

**KECEMASAN TOKOH ANTOINE DALAM *LA NAUSÉE* KARYA  
JEAN-PAUL SARTRE**

**AALIYAH SAKINAH ARIFIN PUTRI**

**F051201036**



**DEPARTEMEN SASTRA PERANCIS**

**FAKULTAS ILMU BUDAYA**

**UNIVERSITAS HASANUDDIN**

**MAKASSAR**

**2024**

**KECEMASAN TOKOH ANTOINE DALAM *LA NAUSÉE* KARYA  
JEAN-PAUL SARTRE**

**AALIYAH SAKINAH ARIFIN PUTRI**

**F051201036**



**DEPARTEMEN SASTRA PERANCIS**

**FAKULTAS ILMU BUDAYA**

**UNIVERSITAS HASANUDDIN**

**MAKASSAR**

**2024**

**KECEMASAN TOKOH ANTOINE DALAM *LA NAUSÉE* KARYA  
JEAN-PAUL SARTRE**

AALIYAH SAKINAH ARIFIN PUTRI

F051201036

SKRIPSI

sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana

Program Studi Sastra Perancis

pada

**DEPARTEMEN SASTRA PERANCIS**

**FAKULTAS ILMU BUDAYA**

**UNIVERSITAS HASANUDDIN**

**MAKASSAR**

**2024**

## SKRIPSI

KECEMASAN TOKOH ANTOINE DALAM *LA NAUSÉE* KARYA  
JEAN-PAUL SARTREAALIAH SAKINAH ARIFIN PUTRI

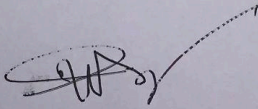
F051201036

Skripsi,

telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Sarjana pada tanggal 19 Juli 2024  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat kelulusan

Pada

UNIVERSITAS HASANUDDIN

Program Studi Sastra  
Prancis Departemen  
Sastra Prancis Fakultas  
Ilmu Budaya Universitas  
Hasanudin MakassarMengesahkan:  
Pembimbing tugas akhir,(Dr. Wahyuddin, SS., M.Hum.)  
NIP. 197806222002121006Mengetahui:  
Ketua Program Studi,(Dr. Prasuri Kuswarini, MA.)  
NIP. 196301271992032001

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI DAN PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa, skripsi berjudul "Kecemasan Tokoh Antoine dalam *La Nausée* karya Jean-Paul Sartre" adalah benar karya saya dengan arahan dari pembimbing **Dr. Wahyuddin, SS., M.Hum** sebagai Pembimbing Utama dan **Dr. Fierenziana Getruida Junus, S.S., M.Hum** sebagai Pembimbing Pendamping. Karya ilmiah ini belum diajukan dan tidak sedang diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka skripsi ini. Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan skripsi ini adalah karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut berdasarkan aturan yang berlaku.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta (hak ekonomis) dari karya tulis saya berupa skripsi ini kepada Universitas Hasanuddin.

Makassar, 19 Juli 2024



Aaliyah Sakinah Arifin Putri  
NIM F051201036

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur saya panjatkan atas kehadiran Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, serta karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Kecemasan Tokoh Antoine dalam *La Nausée* karya Jean-Paul Sartre” yang disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana di Universitas Hasanuddin.

Skripsi ini merupakan hasil dari kerja keras, dedikasi, dan dukungan banyak pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu. Oleh karena itu, melalui halaman ini, saya ingin menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Jamaluddin Jompa, M.Sc selaku Rektor Universitas Hasanuddin
2. Dr. Prasuri Kuswarini, M.A. selaku Ketua Program Studi Sastra Prancis dan sebagai pembimbing akademik
3. Dr. Wahyuddin, SS., M.Hum sebagai Pembimbing Utama dan Dr. Fierenziana Getruida Junus, S.S., M.Hum sebagai Pembimbing Pendamping, yang dengan sabar dan penuh perhatian telah memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi yang sangat berarti dalam proses penyusunan skripsi ini
4. Prof. Dr. Muhammad Hasyim, M.Si dan Masdiana, S.S., M.Hum selaku dosen penguji yang telah memberikan saran untuk skripsi ini
5. Para Dosen dan Staf Program Studi Sastra Perancis yang telah memberikan ilmu, pengetahuan dan membimbing saya selama masa perkuliahan
6. Kedua orang tua yang saya hormati dan cintai, *the best father i could ever ask for*, Nur Arifin Syamsuddin *and the best mother that i will cherish forever*, Syahriani Sahabuddin, *i miss you mom, i hope you're happy. I love you both and i hope you're proud of me*. Saya ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala doa dan *support* yang tiada hentinya ditujukan untuk keberhasilan saya.
7. Kakak Fitri yang telah memberi motivasi dan telah menjadi *role model* bagi saya. *I want to be as talented as you. I am so thankful to have you as my sister. I love you forever.*
8. Kakak Yuda yang tidak kalah baiknya, *i am so lucky to have you as my brother.*
9. Adik-adik sepupuku tersayang (Uyun, Naya dan Kharima), yang telah menghibur dan mendukung saya setiap saat. *You guys are so precious.*
10. Keluarga besar Sahabuddin Sahida dan Syamsuddin Galigo, terima kasih atas doa dan supportnya selama ini.
11. Teman-teman saya yang selalu siap membantu dalam hal apapun (Enjel, Nindy, Dylla, Innah, Salwa, Syerin dan Salsa). Terima kasih karena telah membuat perkuliahan ini seru.
12. Teman-teman Sastra Prancis Angkatan 2020 (Herta, Mazda, Irsyad, Nurul, Nanda, Nisa, Cia, Agreis dll). *Covid-19 made us stronger. Cheers to us!*
13. Enji, terima kasih sudah menjadi teman yang baik sejak SMP hingga kuliah
14. *Seventeen*, terima kasih telah menjadi motivator terbaik dan juga sumber *endorfin, dopamin dan serotonin* selama proses penyusunan skripsi ini.

