

Abstrak

MUSTIKAWIDHI, ROSALIA BHUANA BUDI. (2021). **Veronika's Efforts in Overcoming Her Depression as Seen in Paulo Coelho's *Veronika Decides to Die***. Yogyakarta: Program Studi Sastra Inggris, Fakultas Sastra, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian ini membahas tentang novel Paulo Coelho yang berjudul *Veronika Decides to Die*. Novel ini layak untuk dianalisis karena memperlihatkan kepada pembaca tentang perjalanan seorang wanita menemukan motivasi untuk berupaya mengatasi depresinya. Situasi wanita ini mencerminkan hal yang dialami banyak orang dalam kehidupan nyata. Karena itu novel ini dapat membantu orang lain untuk melihat bahwa mereka juga dapat menemukan motivasi untuk terbebas dari depresi mereka.

Terdapat tiga tujuan dalam penelitian ini. Pertama, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan karakter Veronika sebagai tokoh utama didalam novel. Kedua, untuk mengidentifikasi gejala depresi yang dialami Veronika. Ketiga, untuk mengetahui upaya Veronika dalam mengatasi depresi.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi pustaka dengan novel *Veronika Decides to Die* sebagai sumber utama. Buku, skripsi, jurnal, dan juga artikel dari internet digunakan sebagai sumber sekunder. Selain itu, karena penelitian ini berfokus pada upaya Veronika dalam mengatasi depresinya, maka pendekatan psikologis digunakan. Peneliti juga menerapkan beberapa teori dalam penelitian ini; teori karakterisasi, teori depresi, dan hubungan antara sastra dan psikologi.

Berdasarkan analisis, Veronika digambarkan sebagai sosok yang introvert, mandiri, terorganisir, dan pemikir berlebih. Dia juga menunjukkan beberapa gejala depresi; merasa hampa, pesimis, tidak berharga, dan memikirkan tentang kematian atau bunuh diri, dan mencoba untuk bunuh diri. Selanjutnya untuk mengatasi depresinya, Veronika melakukan berbagai upaya. Peneliti menggunakan teori Jones untuk melihat bagaimana Veronika mencari bantuan untuk mengatasi depresinya. Pertama, ekspresi adalah kuncinya, Veronika berusaha mencari cara untuk lebih banyak mengekspresikan emosinya. Kedua, nasihat teman, Veronika mencari teman di rumah sakit jiwa dan mencari nasihat serta bantuan dari mereka. Ketiga, saran ahli, Veronika berupaya mencari pertolongan seorang dokter.

Kata kunci: Depression, effort, motivation

Abstract

MUSTIKAWIDHI, ROSALIA BHUANA BUDI. (2021). **Veronika's Efforts in Overcoming Her Depression as Seen in Paulo Coelho's *Veronika Decides to Die***. Yogyakarta: Department of English Letters, Faculty of Letters, Universitas Sanata Dharma.

This study discusses Paulo Coelho's novel entitled *Veronika Decides to Die*. The novel is worth analyzing because it shows the readers about a woman's journey finding the motivation to make efforts to overcome her depression. Her situation reflects what many people experience in real life, and for this reason, the story can help other people to see that they can also find the motivation to be free from their depression.

There are three objectives in this study. First, this research aimed to describe the characteristics of Veronika as the major character in the novel. Second, it is intended to identify the symptoms of depression experienced by Veronika. Third, it is aimed to find out Veronika's efforts to overcome her depression.

The method utilized in this study is library research encompassing the novel *Veronika Decides to Die* as the primary source. Books, theses, journals, and also articles from the internet are used as secondary sources. Moreover, since this study focuses on Veronika's effort to overcome her depression, psychological approach is used. The researcher also applied some theories to answer the formulated questions; the theory of characterization, the theory of depression, and the relation between literature and psychology.

Based on the analysis, Veronika is described as an introvert, independent person, organized person, and an overthinker. She also shows some symptoms of depression, they are feeling empty, pessimistic, worthless, and thinking of death or suicide, and attempting suicide. Furthermore, in order to overcome her depression, Veronika makes some efforts. The researcher uses Jones' theory to see how Veronika seeks help to overcome depression. First, expression is key, Veronika tries to find ways to express her emotion more. Second, friendly advice, she makes friends at the mental asylum and seeks advice and help from them. Third, expert advice, Veronika makes an effort to get help from a doctor.

Keywords: Depression, effort, motivation.