

Mekanisme Pertahanan Ego Pada Tokoh Cakrawala Dalam Novel *Not Me* Karya Caaay

Nia Kofifah Anggoro Wati
Universitas Teknologi Yogyakarta
Email: nia.5221111146@student.uty.ac.id

Iyad Jauzaa Kumala Intan
Universitas Teknologi Yogyakarta
Email: iyad.5221111141@student.uty.ac.id

Eva Dwi Kurniawan
Universitas Teknologi Yogyakarta
Email: eva.dwi.kurniawan@staff.uty.ac.id

Jl. Siliwangi (Ringroad Utara), Jombor, Sleman, D.I. Yogyakarta 55285
Korespondensi penulis : nia.5221111146@student.uty.ac.id

Abstract. *The purpose of this study is to describe the ego defense mechanism in the character Cakrawala in the novel Not Me by Caaay using the study of Sigmund Freud. This research method uses qualitative research methods. The data collection technique used in this study is a literature study. The method used uses the approach of Literary Psychology. The findings obtained show that the Cakrawala character has an ego defense mechanism in the form of repression, denial, reaction formation, rationalization and fantasy and streotype.*

Keywords: *Ego Defense Mechanisms, Literary Psychology, Novels, Sigmund Freud.*

Abstrak. Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan mekanisme pertahanan ego pada tokoh Cakrawala dalam novel Not Me Karya Caaay menggunakan kajian Sigmund Freud. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kepustakaan. Metode yang dipakai menggunakan pendekatan Psikologi Sastra. Hasil temuan yang diperoleh menunjukkan bahwa tokoh Cakrawala memiliki mekanisme pertahanan ego berupa represi (*repression*), penolakan (*denial*), reaksi formasi (*reaction formation*), rasionalisasi (*rationalization*) dan fantasi dan streotype.

Kata kunci: Novel, Mekanisme Pertahanan Ego, Psikologi Sastra, Sigmund Freud

LATAR BELAKANG

Novel banyak digemari oleh siapa saja, terutama remaja dan orang dewasa pecinta fiksi. Mereka akan membaca novel jika merasa bosan dan jenuh, namun banyak juga yang awalnya hanya membaca novel dan akhirnya menjadi novelis. Novel tidak hanya berbentuk buku saja, sekarang sudah banyak aplikasi online yang menyediakan cerita fiksi dan e-book untuk penggemarnya. Genre yang terkandung dalam novel pun banyak mulai dari romantic, fantasi, slice of life, fan fiction, aksi, horror dan masih banyak lagi.

Karya sastra khususnya novel berisikan kejadian atau peristiwa yang disisipkan oleh pengarang dan dihidupkan oleh tokoh-tokoh yang memegang peranan penting dalam

cerita. Setiap tokoh memiliki karakteristik yang berbeda. Melalui tokoh-tokoh tersebut pengarang menggambarkan peristiwa atau kejadian yang terjadi pada kehidupan manusia. Perbedaan karakter tokoh sangat mempengaruhi terjadinya peristiwa-peristiwa yang menarik di dalam karya sastra. Menurut Arini, (Pradnyana, dkk., 2019:340) pengarang selalu menampilkan tokoh yang memiliki karakter sehingga karya sastra juga menggambarkan kejiwaan. Dengan kenyataan tersebut, karya sastra selalu terlibat dalam segala aspek hidup dan kehidupan, tidak terkecuali aspek kejiwaan atau psikologi.

Oktavia, dkk., (2023: 2) mengemukakan bahwa psikologi sastra mempelajari fenomena kejiwaan tertentu yang dialami oleh tokoh utama dalam karya sastra ketika merespon atau bereaksi terhadap diri dan lingkungannya dengan demikian gejala kejiwaan dapat diungkap melalui perilaku tokoh dalam sebuah karya sastra.

Karya sastra adalah seperangkat gambaran ide pengarang yang terlahir dari sebuah realita kehidupan yang diproses melalui sebuah intelektual dan ketajaman imajinasi. Seorang pengarang mengungkapkan ide, pikiran, perasaan, imajinasinya melalui sebuah karya sastra yang memiliki manfaat untuk kehidupan masyarakat (Ernawati, dkk., 2017:102).

Sedangkan, novel berasal dari Italia yaitu novella, "berita". Novel adalah bentuk prosa baru yang melukiskan sebagian kehidupan pelaku utamanya yang terpenting, paling menarik, dan yang mengandung konflik. Konflik atau pergulatan jiwa tersebut mengakibatkan perubahan nasib pelaku, lika roman condong pada idealisme, novel pada realisme. Menurut Nurgiyantoro, (2015: 13) mendefinisikan novel sebagai cerita yang menyajikan suatu hal yang lebih banyak, rinci, detail, serta melibatkan banyak permasalahan yang rumit. Nurgiyantoro menguraikan batasan novel sebagai sebuah karya fiksi yang berbeda dengan karya fiksi yang lainnya, seperti puisi, dan cerita pendek.