15. Serta seluruh pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu, yang telah memberikan bantuan, dukungan dan kontribusi lainnya dalam penyelesaian skripsi ini.

Saya menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu saya sangat terbuka terhadap saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan karya ini di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan pihak-pihak yang berkepentingan. Akhir kata, semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua. Terima kasih.

Penulis,

Aaliyah Sakinah Arifin Putri  
F051201036

## RÉSUMÉ DU MÉMOIRE

AALIYAH SAKINAH ARIFIN PUTRI. "**L'anxiété du personnage Antoine dans La Nausée de Jean-Paul Sartre**" et supervisée par Dr. Wahyuddin, SS., M. Hum et Dr. Fierenziana Getruida Junus, S.S., M.Hum.

**Le contexte de la recherche.** Nombreuses études ont déjà discuté le sujet de l'anxiété aux humaines mais elles ne révèlent pas ses physicalité humaine. Le roman *La Nausée* est unique, car l'anxiété du personnage principal, Antoine, est basée sur une pensée existentialiste et a une grande influence sur lui, tant physiquement que mentalement. **L'objectif.** Cette recherche vise à expliquer la forme d'anxiété ressentie par le personnage principal que les causes de son anxiété, ainsi qu'à expliquer quels sont les efforts du personnage principal pour le surmonter. **La Méthode.** Cette recherche utilise une méthode descriptive. La source de données utilisée est le roman intitulée *La Nausée* de Jean-Paul Sartre. La théorie utilisée dans cette recherche est celle de l'anxiété de Sigmund Freud. **Les Résultats.** À partir des résultats de l'analyse, on peut dire que l'anxiété incitée d'Antoine peut être classée en trois types, à savoir l'anxiété réaliste, l'anxiété névrotique et l'anxiété morale. **La Conclusion.** L'anxiété d'Antoine est par plusieurs facteurs, notamment son caractère solitaire, son impulsivité et son inconsistance, sa difficulté à passer à autre chose, et aussi parce qu'Antoine est un intellectuel. En dehors de cela, les stéréotypes des gens à l'égard d'Antoine, le manque de confiance en lui et le rejet de son ex-petite amie ont également contribué à l'émergence de l'anxiété. Pour soulager son anxiété, Antoine utilise deux strategies de mécanismes d'autodéfense psychologique, à savoir la sublimation et la transmission (déplacement). Antoine se concentre sur des choses positives comme écrire un journal, écouter de la musique, essayer des ésocialiser, décider de commencer un nouveau livre, prendre la décision de quitter Bouville.

Mots clés : anxiété, psychologie, existentialiste



## ABSTRACT

AALIYAH SAKINAH ARIFIN PUTRI. "**Anxiety of Antoine's Character in La Nausée by Jean-Paul Sartre**" supervised by Dr. Wahyuddin, SS., M. Hum and Dr. Fierenziana Getruida Junus, S.S., M.Hum.

**Background.** Many studies have discussed human anxiety but do not reveal the effect of anxiety on human physicality. The novel *La Nausée* is also unique because the anxiety of the main character, Antoine, is based on his existentialist thinking and has a big influence on him physically and mentally. **Aim.** This research aims to explain the form of anxiety experienced by the main character and the causes of his anxiety, as well as to explain the main character's efforts to overcome the anxiety he experiences. **Method.** This research uses a descriptive method. The data source used is the novel *La Nausée* by Jean-Paul Sartre. The theoretical basis used in this research is Sigmund Freud's theory of anxiety. **Results.** Based on the results of the analysis, Antoine's anxiety can be classified into three types of anxiety, namely realistic anxiety, neurotic anxiety and moral anxiety. **Conclusion.** Antoine's anxiety is caused by several factors, including his solitary nature, impulsiveness, and inconsistency, difficulty in moving on from his previous relationship and because Antoine is an intellectual. Apart from that, people's stereotypes of Antoine, Antoine's lack of self-confidence and rejection from his ex-girlfriend are also the causes of Antoine's anxiety. To overcome his anxiety, Antoine uses two types of self-defense mechanisms, namely sublimation and transmission (displacement). Antoine focuses himself on doing positive things such as writing a diary, listening to music, trying to socialize, deciding to start a new book and making the decision to leave Bouville.

Keywords: anxiety, psychology, existentialism

## ABSTRAK

AALIYAH SAKINAH ARIFIN PUTRI. “**Kecemasan Tokoh Antoine dalam *La Nausée* karya Jean-Paul Sartre**” dan dibimbing oleh **Dr. Wahyuddin, SS., M.Hum** dan **Dr. Fierenziana Getruida Junus, S.S., M.Hum**.

**Latar Belakang.** Banyak penelitian yang telah membahas tentang kecemasan manusia tetapi tidak mengungkapkan pengaruh kecemasan terhadap fisik manusia. Novel *La Nausée* juga memiliki keunikan karena kecemasan tokoh utama yang bernama Antoine didasari oleh pemikiran eksistensialisme dan berpengaruh besar pada dirinya secara fisik dan mental. **Tujuan.** Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan bentuk kecemasan yang dialami tokoh utama dan penyebab kecemasannya, serta menjelaskan apa upaya tokoh utama untuk mengatasi kecemasan yang dialaminya. **Metode.** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Sumber data yang digunakan adalah novel *La Nausée* karya Jean-Paul Sartre. Adapun landasan teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori kecemasan dari Sigmund Freud. **Hasil.** Berdasarkan hasil analisis, kecemasan Antoine dapat diklasifikasikan kedalam tiga jenis kecemasan, yaitu kecemasan realistik, kecemasan neurotik dan kecemasan moral. **Kesimpulan.** Kecemasan Antoine ini disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain sikapnya yang penyendiri, impulsif dan tidak konsisten, sulit berpindah ke lain hati, serta karena Antoine merupakan seorang intelektual. Selain itu, stereotip orang terhadap Antoine, kurangnya rasa percaya diri Antoine dan penolakan dari mantan kekasihnya juga menjadi penyebab kecemasan Antoine. Untuk mengatasi kecemasannya, Antoine melakukan dua jenis mekanisme pertahanan diri yaitu sublimasi dan pengalihan (*displacement*). Antoine memfokuskan dirinya pada hal-hal positif seperti menulis buku harian, mendengarkan musik, mencoba untuk bersosialisasi, memutuskan untuk memulai buku baru, mengambil keputusan untuk meninggalkan Bouville.

