelumnya yang cenderung memaknai kebahagiaan adalah pemenuhan hasrat materi dan biologis. Dia mengatakan bahwa kebahagiaan hakiki dalam semua aspek tidaklah bersifat temporal yang sementara, tidak pula bersifat parsial dalam waktu-waktu tertentu yang dipersepsi sebagian orang bahwa seksualitas, hidup dengan bergelimang harta, mabuk-mabukan dan candu dengan obat-obatan terlarang adalah kesenangan yang membahagiakan. Kebahagiaan sejati adalah perasaan baik, yang ditimbulkan oleh kebaikan yang diperbuat oleh manusia (Jumiati, 2017:367-368).

Menurut para psikolog, ada dua faktor yang menjadikan manusia bahagia yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal yang dimaksud adalah penghasilan, pendidikan, kesehatan, dan situasi sosial. Faktor internal adalah kepribadian, nilai hidup, dan keyakinan serta sikap optimis yang tinggi. Dalam penelitian yang dilakukan para pakar psikologi tersebut, faktor internal

itulah yang memiliki andil besar terhadap kebahagiaan individu (Darokah dan Ahmad, 2005:16-17).

Hal tersebut dibuktikan dengan kehidupan masyarakat yang berada di pedesaan yang terpencil sekalipun. Mereka hanya memiliki rumah yang beralaskan tanah dan berdinding bambu atau penghasilan yang sangat minim, Namun, hal itu tidak mengurangi sedikitpun kebahagiaan mereka. Canda dan tawa puas senantiasa menghiasi kehidupan mereka dalam setiap sendi-sendi kehidupan berkeluarga dan bermasyarakat. Kehidupan yang seperti ini sangat bertolak belakang dengan yang ada di perkotaan paling maju sekalipun. Kasus tentang kesehatan mental dan berakhir dengan bunuh diri senantiasa menghiasi pemberitaan di media-media pada beberapa dekade ini.

Autentitas kebahagiaan dalam kehidupan sederhana juga dapat ditemukan dalam sebuah karya sastra berbentuk novel karya Salman El-Bahry yang berjudul *Putra Salju* (2011). Novel yang sarat dengan nilai motivasi ini mengisahkan tentang sikap optimis seorang anak nelayan yang hidup di daerah terpencil bernama *Putra Salju* (2011). Seorang pemuda tangguh memikul dua impian sekaligus. Sang Ayah menginginkannya menjadi ilmuwan sejenius Bachruddin Jusuf Habibie. Sementara, sang ibunda berkemauan keras agar dia menjadi pengusaha sesukses Muhammad Jusuf Kalla dan menikah dengan gadis Bugis. Hal ini bertujuan untuk menjaga kemurnian genetik. Sikap optimis yang dimiliki *Putra Salju* (2011) inilah yang mengantarkan dia mencapai kebahagiaan hakikinya (El-Bahry, 2011).

Dengan jelas dan detail, novel *Putra Salju* (2011) karya Salman el-Bahry ini mengisahkan betapa pentingnya bekerja keras, pendidikan, arti sebuah cita-cita, memiliki tokoh-tokoh yang dikagumi, menolak kata 'putus asa', dan memiliki sikap optimisme demi sebuah akhir pencapaian yang bernama kebahagiaan. Lebih lanjut, novel ini menceritakan tentang kebahagiaan seorang anak untuk membahagiakan kedua orang tuanya. Kebahagiaan orang tua adalah melihat anak kesayangannya sukses.

Untuk mengkaji novel ini, tulisan ini menggunakan teori *authentic happiness* dari Martin Seligman. Konsep Martin tentang autentisitas kebahagiaan yang harus dicapai dengan sikap optimisme, selalu berpikiran positif, terlibat aksi, dan senantiasa memberi kehidupan yang bermakna terhadap sekitar. Hal ini dapat diperoleh dengan aspek emosi positif, kelekatan, relasi yang positif, hidup yang bermakna, dan prestasi. Tulisan ini menemukan bahwa novel *Putra Salju* (2011) ini menunjukkan gagasan tersebut.

Berdasarkan data yang telah diperoleh, tulisan mengenai konsep kebahagiaan dari dari Martin Seligman telah diaplikasikan dalam penelitian. Hal ini sebagai contohnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Asep Awaludin (2017). Penelitian ini mengemukakan bahwa kebahagiaan juga dapat digambarkan melalui kebutuhan seorang figur yang kompeten dan kredibel. Hal ini bertujuan untuk dibaca melalui pikirannya. Baginya, kebahagiaan diposisikan sebagai agenda psikologi positif sekuler-ilmiahnya. Sementara itu, Seligman mengatakan bahwa dengan agendanya yang terbatas oleh dunia temporal. Ibn Sina di sisi lain membawa konsep ini lebih jauh ke dalam dunia metafisik, dengan pendekatan filosofi-religi.