Setiap novel pasti memiliki ciri khas dari penulisnya masing-masing. Ada yang mengangkat kisah percintaan anak remaja, kehidupan sehari-hari mereka hingga Kesehatan mental seseorang. Seorang penulis dapat menuangkan berbagai ide kreatif dalam pikiran mereka dalam sebuah novel. Contohnya novel yang sedang kami analisis karya Caaay yaitu Not Me.

Novel karya Caaay berkisah tentang seorang remaja 17 tahun bernama Cakrawala yang selalu ceria meskipun ia mendapat siksaan dari ayah tirinya dan teman-temannya. Siksaan yang ia dapat berupa siksaan fisik (dipukul, ditendang, ditampar, dll) dan siksaan batin (dikatai gila, dll). Senyum yang ia pancarkan tiap hari tidak menunjukkan bahwa dia sedang senang atau bahagia, namun dibalik senyuman itulah tersimpan banyak luka dan

penderitaan yang selama ini tokoh Cakrawala alami. Hal tersebut membuat kami yakin bahwa tokoh Cakrawala memiliki mekanisme pertahanan ego.

Menurut Martono, dkk (2016:89) mekanisme pertahanan terjadi karena adanya dorongan atau perasaan beralih untuk mencari objek pengganti. Freud menggunakan istilah mekanisme pertahanan mengacu pada proses alam bawah sadar seseorang yang mempertahankannya terhadap kecemasan (*anxietas*); mekanisme ini melindunginya dari ancaman-ancaman eksternal atau adanya impuls-impuls yang timbul dari kecemasan (*anxietas*) internal dengan berbagai cara. Dalam teori psikologi kepribadian, mekanisme pertahanan ini mencerminkan kepribadian secara umum, tetapi juga dalam pengertian penting dapat mempengaruhi perkembangan kepribadian. Kegagalan mekanisme pertahanan tersebut memenuhi fungsi pertahanannya bisa berakibat pada kelainan mental (Minderop, 2011:29 dalam Martono, dkk, 2016:89).

Sebagai bandingan, kami mendapat beberapa tinjauan Pustaka dari kajian terdahulu yang relevan tentang mekanisme pertahanan ego seperti Widatama, Sudiatmi, Septiari (2022) yang menganalisis novel yang berjudul *Two Lost Souls* karya Pia Devina mengenai mekanisme pertahanan ego pada tokoh utama Allena yang menghasilkan represi, sublimasi, apatis, pengalihan, rasionalisasi, reaksi formasi, regresi dan agresi.

KAJIAN TEORITIS

Sebagai bandingan, kami mendapat beberapa tinjauan Pustaka dari kajian terdahulu yang relevan tentang mekanisme pertahanan ego seperti Widatama, Sudiatmi, Septiari (2022) yang menganalisis novel yang berjudul *Two Lost Souls* karya Pia Devina mengenai mekanisme pertahanan ego pada tokoh utama Allena yang menghasilkan represi, sublimasi, apatis, pengalihan, rasionalisasi, reaksi formasi, regresi dan agresi. Lalu, Raudhatul Jannah dan Hanisfa Salsabila (2022) yang meneliti mekanisme pertahanan ego Said Mahran dalam novel *Al-Lisshu Wa Al-Killab* karya Najib Mahfudz yang menggunakan kajian psikologi sastra Sigmund Freud. Hasil dari penelitian tersebut menunjukka mekanisme pertahanan diri berupa Fantasi, Proyeksi, Pengalihan, Reaksi Formasi, dan Apatitis. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Hani, dkk., (2023) tentang Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Bujang Dalam Novel *Pulang* Karya Tere Liye. Temuan yang diperoleh pada tokoh Bujang dalam Novel *Pulang* menunjukkan bahwa adanya 3 bentuk mekanisme pertahanan diri yaitu represi, sinkronisasi, dan kasih sayang. Lalu, Azizah, dkk., (2023) menganalisis tentang Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Zee Dalam Novel *Insecure* Karya Seplia dianalisis menghasilkan 5 mekanisme pertahanan diri yaitu penyangkalan, represi, penghindaran, pengalihan dan

proyeksi. Dan yang sering digunakan yaitu mekanisme pertahanan diri penyangkalan dan penghindaran. Serta, Prastya, dkk., (2023) menganalisis tentang Mekanisme Pertahanan Diri Sigmund Freud Pada Tokoh Margio Dalam Novel *Lelaki Harimau* Karya Eka Kurniawan menghasilkan 6 mekanisme pertahanan diri yaitu Represi, Rasionalisasi, Pengalihan, Proyeksi, Penyangkalan, dan Regresi.