Kata kunci: kecemasan, psikologi, eksistensialisme

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN PENGAJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
RÉSUMÉ DU MÉMOIRE.....	vii
ABSTRACT.....	viii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1.Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	3
1.3 Batasan Masalah.....	4
1.4 Rumusan Masalah.....	4
1.5 Tujuan Penelitian.....	4
1.6. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II.....	7
KAJIAN TEORI.....	7
2.1 Landasan Teori.....	7
2.1.1 Roman sebagai Karya Sastra.....	7
2.1.2 Tokoh dan Penokohan.....	8
2.1.3 Peristiwa.....	9
2.1.4 Psikologi Sastra.....	9
2.1.5 Teori Kecemasan.....	10
2.1.6 Mekanisme Pertahanan Diri.....	12
2.2 Tinjauan Pustaka.....	17
2.2.1 Jean-Paul Sartre dan Karya-Karyanya.....	17
2.2.2 Ulasan Terhadap Novel La Nausée.....	18
2.2.3 Penelitian Relevan.....	19
BAB III.....	20
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	20
3.1 Deskripsi Tokoh Antoine Roquentin.....	20
3.1.1 Gambaran Tokoh Antoine.....	20
3.1.2 Gambaran Kondisi Psikologis Tokoh Antoine.....	22

3.3 Bentuk Kecemasan yang Dialami Tokoh Antoine dan Penyebabnya.....	33
3.3.1 Kecemasan realistik.....	33
3.3.2 Kecemasan Neurotik.....	35
3.3.3 Kecemasan Moral.....	41
3.3.4 Penyebab Kecemasan.....	45
3.4 Upaya Tokoh Antoine Mengatasi Kecemasan Yang Dialaminya.....	48
3.4.1 Sublimasi.....	53
3.4.2 Pengalihan.....	53
BAB IV.....	57
PENUTUP.....	57
4.1 Kesimpulan.....	57
4.2 Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA.....	59

**DAFTAR TABEL**

Nomor urut	Halaman
1. Hubungan Peristiwa dengan Kecemasan Antoine.....	44
2. Karakter Antoine, peristiwa, kecemasan, penyebab kecemasan dan upaya tokoh Antoine untuk mengatasinya.....	55

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Pada dasarnya kecemasan merupakan suatu hal normal yang pasti pernah dirasakan setiap manusia. Kecemasan dapat berwujud kekhawatiran, ketakutan terhadap sesuatu yang akan terjadi yang dihubungkan dengan sumber yang tidak dikenali dari bahaya yang diantisipasi. Kecemasan juga berarti isyarat adanya ancaman terhadap nilai-nilai yang dipegang oleh individu sebagai bagian dari eksistensi kepribadiannya, dimana hal tersebut merupakan isyarat aktual atau simbolik adanya bahaya terhadap harga diri di hadapan orang yang berarti.

Kecemasan dapat disebabkan oleh beberapa faktor, yakni faktor genetik, faktor biologis dan faktor lingkungan. Faktor genetik dan biologis meliputi kondisi psikologis dan fisiologis yang dapat memicu kecemasan. Teori genetik menekankan pada campur tangan komponen genetik terhadap berkembangnya perilaku ansietas. Sedangkan teori biologi lebih melihat struktur fisiologis yang meliputi fungsi saraf, hormon, anatomi, dan kimia saraf. Faktor lingkungan juga dapat mempengaruhi kecemasan, seperti lingkungan yang tidak baik, pola komunikasi yang buruk, dan keadaan sosial yang tidak mendukung (Stuart G.W dalam F. Rohamdzani, 2022).

Keadaan lingkungan yang tidak stabil selama masa perang dapat dilihat sebagai contoh pemicu kecemasan yang diakibatkan oleh faktor lingkungan. Pada masa perang, faktor lingkungan disekitar individu akan dipenuhi dengan kekerasan dan kejahatan yang dapat memicu timbulnya rasa cemas. Lingkungan perang seringkali diwarnai oleh ketidakpastian akan masa depan dan berlangsung dalam waktu yang lama, hal ini dapat menyebabkan gangguan psikologis seperti PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*), depresi dan kecemasan. Hal seperti ini tentunya dapat mempengaruhi pola pikir individu.

Kecemasan menjadi salah satu topik dalam sastra, banyak karya sastra seperti roman maupun karya tulis filsafat yang lahir dari pengalaman pribadi penulis yang telah melewati masa-masa perang dan menjadikan ide, pikiran dan pengalamannya sebagai suatu hal yang penting atau menjadi tema dalam karya sastra yang dihasilkan. Kecemasan menjadi sebuah tema yang kaya dan kompleks dalam karya sastra, menjadi cerminan dari perjalanan manusia dalam menavigasi ketidakpastian hidup. Dalam karya-karya sastra, kecemasan seringkali diungkapkan melalui kegelisahan karakter-karakter yang terjebak dalam konflik internal, konflik sosial, atau bahkan konflik eksistensial. Dengan menghadirkan kecemasan dalam karya sastra, penulis mengajak pembaca untuk merenungkan eksistensi manusia dan perjalanan jiwa yang penuh dengan ketidakpastian, serta menawarkan pemahaman yang lebih dalam tentang kompleksitas kehidupan dan dunia.