Jusmiati (2017) melakukan penelitian dengan cara mengelaborasi konsep kebahagiaan Seligman sebagai tokoh psikologi positif. Dia menawarkan konsep kebahagiaan yang unik. Menurutnya, manusia pada dasarnya dapat mencapai kebahagiaan yang autentik. Mereka senantiasa berkomitmen dalam melakukan kebajikan dalam hidupnya. Konsep ini sangat menarik jika hal itu dikaitkan dengan konsep kebahagiaan dalam tasawuf positif. Sementara itu, Fatmawati, Indriyani, dan Farhah (2017:172-184) mengemukakan tentang kepribadian tokoh dalam novel yang berdasarkan pada tradisi kebudayaan Timur Tengah. Hal ini menunjukkan bahwa kejiwaan seseorang sangat dipengaruhi oleh sub kebudayaan dan tradisi.

Berdasarkan penelitian tersebut, tulisan ini memfokuskan persoalan terhadap kekuatan optimisme dalam novel *Putra Salju* (2011) karya El Bahry dengan menggunakan teori psikologi kebahagiaan Martin Seligman. Sementara

itu, penelitian yang dilakukan oleh Asep lebih kepada perbandingan dari konsep yang dibawa oleh Seligman dan Ibnu Sina. Sementara itu, Jusmiati lebih memfokuskan pada konsep kebahagiaan yang dibawa oleh Seligman itu sendiri dengan fokus pada keunikan kebahagiaan. Maka dari itu, sebaliknya, tulisan ini memfokuskan pada kekuatan optimisme dalam novel *Putra Salju* (2011) karya El Bahry.

## TEORI DAN METODE PENELITIAN

Psikologi positif berusaha menemukan sesuatu yang menyebabkan pandangan optimistik, misalnya, dan cara mengembangkan dari pada terpusat pada sesuatu yang tidak beres. Dengan meningkatkan kegembiraan dan kebahagiaan, hal ini bisa mengurangi perasaan-perasaan negatif dan depresi. Sebab, pemikiran negatif itu sendiri merupakan penyakit dan bukan hanya sekedar simptom depresi (Ide, 2010:64). Psikologi positif memberikan perhatian utama pada karakter sehingga manusia yang menjadi pemeran utama yang menentukan kebahagiaan atau ketidakh kebahagiaannya. Dalam psikologi positif, Martin membawa konsep *authentic happiness*. Konsep ini dapat mempersatukan berbagai bidang studi dalam gambaran yang utuh (Arif, 2016:9-10).

Kemunculan psikologi positif ini berawal dari rasa keprihatinan Seligman terhadap kajian psikologi yang hampir setengah abad hanya mengkaji tentang penyakit mental atau *illness*. Seligman berpendapat bahwa meskipun kajian tersebut memberikan hasil yang signifikan, namun manusia ingin memperbaiki kelemahannya tersebut. Sebagai konsekuensinya, kajian ini membangun kekuatan dan kebaikan atau panduan untuk mencapai kehidupan yang baik (Mauludi, 2017:59). Seligman mendefinisikan bahwa psikologi positif sebagai studi ilmiah tentang fungsi manusia yang positif dan berkembang pada beberapa tingkat yang mencakup biologis, personal, relasional, kelembagaan, budaya, dan dimensi global kehidupan (Hendriani, 2018:3).

Martin Seligmen menyelidiki secara mendalam ihwal kebahagiaan dan mengembangkan disiplin yang diajarkan Ben Shahaar, yakni psikologi positif. Riset Seligman menunjukkan bahwa ada kemungkinan untuk mempelajari cara merasa lebih puas. Hal ini lebih melibatkan kehidupan, menemukan harapan yang lebih tinggi, dan tertawa lebih banyak, tanpa menghiraukan lingkungan sekitar (Kelly, 2008:59). Seligmen meletakkan kebahagiaan yang autentik sebagai pondasi utama dalam psikologi positif. Dia menggambarkan kebahagiaan yang autentik itu berbasis pada tiga kehidupan, yaitu emosi positif/kesenangan, keterlibatan (*engagement*), dan kehidupan yang bermakna (*meaning*). Semakin baik tiga unsur tersebut, hal ini semakin baik pula kehidupan manusia (Mauludi, 2017:59-60). Tiga unsur tersebut berkaitan dengan *pleasant life* (hidup yang menyenangkan), *good life* (hidup yang baik), dan *meaningful life* (hidup yang berarti) (Darmawansa, 2008:226). Kecenderungan mengejar kebahagiaan melalui *pleasure* disebut pengejar *pleasure life*. Kecenderungan mengejar kebahagiaan melalui *engagement* disebut pengejar *good life*. Kecenderungan mengejar kebahagiaan melalui *meaning* disebut pengejar *meaning life*. Mereka yang mengejar semua kebahagiaan tersebut disebut pengejar *the full life* (Cahyono, tt.: 55).