Dalam penelitian ini, kami menganalisis mekanisme pertahanan ego dari tokoh utama novel *Not Me* karya Caaay ini menggunakan kajian dari Sigmund Freud. Ada beberapa aspek yang kami analisis dan hasil menunjukkan hanya ada 5 aspek yang memenuhi tokoh Cakrawala dalam novel tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan psikologi sastra, yaitu ilmu yang memandang karya sastra sebagai aktivitas kejiwaan. Pendekatan psikologi sastra merupakan studi tipe dan hukum-hukum psikologi yang diterapkan pada karya sastra (mengipresentasikan dan menilai karya sastra dengan psikologi) yang merupakan kajian utama dalam psikologi sastra (Parmin, 2019:10 dalam Nugroho Y.A, 2020: 2). Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Menurut Bodan dan Taylor (2019), sebagaimana yang dikutip oleh Lexy J. Moleong (2011:4) metode penelitian kualitatif yaitu penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati (Dr. H. Zuchri. A, S.I.K., M.Si, 2021:30). Penelitian ini bertujuan untuk secara rinci menguraikan dan menjelaskan isu dari penelitian yang ada (Sarnoto, dkk., 2023), kemudian melakukan analisis dan interpretasi terhadap data yang telah terkumpul (Saediman, dkk., 2021). Dalam konteks ini, metode penelitian yang diterapkan adalah metode penelitian kualitatif yang menghasilkan data tertulis yang diperoleh hasil penelitian dari tokoh Cakrawala pada novel *Not Me*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut Halifah (2015) mekanisme pertahanan ego biasa terjadi karena adanya tekanan, dorongan, atau perasaan yang beralih untuk mencari objek pengganti. Kegiatan atau proses mekanisme pertahanan ego tersebut dengan mengurangi ketegangan sesuai dengan cara kerja dari mekanisme pertahanan ego. Maka dari itu, sesuai dengan pemahaman dari Freud ada beberapa bentuk mekanisme pertahanan ego yang dilakukan.

Mekanisme pertahanan ego menurut definisinya tidak disadari, yang Sebagian membuatnya efektif. Mereka melibatkan membohongi diri sendiri dan distorsi realitas dengan derajat tertentu; ini mencegah kita agar tidak dibuat kewalahan oleh ancaman temporer atau

trauma dan dapat memberikan “ruang untuk bernapas” untuk berdamai dengan konflik atau menemukan cara-cara alternatif untuk mengatasinya (Gross, 2013: 433).

Freud menggunakan istilah mekanisme pertahanan untuk menjelaskan proses alam bawah sadar seseorang yang mengacu pada pertahanannya terhadap ansietas atau kecemasan. Mekanisme inilah yang melindunginya dari ancaman-ancaman eksternal atau adanya stimulus-stimulus yang muncul dari ansietas internal dengan mendistorsi realitas dengan berbagai cara. Mekanisme pertahanan ego memiliki 9 aspek, yaitu represi (repression), sublimasi, proyeksi, pengalihan (displacement), rasionalisasi (rationalization), reaksi formasi (reaction formation), regresi, agresi dan apatis, fantasi dan stereotype. Namun, tidak semua aspek tersebut terdapat dalam mekanisme pertahanan ego tokoh Cakrawala. Setelah kami baca dan pahami, ada 5 aspek mekanisme pertahanan ego tokoh Cakrawala yang terpenuhi yaitu represi, penolakan, reaksi formasi, stereotype, dan rasionalisasi.

Represi (*Repression*)

Represi terjadi Ketika ide, memori, atau emosi yang mengancam ditahan agar tidak keluar ke tataran kesadaran (Wade, Tavris & Garry, 2014:206). Untuk mengurangi kecemasan yang ditimbulkan oleh dorongan id yang tidak dapat diterima, represi menekankan kembali dorongan ini kembali ke alam bawah sadar (Laura A. King, 2016:101). Freud menggunakan istilah represi untuk menyebut tindakan sadar maupun tidak sadar yang menghalangi munculnya hal-hal tidak menyenangkan ke kesadaran manusia. Namun, ilmuwan lainnya cenderung menganggap bahwa represi merupakan pertahanan diri yang tidak disadari (Wade, Tavris & Garry, 2014: 206).

Represi dari tokoh Cakrawala dapat dilihat pada kutipan teks di bawah ini.