Karya sastra yang merupakan hasil dari aktivitas penulis sering dikaitkan dengan gejala-gejala kejiwaan sebab karya sastra merupakan hasil dari penciptaan seorang pengarang yang secara sadar atau tidak sadar menggunakan teori psikologi. Hal ini dikarenakan keduanya memiliki hubungan. Salah satu hubungan antara psikologi dan sastra adalah baik sastra maupun psikologi memiliki persamaan dalam kajian objeknya yaitu kehidupan manusia, dan juga memiliki hubungan fungsional yaitu psikologi dan sastra sama-sama mempelajari kejiwaan manusia. Meskipun demikian, psikologi sastra tidak bermaksud memecahkan masalah psikologis. Namun secara definitif, tujuan psikologi sastra ialah memahami aspek-aspek kejiwaan yang terkandung dalam suatu karya. Oleh karena itu, menjelajahi kompleksitas dan dinamika kecemasan manusia menjadi esensial dalam rangka memahami kondisi psikologis manusia.

Salah satu karya sastra yang menarik untuk dikaji dari aspek kecemasan psikologis adalah roman berbahasa Perancis *La Nausée* karya Jean-Paul Sartre yang diterbitkan pada tahun 1938. Jean-Paul Sartre adalah seorang filsuf sekaligus penulis dan dramawan berkebangsaan Prancis yang hidup pada abad ke-20. Sartre yang hidup selama masa Perang Dunia I hingga II dan juga keterlibatannya dalam Perlawanan Prancis melawan pendudukan Nazi, secara mendalam mempengaruhi pemikirannya dan karya-karyanya.

Pengalaman perang membentuk dasar pemikiran eksistensialisme Sartre. Dalam situasi perang, individu dihadapkan pada pilihan ekstrem dan kesadaran akan kebebasan dan tanggung jawab mereka meningkat. Konsep kebebasan, tanggung jawab, dan eksistensi menjadi tema sentral dalam karya-karya Sartre, seperti "*Being and Nothingness*" dan "*Existentialism is a Humanism*". Sartre merupakan tokoh yang radikal dalam pemikiran-pemikiran eksistensialisme yang berkaitan dengan kebebasan manusia sehingga ia disebut sebagai pelopor eksistensialisme di Prancis.

Sartre menyatakan dalam karya filsafatnya yang berjudul *L'existentialisme est un humanisme* atau *Eksistensialisme adalah Humanisme* bahwa "*l'existence précède l'essence*" yang berarti "*eksistensi lebih dulu ada dibandingkan dengan esensi*". Artinya, manusia akan memiliki esensi jika ia telah eksis terlebih dahulu dan esensi tersebut akan muncul ketika manusia mati (SF. Tambunan, 2016). Gagasan bahwa eksistensi mendahului esensi adalah klaim utama filsafat eksistensialisme, yang membalikkan pandangan filsafat tradisional bahwa esensi sesuatu itu lebih mendasar dan tak dapat diubah daripada eksistensi.

Roman *La Nausée* sendiri sangat kental akan eksistensialisme. Dalam novel ini Sartre mengungkapkan pemikirannya tentang eksistensi manusia melalui tokoh sentral yang menarik, yakni Antoine Roquentin. Antoine adalah seorang penulis yang selalu menyendiri dan tidak memiliki keluarga ataupun teman. Dia dikisahkan sedang menulis buku biografi tentang seorang bangsawan penting pada masa Revolusi Prancis bernama Marquis de Rollebon yang sudah lama meninggal. Dalam hari-harinya yang datar, sepi dan membosankan, Antoine berusaha menyusun pemikiran-pemikirannya dalam sebuah buku harian demi menemukan makna serta tujuan dari eksistensi manusia.

Antoine mulai mengalami episode di mana dia merasakan perasaan yang aneh selama dia bergulat dengan pertanyaan-pertanyaan mengenai tujuan hidup manusia. Antoine menyadari bahwa gaya hidupnya yang selalu menyendiri telah mengubahnya dan berpikir bahwa perasaan aneh ini adalah dampak dari kesepiannya. Dengan kebiasaannya menjelajahi berbagai jalan serta mengunjungi kafe-kafe, Antoine mengamati manusia-manusia di sekelilingnya mulai dari Anny, perempuan yang dicintainya, Ogier P (*l'Autodidacte*), pemilik kafe, para pengunjung kafe hingga potret-potret para tokoh pembangun Bouville. Dalam pencariannya akan eksistensi, rasa mual (*La Nausée*) terus mendatangnya.

Antoine sebelumnya berpikir bahwa perasaan anehnya di sekitar benda dan orang hanya terjadi ketika dia sendirian atau berjalan di jalan, tetapi sekarang juga terjadi di kafe favoritnya. Setelah ia mengalami reaksi *anxiety-nya* atau kecemasan yang berat hingga ia merasa sangat mual, ia menulis dalam buku hariannya bahwa keadaannya semakin memburuk. Antoine tidak lagi mengenali orang tetapi hanya melihat tangan, kelopak mata, rambut, pipi, kulit dan hidung orang itu. Kepalanya mulai terasa seperti berputar dan dia merasa sangat mual. Rasa mual itulah yang kemudian akan menjadi benang merah dan memberinya kesadaran mengenai eksistensialisme dan kebebasan.

Apa yang dilalui oleh tokoh Antoine dalam novel *La Nausée* ini sangat menarik untuk dikaji lebih dalam terutama mengenai pola pikir yang unik dan gangguan mental tokoh utama tersebut yang juga mempengaruhi kesehatan fisiknya di mana ia tiba-tiba harus terus-menerus melawan rasa mual yang ia alami. Hal ini penting untuk diketahui karena seringkali tanpa disadari, tak jarang orang yang mengalami gangguan mental juga merasakan perubahan pada fisiknya atau memiliki penyakit fisik yang merupakan dampak dari penyakit mentalnya.