Menurut Seligmen, konsep kebahagiaan menekankan pada nilai positif atau nilai-nilai kebaikan yang biasa disebut *Cardinal Virtues* (kebaikan utama). Nilai kebaikan bukan merupakan nilai kebaikan yang bertolak ukur pada agama, tapi hal itu lebih kepada kebaikan berdasarkan kesepakatan masyarakat. Meskipun begitu, nilai tersebut diakui agama maupun filsafat. Nilai tersebut disebut sebagai kebijaksanaan (*wisdom/knowledge*), yang mencakup sifat kreatifitas, rasa ingin tahu, berpikir terbuka, cinta belajar, dan perspektif, dan keberanian (*courage*), yang mencakup sifat keberanian, kegigihan, integritas, dan ketahanan. Selain itu, hal yang terkait lainnya adalah kemanusiaan (*humanity*) yang mencakup cinta, kebaikan, dan kecerdasan sosial dan keadilan (*justice*) yang membawahi sifat kewarganegaraan, keadilan, dan kepemimpinan. Selain itu masih ada berbagai hal yang lainnya (Jusmiati,

2017:369-370). Salah satu konsep Martin Seligman adalah *flourishing* (Arif, 2012). *Flourishing* adalah keadaan seseorang yang menunjukkan perkembangan optimal dan fungsi-fungsi berjalan dengan sangat baik. Dalam hal ini, Seligman mengungkap lima aspek yang menentukan *flourishing*, yaitu emosi positif, kelekatan, relasi yang positif, hidup yang bermakna, dan pencapaian/prestasi (Jusmiati, 2017:370-371).

Jenis penelitian ini adalah kualitatif deskriptif. Data diperoleh langsung oleh peneliti tanpa melalui pihak ketiga, dan data maupun hasil berupa teks (Raco, 2013:60). Penelitian ini menganalisis fenomena psikologi, psikologi positif, yang terdapat dalam teks sastra, yaitu novel berjudul *Putra Salju* (2011). Sumber data penelitian ini adalah sumber data yang diperoleh langsung dari objek penelitian (Bungin, 2005:132), yakni novel berjudul *Putra Salju* karya Salman el-Bahri dan berupa buku-buku dan beberapa jurnal dalam topik yang sama, yaitu psikologi positif, optimisme, dan kebahagiaan. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah baca dan catat.

Teknik validasi data yang digunakan adalah meningkatkan ketekunan dan berdiskusi dengan teman sejawat. Teknik validasi data merupakan sebuah upaya untuk menjadi validitas data (Muh dan Luthfiyah, 2017:199). Teknik analisis data yang digunakan adalah model interaktif data perspektif Miles dan Huberman yang terdiri dari tiga komponen: reduksi data, penyajian data, dan penarikan serta pengujian kesimpulan (Pawito, 2007:104). Dalam hal ini, peneliti mengkoordinasikan data, mengklasifikasi, dan mendeskripsikan (Rukayat, 2018:35).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Wujud Simbol Kebahagiaan dalam Novel *Putra Salju* (2011)**

Menurut Seligman, ada tiga tipe kebahagiaan yaitu *pleasant life* (hidup yang menyenangkan), *good life* (hidup yang baik), dan *meaningful life* (hidup yang berarti) (Wesfix, 2015:16). Kebahagiaan yang autentik adalah seseorang memperoleh kombinasi dari ketiga kebahagiaan tersebut (Wesfix, 2015:17). Hal

itu muncul melalui simbolisasi cerita atau tata naratif. Novel itu menunjukkan dalam berbagai bagian wacana yang muncul. Hal itu dapat ditunjukkan sebagai berikut.

*Dalam hatiku bersorak gembira, sambil menguapkan yel-yel kemenangan, horee, ibu dan ayah ridha padaku. Berarti Allah jga ridha padaku. Alhamdulillah(El-Bahry, 2011:76).*

Kutipan tersebut menunjukkan sebuah bentuk dari kebahagiaan hidup. Tokoh Sufu atau Bahar merasakan sebuah kebahagiaan berupa hasrat emosional, yaitu ridha dari kedua orang tuanya. Menurutnya, ridha dari orang tua adalah ridha dari Allah juga. Mereka yakin bahwa dengan membahagiakan orang tuanya, mereka mendapat ridahnya. Kebahagiaan tersebut dapat diketahui dari senyumnya. Untuk itu, mereka terus menerus mengambilkan air untuk ibunya. Dia berhenti setelah mendapat senyum dari sang ibu. Dia juga mengambilkan handuk milik ayahnya, membuatnya jahe dan sang ayah tersenyum dan memujinya.