Saat kejadian masalah dimana Cakra di dalam lemari mendengar suara ayahnya membentak, memaki, bundanya hingga nangis sambil teriak meminta ampun, Cakra sudah tidak pernah nyaman Ketika tidur di atas Kasur. Ia lebih memilih tidur di dalam lemari karena merasa tempat paling aman supaya ayahnya tidak bisa menemukannya dan tidak bisa memukulinya.

Saat tengah malam Cakra selalu lari dan masuk ke dalam lemari meskipun bunda sudah menidurkan di sebelahnya. Cakrawala tidak tahu apa yang terjadi pada dirinya, yang jelas saat tidur di Kasur, ia merasa sesak napas. Seperti ada yang mencekik lehernya dan ingin membunuhnya. (Caaay, 2021:98—99)

Karena trauma di masa kecil yang ia alami, membuatnya teringat kejadian dimana sang ayah yang dengan teganya memukulinya. Saat merebahkan tubuhnya di Kasur secara tak sadar Cakra teringat dengan traumanya saat masa kecilnya itu. Oleh karena itu ia lebih memilih tidur didalam lemari bajunya. Karena lemari baju itu menurutnya adalah tempat yang paling aman agar sang ayah tidak memukulnya.

Dalam kasus Cakra, perilaku tidur di dalam lemari sebagai tempat yang dianggap paling aman dapat diinterpretasikan sebagai bentuk represi. Cakra mungkin secara tidak sadar menggunakan lemari sebagai suatu bentuk perlindungan psikologis dari pengalaman traumatis yang terjadi dalam keluarganya, terutama ketika mendengar suara ayahnya yang membentak dan memaki.

Pilihan tidur di dalam lemari dapat dipahami sebagai cara untuk menghindari konfrontasi langsung dengan kenangan atau pengalaman yang menakutkan. Tidur di dalam lemari memberikan rasa aman dan kontrol yang mungkin hilang di tempat tidur atau ruang tidur lainnya. Selain itu, mencari perlindungan di dalam lemari dapat menjadi cara untuk menghindari atau mengurangi ketidaknyamanan yang dirasakan saat tidur di tempat tidur biasa, yang mungkin terkait dengan sesak napas dan perasaan tercekik yang dialami Cakra.

Penolakan atau Penyangkalan (Denial)

Penolakan terjadi Ketika seseorang menolak mengakui telah terjadi sesuatu yang tidak nyaman, seperti perlakuan buruk yang dilakukan seseorang kepada individu tersebut. Penyangkalan atau penolakan melindungi citra diri seseorang dan mempertahankan ilusi keamanan diri: "Ini tidak mungkin terjadi terhadap diri saya." (Wade, Tavris & Garry, 2014:206). Ego tersebut menolak untuk mengakui keberadaan realitas yang menyebabkan kemunculan kecemasan (Laura A. King, 2016: 99).

Penolakan dari tokoh dapat dilihat dari kutipan dibawah ini.

"Gabi, ayo bilang ke bapaknya! Bantuin Kak Cakra jelasin. Kak Cakra tidak mencuri."

Gabi mendongak menatap Cakrawala yang jauh lebih tinggi darinya sambil mengangguk- angguk.

"I-iya pak. Kak Cakra enggak mencuri, Kak Cakra main sama saya. Jangan marah-marahin Kak Cakra lagi Pak."

"Bukan Kak Cakra, Pak," Gabi lantas menoleh para-Wanita bermakeup menor yang Berdiri disamping kanan sang pemilik toko mainan.

“Mbak, bukan Kak Cakra yang curi uang di kasir. Jangan marahin Kak Cakra lagi.”

Pria pemilik toko mainan serta karyawan wanita disampingnya menatap Cakrawala dengan kening berkerut. Cakrawala seperti orang bodoh yang sedang mendengarkan seseorang menjelaskan sesuatu. Cakrawala mengangguk-angguk, mengiyakan, tangannya menggenggam angin seolah-olah sedang menggenggam tangan seorang anak kecil.

“Gabi udah jelasin semuanya. Tolong percaya sama Cakra, Pak, Mbak percaya sama Cakra. Bukan Cakra yang ngambil uang di kasir”.

Jelasin? Menjelaskan apa? Penjelasan seperti apa yang Cakrawala maksud? Sedari tadi tidak ada siapapun di samping Cakrawala. Gabi? Siapa dia? Pria pemilik toko tersebut benar-benar tidak mengerti, pun dengan karyawan di sampingnya. (Caaay, 2021:257—258)

Penolakan terhadap kenyataan yang ada merupakan mekanisme yang paling sederhana untuk pertahanan diri. Cara ini untuk memutar balikkan apa yang dipikirkan atau dirasakan seseorang dalam situasi trauma masa lalu.