Setelah membaca roman *La Nausée* karya Jean-Paul Sartre, penulis tertarik untuk mengangkat topik "Kecemasan Tokoh Antoine dalam *La Nausée* karya Jean-Paul Sartre" dengan pendekatan psikologi sastra untuk mengetahui bagaimana kondisi psikologis tokoh utama *La Nausée*, faktor-faktor yang mempengaruhinya serta upaya penanganannya dengan mempertimbangkan relevansi dalam menganalisis sebuah karya sastra berdasarkan kondisi kejiwaan tokoh.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Setelah membaca novel *La Nausée* karya Jean-Paul Sartre, dapat ditemukan banyak kemungkinan masalah yang dapat dijadikan sebagai bahan kajian lebih lanjut. Masalah tersebut dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Deskripsi karakter tokoh Antoine dalam *La Nausée*.
2. Identifikasi jenis masalah psikologis yang dialami tokoh Antoine.
3. Urutan peristiwa dalam *La Nausée*.
4. Dampak gangguan psikologis kecemasan tokoh Antoine dalam *La Nausée* pada kesehatan fisiknya.



5. Hubungan antara permasalahan psikologis yang dialami tokoh Antoine dalam *La Nausée* dengan paham eksistensialisme.

### 1.3 Batasan Masalah

Agar penelitian lebih terfokus dan tidak meluas dari pembahasan dimaksudkan, maka dilakukan pembatasan masalah. Adapun permasalahan yang akan dibahas berdasarkan identifikasi masalah diatas berfokus pada kondisi psikologis tokoh Antoine dalam *La Nausée* karya Jean-Paul Sartre.

### 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah diatas, maka penulis dapat menyusun sebuah rumusan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana deskripsi tokoh Antoine dalam novel *La Nausée*?
2. Peristiwa apa yang dilalui oleh tokoh Antoine dalam novel *La Nausée*?
3. Bagaimana bentuk kecemasan yang dialami tokoh Antoine dalam novel *La Nausée* dan apa penyebabnya?
4. Apa upaya tokoh Antoine dalam novel *La Nausée* untuk mengatasi kecemasan yang dialaminya?

### 1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk menjelaskan deskripsi tokoh Antoine dalam novel *La Nausée*.
2. Untuk menjelaskan peristiwa apa yang dilalui oleh tokoh Antoine dalam novel *La Nausée*.
3. Untuk menjelaskan bagaimana bentuk kecemasan yang dialami tokoh Antoine dalam novel *La Nausée* dan penyebab kecemasannya.
4. Untuk menjelaskan apa upaya tokoh Antoine dalam novel *La Nausée* untuk mengatasi kecemasan yang dialaminya.

### 1.6. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 1.6.1 Manfaat teoretis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas khasanah ilmu pengetahuan terutama dalam bidang sastra Perancis, khususnya para pembaca dan pecinta sastra.
- b. Penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai acuan atau referensi dalam penelitian di bidang sastra.

### 1.6.2 Manfaat praktis

- a. Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mahasiswa dalam mengapresiasi novel dari bahasa asing terutama bahasa Perancis dan khususnya karya-karya sastra penulis Jean Paul-Sartre.
- b. Bagi instansi pendidikan, penelitian ini mampu digunakan sebagai bahan ajaran tentang mengenali profil tokoh dalam sebuah novel.
- c. Bagi peneliti, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya

## 1.7 Metode Penelitian

### 1.7.1 Sumber dan Data Penelitian

Sumber data pada penelitian sastra adalah karya yang berupa kata, kalimat, dan wacana sebagai data penelitiannya. Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian pustaka, sebab data dalam penelitian ini berupa pustaka, yakni teks tertulis. Subjek penelitian ini adalah sebuah novel berbahasa Perancis berjudul *La Nausée* karya Jean-Paul Sartre, yang diterbitkan pada tahun 1938 dalam bahasa Perancis dan terdiri dari 253 halaman. Sedangkan objek penelitian ini adalah tokoh utamanya yang bernama Antoine Roquentin ditinjau dari kondisi psikologisnya.

### 1.7.2 Metode Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan bahan – bahan yang akan dibahas digunakan metode Penelitian Kepustakaan (Library Research), yaitu suatu metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengutip beberapa bahan materi yang diuraikan dalam buku – buku yang ada kaitannya dengan pembahasan ini. Adapun menurut Zed Mestika (2008) penelitian pustaka atau riset pustaka adalah serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat serta mengolah bahan bacaan tanpa memerlukan riset lapangan. Pengumpulan data yang dimaksudkan adalah sebagai berikut:

- a. Data primer yang terdapat di dalam novel *La Nausée* karya Jean-Paul Sartre, yang diterbitkan pada tahun 1938 dalam bahasa Perancis, terdiri dari 253 halaman. Data diperoleh melalui pembacaan novel secara teliti dan mencatat hal-hal penting yang berhubungan dengan tema penelitian. Dalam hal ini semua yang berkaitan dengan tokoh utama novel tersebut yang bernama Antoine Roquentin.
- b. Data sekunder, yaitu data-data yang diperoleh dari sumber lainnya yang relevan dengan tema penelitian, segala referensi yang dianggap relevan dan dapat mendukung penelitian ini, berupa buku-buku psikologi manusia, jurnal, skripsi, serta artikel-artikel dari situs-situs internet.