Kondisi seseorang yang meraih hal-hal yang diinginkan atau yang dirindukan juga disebut kebahagiaan. Cita-cita terpendam, hasrat untuk meraih ketenaran, dan karier biasanya terpenuhi dalam hidup semacam ini (Wesfix, 2015:17). Representasi *good life* dalam novel berjudul "Putra Salju" ini ditunjukkan dalam kutipan berikut ini.

*Masa bodoh! Tidak kupusingkan! Aku malah bangga menjadi selebriti dadakan di mana-mana. Aku hanya berpikir positif saja (El-Bahry, 2011:70).*

Kutipan tersebut menunjukkan bahwa tokoh Sufu atau Bahar lebih memilih bangga dan berpikir positif di tengah sekian banyak versi gosib tetangga pra-musibah yang menyimpannya. Dia berpikir bahwa hal ini justru menguntungkan baginya baik sekarang dan masa depannya. Hal ini dikarenakan dia terkenal tanpa harus memasang iklan.

Kondisi seseorang yang tergabung dalam sesuatu yang lebih besar dan lebih bernilai ketimbang kenikmatan dan hasrat dirinya sendiri juga dianggap kebahagiaan. Kondisi dapat terlihat dalam novel ini. Hal ini ditunjukkan melalui kutipan bahwa "*Sesampainya kami di rumah, dan ibu mengetahui ikan asin*



itu laku, beliau senang bukan main. Terbuktibeliau mengecup keningku. "Sufu, nulle iyyae tu kaapangtandranna, engka maatu seddi wettu, mupuweerei mencaji pedangkang raaja," Ibu membesarkan hatiku dengan mata berkaca-kaca (El-Bahry, 2011:53). Hal ini menunjukkan bahwa ikan gabus yang diasinkan tersebut merupakan bentuk *meaning life*. Tokoh Sufu atau Bahar melakukan suatu kebajikan dan perubahan gaya pikir. Bencana banjir yang awalnya merugikan karena menghanyutkan kelapa-kelapa warga dan meninggalkan ikan-ikan gabus hingga membusuk di rawa-rawa dimanfaatkan oleh tokoh Sufu atau Bahar sumber rezeki terbaru. Hal ini berbeda dengan seluruh masyarakat yang hanya bisa mengeluh dan menggerutu melihat kerugian yang disebabkan banjir dan membiarkan ikan gabus hingga membusuk di rawa-rawa. Sufu atau Bahar berpikir positif dan kreatif dengan memungut dan mengasinkan ikan gabus segar tersebut. Dia tidak mau ikan-ikan tersebut mati membusuk sia-sia. Walaupun belum pernah ada dalam sejarah di desa tersebut menjual ikan air tawar yang diasinkan, mereka tetap optimis ikan tersebut akan laku dipasaran. Semua itu terbukti, ikan tersebut laku dan mereka mendapat keuntungan dan orang tua Sufu atau Bahar sangat bangga. Kepercayaan diri itu menghasilkan sebuah kesuksesan yang awalnya dirasa tidak masuk akal.

Gambaran tentang simbolisasi itu hakikatnya berhubungan dengan pengarang. Sang pengarang pada dasarnya mengemukakan gagasan mengenai upaya pencaharian kebahagiaan. Masa lalu pengarang dapat menjadi bagian dari data yang dimasukkan. Pengarang hidup dalam keadaan yang menginginkan hal tersebut. pada dasarnya, konsep yang dikemukakan oleh novel ini merupakan sebuah hasrat dari pengarang itu sendiri. Hal ini termanifestasikan dari simbol-simbol bahasa, topik-topik, dan fragmen-fragmen dalam teks novel ini. Hal ini sebagai contohnya dimunculkan dalam tulisan yang mengkaji tentang hasrat tersebut. Manik (2016:109-124) mengemukakan tentang hasrat dari Nano Riantiarno melalui tokoh-tokoh dan simbol bahasa dalam teks dramanya. Gagasan serupa juga dimunculkan dalam penelitian Leiliyanti (2016:1-14) yang mengemukakan tentang karakter dalam

novel yang menjadikan bagian dari mimemis. Keduanya pada hakikatnya sama dengan gagasan simbolisasi dalam novel *Putra Salju* (2011).

### **Pencapaian Autentitas Kebahagiaan dalam Novel *Putra Salju* (2011)**

Sebagaimana yang diungkapkan oleh Martin, kebahagiaan yang autentik bisa dicapai dengan tiga basis gaya hidup yaitu emosi positif (selalu berpikiran positif dalam situasi apapun), keterlibatan, dan kehidupan yang bermakna (terhadap masyarakat sekitar). Ketiga basis tersebut kemudian terurai dalam tujuh sikap berikut ini, yaitu sikap optimisme, kebijaksanaan, keberanian, kemanusiaan, kesederhanaan, dan transendensi. Kesemua itu dapat ditemukan dalam novel *Putra Salju* (2011) karya Salman El Bahry.