Dari kutipan tersebut, dapat ditunjukkan dengan Cakrawala berusaha meyakinkan pada pemilik toko dan pegawainya untuk mendengarkan penjelasan Gabi. Namun pemilik toko dan pegawainya tidak melihat siapapun selain Cakrawala yang bertingkah seolah-olah mendengarkan, mengiyakan bahkan menggenggam angin. Pemilik toko dan pegawainya tidak melihat sosok Gabi yang dibicarakan oleh Cakrawala, justru mereka menganggap Cakrawala gila.

Alasan pemilik toko tidak dapat melihat Gabi, karena Gabi hanyalah halusinasi Cakrawala saja. Namun Cakrawala menolak kalau pemilik toko tidak percaya dengan apa yang dikatakannya karena Cakrawala meminta Gabi ikut menjelaskan kejadian yang sebenarnya. Cakrawala berusaha meyakinkan pemilik toko kalau bukan dia yang mencuri uang toko dengan mengandalakan Gabi yang sejak tadi menemaninya.

Reaksi Formasi (*Reaction Formation*)

Reaksi formasi adalah suatu bentuk perlawanan yang obsesif atau berlebihan, hal ini dikarenakan dorongan kecemasan ditekan ke dalam alam bawah sadar dengan melakukan hal yang bertolak belakang dengan dorongan tersebut. Bentuk reaksi formasi ego

adalah mekanisme pertahanan untuk melindungi diri dari ancaman di lingkungan sekitarnya. Reaksi formasi tokoh dapat dilihat dari kutipan berikut.

Cakrawala diam-diam menjatuhkan air matanya. Ia sama sekali tidak membalas ucapan ataupun pelukan Moa, meskipun ia ingin.

“Moa pergi aja!”

Cakrawala mendorong Moa hingga membuat gadis itu sedikit menjauh darinya. Ia lantas mengantongi uangnya, ia kemudian merangkak mengambil tongkat lusuhnya yang tadi ikut jatuh. Moa dengan sigap berjalan dan mengambilkan tongkat itu untuk Cakrawala. Ia sama sekali tidak tega melihat Cakrawala merangkak seperti itu.

“Cakra... Aku—”

“PERGI!” sentak Cakrawala, memotong ucapan Moa. Ia merampas tongkat yang digenggam Moa dengan kasar.

“Cakra enggak mau dikasihinin!” sentak Cakrawala. (Caaay, 2021: 131)

Dari kutipan tersebut dapat dilihat bahwa Cakrawala menunjukkan suatu bentuk perlawanan untuk pertama kalinya kepada karakter Moa. Seorang Cakrawala yang selalu tersenyum dan tertawa ceria, untuk pertama kalinya ia membentak seseorang. Perlawanan tersebut merupakan pembentukan reaksi dari neurosis obsesif pada dasarnya adalah melebih-lebihkan sifat-sifat normal dari karakter yang berkembang selama periode laten.

Individu akan merasa aman dan diterima oleh orang sekitarnya apabila melakukan reaksi formasi. Hal ini ditunjukkan dengan, Cakrawala menganggap bahwa suatu bentuk perlawanan yang ia lakukan disebabkan karena Cakra merasa belum bisa membahagiakan dirinya sendiri sehingga ia cemas dan takut apabila tidak bisa membahagiakan Moa sebagai pacarnya. Oleh karena itu, suatu bentuk perlawanan yang ia lakukan pada Moa merupakan perlawanan untuk melindungi dirinya dan orang lain. Cakrawala melakukan perlawanan dengan memotong ucapan Moa, merampas tongkat yang digenggam Moa dengan kasar, tidak membalas pelukan Moa, mendorong bahkan mengusir Moa. Namun, pada kenyataannya, orang lain tidak akan mengetahui bagaimana sifat aslinya. Orang lain yang berada disekitar Cakrawala, terutama Moa, menganggap bahwa tindakan yang ia lakukan tersebut merupakan tindakan yang kasar.

Rasionalisasi (Rationalization)

Rasionalisasi dalam pengertiannya memiliki dua tujuan, yaitu (1) untuk mengurangi adanya perasaan kecewa ketika individu merasa gagal; (2) individu berusaha memberikan suatu motif yang dapat diterima atas perilakunya (Solihah & Ahmadi (2022) dalam Widatama, dkk (2022: 264)). Motif yang dimaksud merupakan suatu bentuk verbal atau fisik namun motif yang sering digunakan adalah motif dalam bentuk verbal. Ada beberapa bentuk alasan mengenai rasionalisasi, yaitu (1) alasan rasa suka atau tidak suka; (2) alasan menyalahkan orang lain atau lingkungan sekitar; (3) alasan mengenai kepentingan pribadi (Minderop 2018 dalam Widatama, dkk (2022: 264)). Rasionalisasi pada tokoh di tunjukkan dari kutipan sebagai berikut:

“Setiap minggu pasti ayah selalu ngajak Cakra pergi.”