### 1.7.3 Metode Analisis Data

Analisis data meliputi penyajian data dan pembahasan yang dilakukan dengan menggunakan metode deskriptif. Metode deskriptif dapat diartikan sebagai

prosedur pemecahan masalah yang diselidiki dengan menggambarkan keadaan subjek atau objek dalam penelitian dapat berupa orang, lembaga, masyarakat dan yang lainnya yang pada saat sekarang berdasarkan fakta-fakta yang tampak atau apa adanya. Data yang perlu diidentifikasi dan dideskripsikan adalah kondisi psikologis tokoh utama dalam roman dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra. Penulis akan menggunakan teknik deskriptif yang dilakukan dengan langkah sebagai berikut:

- Membaca dan menerjemahkan kutipan dari novel *La Nausée* karya Jean-Paul Sartre.
- Menelaah dan mendeskripsikan tokoh Antoine dalam novel *La Nausée* karya Jean-Paul Sartre.
- Menelaah seluruh data yang telah diperoleh dari keadaan psikologi tokoh Antoine yang terdapat dalam novel *La Nausée* karya Jean-Paul Sartre.
- Mendeskripsikan keadaan psikologi yakni kecemasan (*anxiety*) yang terdapat dalam novel *La Nausée* karya Jean-Paul Sartre.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **2.1 Landasan Teori**

Untuk mencapai tujuan dari rumusan masalah yang diuraikan, diperlukan sejumlah teori yang menjadi kerangka landasan dalam melakukan penelitian sebagai salah satu sistem berpikir ilmiah. Landasan teori merupakan seperangkat teori yang dapat digunakan sebagai alat penuntun analisis untuk pemecahan masalah yang dikaji. Sehubungan dalam hal itu, maka pada bab ini penulis akan memaparkan beberapa teori yang menjadi landasan dalam mengkaji penelitian ini. Landasan teori yang digunakan dalam penelitian ini antara lain teori penokohan karya sastra menurut Nurgiyantoro dan teori psikologi sastra menurut Sigmund Freud yang berfokus pada kecemasan dan mekanisme pertahanan diri.

##### **2.1.1 Roman sebagai Karya Sastra**

Pengertian roman secara etimologi berasal dari kata "lingua romana" dalam bahasa Romawi, yakni tulisan yang ditulis atau dikarang oleh rakyat romawi dengan bahasa daerah. Penggambaran ini sebuah lawan dari makna teks tertulis "lingua latina" yang sudah lazim berlaku sebelumnya. Dari pengertian "lingua romana" kemudian timbul ungkapan "Roman", yang berasal dari bahasa Perancis dan menjadi cap untuk pengertian hal yang romantis (Sugiarti dkk via Nurita, 2013)

Roman juga dapat didefinisikan menurut isinya, yaitu; roman kriminal dan detektif, roman petualangan, roman psikologi, roman percintaan, roman adat, roman sejarah, roman sosial dan roman bertendensi (Zulfahnur, 1996). Novel *La Nausée* karya Jean-Paul Sartre sendiri termasuk jenis roman psikologi. Roman psikologi adalah roman yang mengutamakan unsur psikologi, sehingga roman ini banyak menceritakan keadaan batin tokoh dimana pengarang lebih tertarik pada penggambaran kejiwaan dan karakter seorang manusia.

Roman juga dibentuk oleh unsur-unsur intrinsik dan ekstrinsik. Unsur intrinsik yaitu tema dan amanat, alur, perwatakan, latar cerita, sudut pandang, dan gaya bahasa. Permasalahan dalam roman sebagaimana hakikat sastra dalam roman biasanya mempersoalkan manusia dengan berbagai aspek kehidupannya. Di dalamnya tercermin masalah-masalah kehidupan yang dihadapi manusia atau masyarakatnya pada suatu waktu, dan usaha pemecahannya sesuai dengan pandangan dan cita-cita pengarang (Zulfahnur, 1996). Sedangkan unsur ekstrinsik adalah unsur yang mempengaruhi pembentukan karya sastra dari luar, seperti latar belakang sosial, budaya, dan sejarah penulis.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa roman adalah salah satu jenis karya sastra yang lebih menekankan pada pengalaman dan peristiwa dari berbagai kronik kehidupan. Roman juga dapat berupa cerita rekaan yang menggambarkan kronik kehidupan para tokoh secara rinci dan mendalam yang dibentuk oleh unsur-unsur intrinsik dan ekstrinsik.

### 2.1.2 Tokoh dan Penokohan

Tokoh merupakan salah satu unsur penting dalam sebuah karya sastra. Dalam studi psikologi sastra, tokoh adalah hal yang tidak kalah menarik. Berdasarkan pendapat Endraswara (dalam Hermawan, 2019), tokoh adalah figur yang dikenai dan sekaligus mengenai tindakan psikologis. Secara psikologis, tokoh menjadi wakil sastrawan dimana sastrawan seringkali menyampaikan pesannya melalui tokoh. Pada umumnya dalam analisis psikologi sastra yang menjadi tujuan adalah tokoh utama, sedangkan tokoh kedua, tokoh ketiga, dan seterusnya, kurang mendapat penekanan.

Menurut Jones (dalam Nurgiyantoro, 1995) penokohan adalah penggambaran yang jelas tentang seseorang yang ditampilkan dalam sebuah cerita, sedangkan Nurgiyantoro (1998) menjelaskan bahwa penokohan adalah kehadiran seorang tokoh dalam sebuah cerita atau drama imajinatif, baik secara langsung maupun tidak langsung, yang dapat membuat pembaca menafsirkan sisi kualitas dirinya dengan perkataan dan tindakannya. Penokohan inilah yang mampu membangkitkan cerita pada sebuah karya. Penokohan mencakup nama tokoh yang terlibat dalam cerita, watak tokoh tersebut serta cara penggambarannya sehingga para pembaca dapat memahaminya dengan mudah.

David Daiches (1948) berpendapat bahwa karakter pelaku cerita fiksi dapat muncul dari sejumlah peristiwa dan bagaimana reaksi tokoh tersebut pada peristiwa yang dihadapi. Nurgiyantoro (1998) berpendapat bahwa dalam hal kepribadian seorang tokoh, pemaknaan dilakukan berdasarkan kata-kata (verbal) dan tingkah laku lain (nonverbal). Perbedaan antara tokoh yang satu dengan yang lain lebih ditentukan oleh kualitas pribadi daripada dilihat secara fisik. Dengan demikian, istilah "penokohan" lebih luas pengertiannya daripada "tokoh" dan "perwatakan" sebab ia sekaligus mencakup masalah siapa tokoh cerita, bagaimana perwatakan, dan bagaimana penempatan dan penggambarannya dalam sebuah cerita sehingga sanggup memberikan gambaran yang jelas kepada pembaca.