Sikap mengenai kebijaksanaan harus tertanam kokoh dalam diri seseorang demi mencapai suatu kebahagiaan yang didambakan. Sebab, kebijaksanaan akan menjadikan seseorang pandai dalam melihat dan menyikapi suatu keadaan. Sikap kebijaksanaan dalam novel *Putra Salju* (2011) dapat ditemukan dalam novel ini. Novel ini menunjukkan bahwa kebajikan yang disampaikan terdapat pada sikap Sang Ayah yang lebih suka memberikan teladan terhadap anak-anaknya, ketimbang menasehati atau memberi wejangan langsung. Sebab, sebuah teladan lebih memberikan dampak yang luar biasa ketimbang dari sekedar wejangan saja. Hal ini sebagaimana yang juga dikemukakan oleh sang Ayah "*Sudah lama Ayahingin memberi jawaban atas pertanyaanmu, bahkan sebelum kau menanyakannya. Tapi, Ayah pikir memberi teladan jauh lebih baik daripada menjawab sebuah pertanyaan. Ketauhilah olehmu Rudi, keteladanan lebih baik daripada sekedar pengetahuan.*" (El-Bahry, 2011:84).

Novel itu juga menjelaskan cara 'membaca' sebagai sebuah aktivitas yang dirasa sangat penting oleh Ayah. Membaca adalah sebuah upaya mencapai kemajuan diri. Hal ini juga cara untuk mencapai kedewasaan dan kebijaksanaan diri dalam hal pola pikir dan bersikap. Hal itu juga ditampilkan dalam novel ini sebagai upaya untuk mencari pengetahuan. Dengan

pengetahuan tersebut, pencapaian eksistensi akan lebih muncul dan menyebabkan sang tokoh menjadi bahagia.

Sang Ayah dalam novel ini juga digambarkan sebagai sosok yang sangat bijak. Ketika sang anak melakukan sebuah kesalahan, dia tidak akan marah sebab hal tersebut justru akan menjadikan sang anak menutup diri. Hal ini pada akhirnya menimbulkan keteladanan dari sang anak atau yang melihatnya. Keteladanan ini justru akan menyebabkan sebuah kebijaksanaan. Kebijakan yang muncul sebagai upaya untuk mencari kebahagiaan. Hal ini terlihat dalam kutipan berikut:

*“Pak Hasan, saya mohon maaf atas kata-kata dan perbuatan saya kemarin.” Petta Sompe meminta maaf, menacairkan suasana yang sejak tadi terasa kaku dan tegang.” “Ya, saya juga mohon maaf karena telah melenyapkan nyawa La Teruu.” (El-Bahry, 2011:121).*

Nilai kebijaksanaan juga ditunjukkan dalam kutipan tersebut. Petta Sompe yang marah dikarenakan anjing kesayangannya dibunuh oleh Pak Hasan, ayahnya Putra Salju. Petta Sompe merasa dirinya bersalah karena anjingnya telah menggigit Putra Salju dan Pak Hasan juga meminta maaf. Sebab, amarahnya telah membunuh anjing kesayangan tetangganya dan juga anjing kesayangan masyarakat desa. Seorang yang bijak tidak akan pernah merasa dirinya benar meski dalam keadaan benar sekalipun. Dia akan selalu merendahkan diri dengan menganggap bahwa dirinyalah yang salah. Ketika ada dua orang saling berebut kesalahan (dalam artian yang positif), kedamaian akan senantiasa terjalin diantara keduanya. Perasaan bersalah dan kemudian saling memaafkan juga ditemukan dalam kutipan berikut; “Dik, maafkan aku ya, aku khilaf.” “Ya, aku juga minta maaf. Aku banyak salah sama Abang. Aku menghiraukan nasehat Abang, padahal Abang lebih tahu tentang Islam karena pernah sekolah di pesantren. Maafkan aku ya, Bang.” (El-Bahry, 2011:237).

Menurut Martin Seligman, untuk mencapai kepada sebuah kebahagiaan yang hakiki, sikap berani dan kuat dalam diri seseorang perlu dilakukan. Sikap itu juga ditemukan dalam novel *Putra Salju* karya Salman El Bahry. Sikap keberanian juga tampak dalam menyelamatkan sang Adik. Putra Salju rela

terjun dalam sungai yang sangat berbahaya. Putra Salju juga menampakkan keberaniannya dengan menyelam ke dasar sungai demi menyelamatkan sang Ibu.