“Ayah datang sambil bawa pancingan di tangan kanan, terus ayah bilang gini. „Cakra! Sini, ikut ayah” “

“Terus kamu ikut?” tanya Moa. Cakrawala tersenyum, “Iya, Cakra ikut. Rasanya seru”. “Kamu dapat ikan?”

“Iya dapet ikan,” Cakrawala tertawa. “Ikannya besar haha”.

Sesekali ia tertawa Ketika menceritakan masa kecilnya Bersama ayahnya. Tanpa Moa tahu, semua yang Cakrawala ceritakan saat ini hanyalah sebuah kebohongan belaka. “Kamu senang?” tanya Moa.

“Iya, cakra seneng,” ujarnya sambil mengukir senyum. (Caaay, 2021:174)

Dari kutipan tersebut menunjukkan bahwa, Cakrawala sedang berusaha mengurangi adanya perasaan kecewa ketika ia merasa gagal. Cakra tidak pernah pergi memancing pada hari minggu namun ia mendapatkan siksaan dari ayah kandungnya. Ayahnya datang tidak bawa pancingan tapi kayu pukulan. Dan Cakra tidak mendapat ikan melainkan ia mendapat pukulan dari sang ayah.

Ada juga kutipan lain yang menjelaskan tokoh Cakrawala memutarbalikkan fakta dari kutipan sebelumnya.

Gabi melepaskan pelukannya. Ia mendongak menatap Cakrawala yang jauh lebih tinggi darinya. “Kak Cakra juga pernah dipukuli sama ayahnya kakak?” Cakra mengangguk. “Pernah, tapi itu dulu.” Cakrawala tersenyum.

“Dulu? Berarti sekarang kakak udah enggak dipukuli sama ayah kakak lagi?” “Enggak,” seenggaknya enggak sesering dulu, lanjut Cakrawala dalam hati. “Kenapa begitu kak?” “karena kakak udah punya ayah baru.” Cakrawala merapikan rambut Gabi yang berantakan akibat diterpa angin saat ia bonceng. (Caaay, 2021:11)

Dari kutipan tersebut, Cakrawala mengatakan bahwa Ia tidak pernah dipukuli lagi oleh sang ayah karena Cakrawala sudah mendapat ayah baru. Namun pada kenyataannya, meskipun Cakrawala telah mendapat ayah baru, ia masih mendapat pukulan dari ayah tirinya. Cakrawala memutar-balikkan fakta tersebut karena ingatan saat dipukuli oleh sang ayah kandung dan ayah tirinya sangat menyiksanya. Oleh karena itu Cakrawala berusaha memberikan suatu motif yang dapat diterima atas perilakunya.

Dia melakukan rasionalisasi agar orang-orang disekitarnya hanya melihat sisi cerianya saja. Ia tidak ingin terlihat menyedihkan didepan orang lain. Cakra hanya ingin dikenal sebagai Cakrawala yang ceria, penuh semangat, dan memiliki rasa antusiasme yang tinggi. Dia tidak ingin memperlihatkan sisi menyedihkannya ke orang lain, terutama kekasihnya Moa. Bahkan ia tidak mengatakan kepada Maratungga jika ia di-bully oleh teman-temannya. saat ditanya kenapa setiap ia pulang sekolah bajunya kotor dan wajahnya penuh lebam, ia hanya menjawab seadanya tanpa mengatakan kejadian sebenarnya.

Fantasi dan Stereotype

Fantasi adalah sebuah cara yang didasari pada fantasi dari pada kenyataan yang ada. Menurut Minderop (2011) sterotype merupakan akibat lain dari frustasi, yaitu sikap stereotype menunjukkan sikap pengulangan secara terus menerus. Seseorang sering mengulangi perilaku yang tidak berguna serta nampak aneh (Pratiwi & Hayati, 2022:421).

Fantasi yang di tunjukan Cakrawala saat ia mencari jalan keluar melalui fantasi yang ia buat sendiri dapat dibuktikan dari kutipan dibawah ini.

“Kondisi Cakrawala sudah benar-benar serius,” tutur Bu Ambar. Kedua matanya menatap Maratungga. “Gabi itu sebenarnya tidak ada. Dia tidak nyata.”

“Gabi itu cuman teman imajiner. Gabi adalah delusi dan halusinasi yang Cakrawala ciptakan sendiri. Cakrawala sangat ingin punya teman, dia kesepian karena itulah akhirnya sosok Gabi sebagai seorang teman muncul dari pikiran Cakrawala.”