Dalam penokohan, watak atau karakter seorang tokoh dapat dilihat dari tiga segi, yaitu melalui: (1) Dialog tokoh, (2) penjelasan tokoh, dan (3) penggambaran fisik. Selanjutnya, terdapat dua jenis penokohan, antara lain:

a) Secara langsung atau deskriptif (analitik)

Pengarang langsung mendeskripsikan atau menyebutkan secara terperinci bagaimana watak sang tokoh, bagaimana ciri-ciri fisiknya, apa pekerjaannya, dan sebagainya. Tokoh cerita dihadirkan oleh pengarang ke hadapan pembaca secara langsung disertai dengan deskripsi kediriannya secara lengkap, yang dapat berupa sikap, sifat, watak, perilaku, atau ciri fisiknya. Deskripsi kedirian tokoh yang dilakukan secara langsung oleh pengarang akan berwujud penuturan yang bersifat deskriptif pula, dimana pengarang menjelaskan kedirian tokoh dengan cepat dan singkat. Dengan demikian, pembaca kurang didorong untuk berperan dalam memberikan tanggapannya terhadap tokoh.

b) Secara tidak langsung (dramatik)

Pengarang menggambarkan sifat dan ciri fisik sang tokoh melalui reaksi tokoh lain terhadap tokoh sentral, melalui gambaran lingkungan sekitar tokoh sentral, serta dapat diungkapkan melalui percakapan antar tokoh dalam cerita tersebut.

Berdasarkan penjelasan mengenai teori penokohan diatas, pada subjek penelitian ini yaitu novel psikologi akan diungkapkan mengenai kondisi tokoh utama *La Nausée* dari perspektif psikologis dengan mendeskripsikan gambaran umum tokoh, serta kondisi psikologisnya yang mencakup ketakutan, kecemasan, persepsi diri, dan aspek-aspek psikologis lainnya.

### 2.1.3 Peristiwa

Dalam karya sastra, "peristiwa" merujuk pada adegan, kejadian, atau situasi tertentu yang terjadi dalam alur cerita. Berdasarkan pendapat Nurgiyantoro (2007) peristiwa mampu menciptakan konflik dan konflik mampu memicu terjadinya peristiwa yang lain. Bentuk peristiwa dalam sebuah cerita, dapat berupa peristiwa fisik maupun batin. Peristiwa fisik melibatkan aktivitas fisik, adanya interaksi antara tokoh cerita dengan tokoh yang di luar dirinya, tokoh lain atau lingkungan. Peristiwa batin adalah sesuatu yang terjadi dalam batin atau hati seorang tokoh.

Peristiwa dapat berupa hal-hal kecil seperti percakapan antara karakter, hingga peristiwa besar, seperti konflik, pertempuran, atau perubahan besar dalam kehidupan karakter utama. Peristiwa memiliki peran penting dalam sebuah karya sastra karena sebuah peristiwa dapat mempengaruhi plot, perkembangan karakter, dan jalan cerita secara keseluruhan. Peristiwa juga merupakan bagian penting dari struktur dan substansi sebuah karya sastra, membantu pembaca untuk dapat merasakan perjalanan pikiran dan emosional yang dihadapi karakter-karakter atau dapat digunakan sebagai alat untuk mengeksplorasi tema-tema tertentu dan mengungkapkan pesan yang ingin disampaikan oleh penulis.

### 2.1.4 Psikologi Sastra

Psikologi sastra adalah cabang ilmu sastra yang digunakan untuk mengkaji suatu karya sastra dari sudut pandang psikologi (R.Noor via Hesti, 2013). Psikologi sastra tidak bermaksud memecahkan masalah psikologis. Namun secara definitif, tujuan psikologi sastra ialah memahami aspek-aspek kejiwaan yang terkandung dalam suatu karya. Menurut Aminuddin dalam Melati dan Haris (2022) berdasarkan uraian di atas, karya sastra sebenarnya tidak dapat dilepaskan sama sekali dari penulisnya seperti yang dulu dilakukan oleh penganut paham strukturalisme tradisional, yang menganggap bahwa karya sastra itu bersifat otonom, lepas sama sekali dari penulisnya. Sebab, diantara keduanya terdapat "hubungan kausalitas".

Scott dalam Melati dan Haris (2022) berpendapat bahwa yang penting adalah psikologi sastra mencakup tiga hal, yaitu (1) penelitian hubungan ketidaksengajaan antara pengarang dan pembaca, (2) penelitian kehidupan pengarang untuk memahami karyanya dan (3) penelitian karakter para tokoh yang ada dalam karya yang diteliti. Psikologi sastra juga lebih mementingkan karakter daripada aksi dan

plot. Oleh karena itu, tidak seperti genre lainnya, karakter dalam genre ini memiliki banyak segi yang dibangun dengan kekuatan dan kekurangan. Tidak ada pahlawan atau penjahat yang jelas dalam cerita ini, melainkan ada sedikit tumpang tindih di antara keduanya. Bentuk penokohan ini memberikan ruang untuk eksplorasi kepribadian kompleks, dilema moral dan keputusan etis orang-orang ini, sehingga memungkinkan alur cerita yang lebih berbasis karakter.