*Nasir mulai gusar berputar-putar. Dia ingin segera semuanya berakhir, maka ia mendatangi ayah meminjam badik bertuahinya sambil membungkukkan badan memohon restunya agar diperkenankan turun ke bawah bertarung secara jantan (El-Bahry, 2011:218).*

Nilai keberanian terlihat jelas dalam kutipan tersebut. Nasir melawan perampok yang sedang menyatroni rumahnya seorang diri. Nasir melakukan itu demi melindungi keluarganya. Pada hakikatnya, keberanian yang dimiliki Nasir disokong penuh oleh keberanian keluarganya. Keberanian keluarga untuk melepaskan Nasir berjuang di luar sendiri, meskipun mereka tidak tahu berapa jumlah lawan yang ada di luar sana. Keberanian sangat diperlukan demi mencapai dan menjaga sebuah autentitas kebahagiaan yang dimiliki oleh keluarga Putra Salju.

Dalam pencapaian menggapai hakikat kebahagiaan, nilai-nilai kemanusiaan harus di junjung tinggi. Dalam novel *Putra Salju* (2011), nilai kemanusiaan muncul seperti dalam kutipan-kutipan berikut. *Jika tidak ada orang yang menyelamatkan arsip-arsip tersebut pasti rusak terkena air. Tanpa pikir panjang aku mendayung jongkong sendirian menuju balai desa* (El-Bahry, 2011:15). Putra Salju juga berusaha menyelamatkan arsip-arsip desa murni demi untuk kepentingan masyarakat. Dia sama sekali tidak mengharapkan balasan apapun. Menurutnya, senyum masyarakat adalah kebahagiaan tersendiri baginya. Hal ini menjadikan hidup yang lebih bermakna. Hal itu merupakan salah satu basis untuk mencapai kebahagiaan yang hakiki. Basis tersebut telah diterapkan oleh keluarga Putra Salju ketika desanya sedang dilanda musibah banjir.

Kesederhanaan bukan berarti hidup dalam garis kesusahan. Sebab, kesederhanaan merupakan sebuah pilihan gaya hidup. Martin menciptakan hidup yang sederhana sebagian basis dalam pencapaian kebahagiaan hidup. Kesederhanaan itu dapat ditemukan dalam kisah novel ini. Kesederhanaan sangat tampak dalam kehidupan keluarga Putra Salju. Mereka hidup seadanya

dengan saling bekerjasama antara anggota keluarga satu dengan yang lainnya sehingga terciptalah sebuah keharmonisan dan ketenangan di dalamnya.

Selain nilai kebahagiaan, usaha untuk mencapai kebahagiaan positif juga dilakukan melalui optimisme dan harapan. Keduanya muncul dalam teks novel ini. Hal ini menunjukkan bahwa novel ini menggambarkan dan memberikan simbol-simbol tentang hal itu. Nilai transendensi juga muncul dalam novel ini. Hal ini sebagai contohnya adalah optimisme dan harapan. Aldita mengatakan bahwa optimisme yang dimiliki seseorang mampu mengarahkan setiap pelakunya untuk mewujudkan keinginan tersebut. Optimisme akan membawa cara individu untuk belajar realistis dalam melihat suatu peristiwa dan masa depan. Hal ini dapat membantu untuk menghadapi kondisi sulit dalam kehidupan serta mampu mengerjakan sesuatu menjadi lebih baik (Shofia, 2009:5). Novel ini banyak memunculkan nilai optimisme dan harapan di dalamnya diantaranya dalam kutipan-kutipan berikut: *"Ya sudahlah, semua telah berlalu, mari kita mulai hari esok dengan penuh optimis."* (El-Bahry, 2011:34).

Kutipan tersebut mengungkapkan bahwa Pak Kades kehilangan arsip desa. Manakala semua arsip desa hilang terbawa banjir, Pak Kades dan warga setempat mengetahui bahwa Baharuddin telah menyelamatkan arsip-arsip tersebut. Dia menyimpannya di rumah. Poin yang dapat diambil dari ucapan Pak Kades itu adalah sikap penuh optimis. Sebuah sikap yang dapat menjadikan seseorang selalu berfikir positif yang pada akhirnya menghasilkan sebuah aksi yang produktif. Dengan selalu berfikir positif, seseorang tidak akan pernah mengeluh dan meratapi semua bencana yang terjadi sehingga hatinya akan tenang dan terus diliputi kebahagiaan.

*"Apa ada orang yang mau beli. Di Guntung banyak ikan laut yang diasinkan? Apa ada orang yang suka makan ikan tawar yang diasinkan?" ayah meragukan jawabanku. "Ayah, kita coba saja bawa sekarung. Kita tawarkan ke Pasar Haka," kataku optimis* (El-Bahry, 2011:45).

Penggambaran sikap optimisme begitu kuat dalam kutipan tersebut. Dimana dibutuhkan tekad dan keyakinan yang kuat untuk merealisikannya.