“Dan Gabi adalah gambaran sosok masa kecil Cakrawala. Kenaps Gabi kelas empat SD? Karena saat usia itu, tepatnya saat Cakrawala masih kelas empat SD, bundanya meninggal, Cakrawala sangat terpukul.”

“Cakrawala sudah tidak bisa membedakan mana yang mana nyata dan mana yang halusinasi”. (Caaay, 2021: 231—232)

Dari kutipan tersebut menjelaskan bahwa Gabi hanyalah fantasi yang dibuat Cakrawala untuk lari dari kenyataan. Tanpa ia sadari Gabi itu tidaklah nyata. Ia menyiptakan sosok Gabi untuk menjadi pelariannya saat dunia berlaku kejam padanya. Sosok Gabi adalah gambaran dirinya dimasa kecil. Gabi yang di ciptakan adalah anak kelas 4 SD yang kurang mendapat perhatian dari sang ayah melainkan mendapat pukulan. Cakrawala menciptakan Gabi hanya untuk menyenangkan Id masa kecilnya yang kurang mendapat perhatian. Saat orang lain mencoba menjelaskna kalau Gabi itu tidak nyata, Cakra menyangkalnya. Dia beranggapan kalau Gabi itu ada dan nyata. Ada beberapa tokoh yang menjadi saksi kalau Gabi itu tidaklah nyata dan hanya fantasi Cakra saja sebagai gambaran dimasa kecilnya yang kurang mendapat kasih sayang.

Stereotype merupakan bentuk konsekuensi lain dari frustrasi, yaitu dengan memperlihatkan perilaku yang berulang-ulang dan terjadi terus-menerus. Stereotype yang ditunjukkan tokoh Cakrawala dapat dilihat dari kutipan dibawah ini.

Sambungan telepon berakhir antara Cakrawala dan Moa, sekarang Cakrawala sudah berseragam rapi. Seperti biasanya, Cakra akan melakukan rutinitasnya, tersenyum di depan cermin, dan menyemangati dirinya sendiri.

Cakrawala keluar rumah untuk berangkat ke sekolah.

"Lo ngapain balik lagi?" tanya Maratungga.

la terkejut ketika melihat Cakrawala kembali ke rumah padahal sebelumnya anak itu sudah berjalan ke halte untuk menunggu bus. Cakrawala tidak menjawab. la terus membersihkan kamar, mengelap meja belajar berkali-kali padahal semuanya sudah sangat bersih.

Maratungga tidak habis pikir dengan Cakrawala, bisa-bisanya anak itu kembali lagi ke rumah hanya untuk membersihkan kamar yang sebenarnya sudah sangat rapih. Detak jantung Cakrawala beradu dengan deru nafasnya. Ia tidak bisa mengontrol dirinya sendiri. ia tidak tahu apa yang terjadi dengan dirinya. (Caaay, 2021: 141-142)

Dari kutipan tersebut, Stereotype yang dilakukan Cakrawala sebagai bentuk konsekuensi lain akibat frustrasi. Dalam tindakannya, Cakrawala cenderung melakukan hal-hal yang secara tidak sadar memicu perilaku aneh dan berulang-ulang. Stereotype yang dilakukan Cakrawala ditunjukkan dengan ketika Cakrawala hendak berangkat sekolah, namun ia berulang kali kembali ke kamarnya hanya untuk mengelap meja belajarnya yang sebenarnya sudah bersih. Cakrawala merepresentasikannya dengan menggeleng kukuh dengan tatapan yang entah kemana. Ia tiba-tiba terjatuh di lantai, keringat dingin yang sudah membanjiri keeningnya, hingga adanya naik turun tidak beraturan. Perilakunya tersebut merupakan bagian dari konsekuensi sebagai akibat dari frustrasinya