Baharuddin sadar bahwa kemungkinan ikan asinnya tidak laku sangatlah besar. Ia sempat mawas diri ketika melihat keraguan sang ayah. Dia juga was-was mengingat perjuangan membawa ikan asin menuju pasar membutuhkan perjuangan yang luar biasa. Harus naik feri dan jalan kaki berjam-jam. Pertanyaan sang ayah, *apa ada orang yang mau beli?* Terus terngiang di telinganya. Namun, ibarat busur sudah terlepas dari tangan, ia terus menguatkan tekad dan harapan dalam diri. Hingga pada akhirnya, satu karung ikan asinnya pun laku di beli oleh pemilik kios Selalu Berseri dengan harga tiga puluh lima ribu rupiah. Kontan Baharuddin langsung memeluk Ayahnya dari belakang. Sebagai perwujudan kebahagiaan, dia mendapatkan suatu kegembiraan.

Humor atau candaan sangat diperlukan demi menggapai kebahagiaan hidup yang sempurna. Humor merupakan sebuah cara untuk mencapai kebahagiaan. Dengan humor, seseorang akan bisa tertawa sehingga menjadikan pikirannya lebih tenang dan santai. Ketika pikiran menjadi santai, hal itu akan menjadikan perilaku seseorang lebih kondusif dan terarah. Novel *Putra Salju* (2011) ini menghadirkan humor sebagai bagian dari upaya mencari kebahagiaan. Hal ini disebutkan dalam novel tersebut bahwa tokoh Pak Kades mengeluarkan humor ketika mereka mengadakan musyawarah bersama warga untuk membahas arsip-arsip desa yang tidak terselamatkan. Pak Kades mengeluarkan humor tersebut untuk mencairkan suasana agar menghasilkan kesepakatan yang diharapkan. Hal ini bertujuan agar warga lebih tentram dan bahagia. Selain itu, candaan juga dilakukan oleh tokoh utama dalam novel *Putra Salju* (2011) saat sang ibu merasakan trauma yang berat akibat tenggelam. Terkadang, sebuah candaan tidak hanya bertujuan mencairkan suasana dalam musyawarah saja, tetapi hal itu juga untuk merajut keakraban dan keharmonisan dalam keluarga.

Selain humor, upaya pencapaian kebahagiaan juga dapat dilakukan dengan jalan spritualitas atau usaha mendekatkan diri pada Tuhan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Darokah dan Diponegoro, spiritualitas mampu

menjadikan kehidupan yang lebih baik. Seseorang yang memiliki spiritualitas yang tinggi akan mempunyai umur yang lebih panjang dan kesehatan mental yang lebih baik bila dibandingkan mereka yang tidak aktif atau kurang aktif (Darokah dan Diponegoro, 2005:17).

Seligman mengungkapkan bahwa nilai moral yang terkandung dalam ajaran berbagai agama dan budaya merupakan hal yang cukup penting dalam mengatasi berbagai masalah psikologi (Darokah dan Diponegoro, 2005:17). Hal tersebut sangat beralasan sebab sebuah ajaran atau agama ibarat rem atau pengontrol kehidupan manusia. Agama menjadi sebuah pengendali dan tempat kembali dalam setiap permasalahan. Dengan agama, seseorang merasa memiliki Tuhan yang menjadi tempat mengadu. Dengan merasa memiliki Tuhan, seseorang selalu bersikap optimis dan selalu berpikiran positif.

Dalam novel tersebut, hal itu digambarkan dalam adegan novel ini. Sosok Ayah dan keluarganya merupakan seorang muslim yang taat. Dia senantiasa menjalankan ibadah salat di musola dekat rumahnya. Sosok muslim yang taat lebih dikuatkan lagi ketika ayah dan keluarganya hidup nomaden yang selalu pindah-pindah tempat dan setiap mereka pindah. Sang Ayah selalu dituakan dengan menjadikannya sebagai imam salat. Hal ini dapat dibuktikan dengan kutipan; *Apalagi keluargaku di desa itu cukup disegani. Karena Ayahku seorang imam shalat, sama ketika masih bermukim di Parit Tiga. Ibuku seorang guru ngaji. Kakaku Khomsah seorang guru sekolah tsanawiyah di Guntung. Sementara aku sendiri alumnus pesantren dan sedang menempuh kuliah* (El-Bahry, 2011: 239). Secara umum, seseorang yang memiliki keyakinan atau nilai-nilai spritualitas yang tinggi terhadap agamanya, dia akan mampu menjadikan dirinya selalu berpikiran positif. Bahkan, hal itu dibuktikan ketika mereka terkena sebuah musibah. Dengan keadaan itu, dia tidak akan mudah mengeluh sehingga hal ini menjadikannya selalu tenang dan bahagia.