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa Novel Not Me menceritakan tentang seorang siswa SMA yang bernama Cakrawala, seorang laki-laki pengidap gangguan mental yang selalu tersenyum dan tertawa ceria seolah-olah dia adalah orang paling bahagia di dunia. Dalam penelitian ini dapat diperoleh bahwa Cakrawala memenuhi aspek mekanisme pertahanan ego berupa; represi (repression) sebagai trauma masa lalu Cakra yang tersimpan dalam pikiran dan dapat timbul kapanpun. Penolakan (denial) Cakra terhadap kenyataan yang ada karena adanya aspek yang mengancam. Reaksi formasi (reaction formation) dengan suatu bentuk perlawanan pertama kali Cakra pada Moa secara obsesif atau berlebihan, karena adanya dorongan kecemasan ditekan ke dalam alam bawah sadar sehingga Cakra melakukan tidak membalas pelukan, mendorong bahkan mengusir Moa. Rasionalisasi (Rationalization) dalam usaha Cakra untuk memutar-balikkan fakta yang mengganggu ego dengan berbagai alasan yang dirasa masuk akal. Terakhir, sebuah fantasi Cakra dengan menciptakan sosok Gabi di dalam imajinasinya dan stereotype akibat dari frustrasinya berupa Cakra membersihkan kamarnya yang sudah bersih secara berulang-ulang. Proses ini merupakan bagian dari mekanisme pertahanan ego pada tokoh utama yaitu Cakrawala.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, S.N., dkk. (2023). Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Zee Dalam Novel *Insecure Karya Seplia*. *Jurnal: Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 4(1), hal: 84—93. Doi : <https://doi.org/10.51903/education.v4i1.459>
- Cahaya Maharani. 2021. Not Me. Jakarta: PT Moka Media.
- Ernawati, Z., dkk. (2017). Kajian Psikologi Wanita Tokoh Utama Novel Air Mata Tuhan Karya Aguk Irawan M.N. *Publika Budaya*, 5(2), hal: 102—108.
- Gross, R. (2013). *PSYCHOLOGY: The Science of Mind and Behaviour (Sixth Edition)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Hani, F.M., dkk (2023). Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Bujang Dalam Novel Pulang Karya Tere Liye. *Jurnal: Membaca Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 8(2), hal: 251—258. DOI: <http://dx.doi.org/10.30870/jmbpsi.v8i2.23217.g11736>
- Jannah, R., & Salsabila, H. (2022). Mekanisme Pertahanan Ego Said Mahran dalam Novel Al-Lisshu Wa Al-Killab Karya Najib Mahfudz (Kajian Psikologi Sastra Sigmund Freud). *Jurnal Bahasa dan Sastra Arab*, 11(2), hal: 298—309. DOI: <http://dx.doi.org/10.31314/ajamiy.11.2.298-309.2022>
- King, Laura A. (2016). *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif (Edisi3, Buku1)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Lexy. J. Moleong. (2011). *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya).
- Nugroho, Y.A. (2020). Perjuangan Meraih Superioritas Tokoh Utama Dalam Novel Dawuk Karya Mahfud Ikhwan (Kajian Psikologi Alfred Adler). *Bapala*, 7(3), hal: 1—9.
- Nur Halifah. (2015). Mekanisme Pertahanan Dan Konflik Dalam Novel Lentera Mustika Karya Nisah Haron. *E-Jurnal Bahasantodea*, 3(1), hal: 1—11.
- Nurdiyantoro, (2015). Analisis Majas Personifikasi pada Novel Ibuk Karya Iwan Setyawan. *Jurnal Berasa (BERANDA SASTRA)*, 1(2), hal: 50—58.
- Oktavia. E., dkk. (2023). Analisis Psikologis Dalam Novel “Menantimu Di Ujung Rindu (Mengapa Allah Memilihkan Dia Untukku)” Karya Riri Abdillah. *Jurnal Bindo Sastra*, 7(1), hal: 1—6. DOI: <https://doi.org/10.32502/jbs.v7i1.4703>
- Pradnyana, I. W. G., dkk. (2019). Psikologi Tokoh Dalam Novel Suti Karya Sapardi Djoko Damono : Analisis Psikologi Sastra. *Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Pembelajaran*, 3(3), hal: 339—347. DOI: <https://doi.org/10.23887/jipp.v3i3.21844>
- Prastya, T.A., dkk. (2023). Mekanisme Pertahanan Diri Sigmund Freud Pada Tokoh Margio Dalam Novel Lelaki Harimau Karya Eka Kurniawan. *HUMANUS: Jurnal Sosiohumaniora Nusantara*, 1(1), hal: 111—121. DOI: <https://doi.org/10.62180/de4tpb88>

- Saediman, H., dkk. (2021). The contribution of home food gardening program to household food security in Indonesia: A review. *WSEAS Transactions on Environment and Development*, 17(1), 795—809. DOI: 10.37394/232015.2021.17.75
- Sarnoto, A. Z., dkk. (2023). Analisis pengaruh model pembelajaran student center learning terhadap hasil belajar: studi literatur review. *Jurnal Pendidikan dan Kewirausahaan*, 11(2), 615—628. DOI: <https://doi.org/10.47668/pkwu.v11i2.828>
- Wade, C., Travis, C., & Garry., M. (2014). *PSYCHOLOGY* (Edisi11. Jilid 2). Penerbit Erlangga.
- Widatama, S.K., dkk. (2022). Mekanisme Pertahanan Ego Tokoh Utama dalam Novel Two Lost Souls Karya Pia Devina. *Jurnal Bahasa Dan Sastra*, 10(3), hal: 260—268. DOI: <https://doi.org/10.24036/jbs.v10i3.118402>