Gambaran tentang upaya pencapaian kebahagiaan ini pada hakikatnya merupakan gambaran dari diri pengarang. Pengarang menjadikan upaya pencapaian kebahagiaan ini bagian dari sisi kejiwaannya. Namun, hal ini perlu

dieksplorasi lebih jauh lagi. Tulisan ini hanya mengemukakan sastra sebagai bagian dari mimesis. Simbol-simbol dan bentuk-bentuk upaya pencapaian kebahagiaan merupakan simbolisasi dari upaya dan kehidupan pengarang novel ini. Hal seperti ini juga diungkapkan dalam penelitian yang lain seperti Nitayadnya (2015:17-30) yang mengungkapkan gagasan tersebut. Pengarang ini hakikatnya menyampaikan gagasan tersebut.

## SIMPULAN

Novel *Putra Salju* (2011) merupakan sebuah novel motivasi yang menggambarkan kehidupan yang sederhana. Namun, novel ini menyampaikan gagasan tentang keharmonisan, ketenangan, dan kebahagiaan yang autentik. Hal ini menjadikan sebuah harapan besar dari orang tua terhadap anaknya. Dia dididik sedemikian rupa sehingga mereka bisa menjadi pribadi yang diharapkan. Dari penelitian yang dilakukan, novel ini menggambarkan bentuk kebahagiaan, yaitu hidup yang menyenangkan, hidup yang baik, dan hidup yang berarti. Gaya hidup yang diterapkan dalam novel ini merupakan upaya untuk pencapaian kebahagiaan yang hakiki. Melalui novel tersebut, gambaran mengenai upaya pencarian kebahagiaan dapat ditunjukkan melalui sikap yang optimis, sikap kebijaksanaan, keberanian, kemanusiaan, kesederhanaan, dan transendensi. Kesemua itu terkonsep dalam tiga basis kehidupan yaitu selalu berpikir positif, keterlibatan diri, dan menjadikan hidup lebih bermakna.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arif, I. S. (2016). *Psikologi Positif*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Bahry, S. E. (2011). *Putra Salju*. Yogyakarta: Diva Press.
- Bungin, B. (2005). *Metode Penelitian Kualitatif : Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: Kencana.
- Cahyono, S. B. (tt). *Refleksi & Transformasi Diri : Meraih Kesembuhan dan Kebahagiaan*. Jakarta: GCloud, Imprint PT Gramedia Pustaka Utama.
- Darmawansa, D. (2008). *Champion : 101 Tip Motivasi dan Inspirasi Sukses Menjadi Juara Sejati*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Fatmawati, N.I., Indriyani, E.P., Farhah, E. (2017). "Kepribadian Tokoh Seniman dan Gadis Muda dalam Cerpen Wajah Al-Haqiqah", *Haluan Sastra Budaya*,



*Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Humaniora*, Vol. I, No. 2, Desember 2017, hlm. 172-183

- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologi : Sebuah Pengantar*. Jakarta Timur: Prenadamedia Group.
- Ide, P. (2010). *Imunisasi Mental untuk Bangkitkan Optimisme*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Jusmiati. (2017). "Konsep Kebahagiaan Martin Seligman: Sebuah Penelitian Awal". *Rausyan Fikr*, Vol. 13, No. 2, Desember 2017, hlm. 359-374
- Kelly, K. (2008). *The Secret of The Secret*. Bandung: PT Mizan Pustaka.
- Leiliyanti, E. (2106). "Pembongkaran Eksistensi Tokoh Utama dalam *Peeling Karya Peter Carey*", *ATAVISME*, Vol. 19, No. 1, Edisi Juni 2016, hlm. 1-14
- Manik, R.A. (2016). "Hasrat Nano Riantiaro dalam *Cermin Bening: Kajian Psikologianalisis Lacanian*", *META SASTRA, Jurnal Penelitian Sastra*, Vol. 9, No. 1, Juni 2016, hlm. 109-124
- Mauludi, S. (2017). *Happiness Here! Bahagia Tuh di Sini!* Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Muh, F., & Luthfiah. (2017). *Metode Penelitian: Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus*. Sukabumi: CV Jejak.
- Nitayadnya, I Wayan. (2015). "Ansietas S.E.W. Roorda van Eysinga dalam Puisi: *Hari Terakhir Orang Belanda di Pulau Jawa: Psikoanalisis Jaques Lacan*", *META SASTRA, Jurnal Penelitian Sastra*, Vol. 8, No. 1, Juni 2015, hlm. 17-30
- Pawito. (2007). *Penelitian Komunikasi Kualitatif*. Yogyakarta: LkiS.
- Raco, J. (2013). *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis Karakteristik, dan Keunggulannya*. Jakarta: Grasindo.
- Rukajat, A. (2018). *Pendekatan Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Deepublish.
- Shofia, F. (2009). "Optimisme Masa Depan Narapidana". Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Suseno, M. N. (2013). "Efektivitas Pembentukan Karakter Spiritual Untuk Meningkatkan Optimisme Terhadap Masa Depan Anak Yatim" *Jurnal Intervensi Psikologi*, Vol. 5 No. 1, Juni 2013, hlm. 1-24