Karya sastra yang bergenre psikologi lebih terkenal memiliki ciri khas yaitu mengeksplorasi sisi gelap perilaku manusia. Seringkali, karakter-karakter ini menderita masalah psikologis yang mendalam seperti penyakit mental, kecanduan, rahasia gelap, perasaan bersalah yang sangat kuat, ketakutan, kecemburuan, paranoia, obsesi, dll. Seiring berkembangnya novel, kelemahan-kelemahan ini memainkan peran besar dalam mendorong aksi plot. Cerita biasanya diakhiri dengan karakter yang belajar cara menaklukkan gangguan psikologi yang mereka alami atau menyerah sepenuhnya kepada mereka.

Pada teori psikologi sastra, terdapat teori psikoanalisis yang dikemukakan oleh Sigmund Freud. Freud membagi kepribadian manusia menjadi tiga bagian utama yaitu id, ego, dan superego. Id adalah bagian tak sadar yang dipenuhi oleh dorongan naluri dan hasrat manusia atau ambisi manusia yang hanya mengutamakan kenikmatan biologis saja. Ego adalah aspek psikologis yang berfungsi sebagai perantara antara id, realitas eksternal, dan prinsip moral internal superego. Ego bertugas sebagai mediator untuk mengatur kesadaran atau memberi batasan pada apa yang dituntut oleh id. Superego adalah aspek sosial atau merupakan sistem moral dari kepribadian. Superego ini berisi norma-norma budaya dan sosial.

### **2.1.5 Teori Kecemasan**

Situasi apa pun yang mengancam kenyamanan suatu organisme diasumsikan melahirkan suatu kondisi yang disebut *ansietas* atau kecemasan. Kecemasan adalah variabel penting dari hampir semua teori kepribadian (Minderop, 2011). Kecemasan sebagai dampak dari konflik yang menjadi bagian kehidupan yang tak terhindarkan, dipandang sebagai komponen dinamika kepribadian yang utama. Kecemasan adalah fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Biasanya reaksi individu terhadap ancaman ketidaknyamanan dan pengrusakan yang belum dihadapinya ialah menjadi cemas atau takut. Kecemasan berfungsi sebagai mekanisme yang mengamankan ego karena memberi sinyal ada bahaya di depan mata.

Gangguan kecemasan dapat berkembang ketika kecemasan tidak dikelola dengan baik, ditandai dengan keadaan kecemasan yang terus-menerus atau berkala atau rasa takut yang menyebar dan tidak terbatas pada situasi atau objek tertentu. Ketegangan sering kali diekspresikan dalam bentuk insomnia, ledakan rasa mudah tersinggung, agitasi, jantung berdebar-debar, dan ketakutan akan kematian atau kegilaan. Terkadang kecemasan dinyatakan dalam bentuk yang lebih

akut dan mengakibatkan gejala fisiologis seperti mual, diare, frekuensi buang air kecil, sensasi tercekik, pupil melebar, berkeringat, atau pernapasan cepat. Indikasi serupa terjadi pada beberapa kelainan fisiologis dan dalam situasi stres atau ketakutan normal, namun dapat dianggap neurotik bila terjadi tanpa adanya cacat organik atau patologi dan dalam situasi yang dapat ditangani dengan mudah oleh kebanyakan orang.

Sigmund Freud (dalam Hanisa dan Mamik, 2022) berpendapat bahwa kecemasan adalah keadaan efektif, tidak menyenangkan, disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan orang tersebut terhadap bahaya yang akan datang. Dalam bukunya yang berjudul *Inhibitions, Symptoms and Anxiety (1926)* Freud mengatakan bahwa *l'angoisse est un état de détresse psychique du moi devant un danger qui le menace*, yang artinya *kecemasan adalah keadaan tekanan psikis ego dalam menghadapi bahaya yang mengancamnya*.

Meskipun pada dasarnya teori psikoanalisis Sigmund Freud sering kali menekankan pentingnya pengalaman masa kanak-kanak dalam membentuk perkembangan psikologis, teori kecemasan Freud ini juga mengakui bahwa kecemasan dapat muncul dari berbagai sumber sepanjang hidup seseorang. Oleh karena itu, meskipun seseorang tidak mengalami kecemasan yang signifikan pada masa kanak-kanak, teori Freud masih dapat memberikan wawasan tentang sifat dan dinamika kecemasan yang dialami pada masa dewasa. Sigmund Freud membagi kecemasan menjadi tiga jenis utama, yaitu :

### **1) Kecemasan Realistis**

Freud (dalam J.Feist & G,Feist, 2012) berpendapat bahwa kecemasan realistis adalah kecemasan yang diakibatkan oleh ketakutan akan sesuatu yang dapat mengancam individu di dunia nyata. Kecemasan realistis merupakan suatu kecemasan yang bersumber dari adanya ketakutan terhadap bahaya yang mengancam di dunia nyata. Kecemasan ini menuntun kita untuk berperilaku mengenai cara menghadapi bahaya tersebut dan tidak jarang ketakutan yang bersumber pada realita ini menjadi ekstrim. Meskipun kecemasan realistis berkaitan erat dengan rasa takut, keduanya berbeda.

Ketakutan sendiri memiliki objek yang spesifik. Namun dalam kecemasan realistis, objeknya tidak melibatkan objek yang spesifik. Pada kecemasan realistis, wujud ketidaknyamanan, kekhawatiran dan ketakutan yang muncul merupakan perasaan tidak menyenangkan yang melibatkan kemungkinan bahaya. Kecemasan ini menuntun kita untuk berperilaku bagaimana menghadapi bahaya.

### **2) Kecemasan Neurotik**

Menurut Freud (dalam Suryabrata, 2002:139), kecemasan neurotik adalah kecemasan dimana insting-insting atau hasrat seseorang tidak dapat dikendalikan dan menyebabkan orang berbuat sesuatu yang dapat dihukum. Pada kecemasan neurotik, seseorang akan mengalami kecemasan akan banyak hal, bahkan sekalipun hal itu tidak melibatkan dirinya. Akibatnya, orang ini akan diliputi



kecemasan yang kronis, berlangsung lama dan bisa mengakibatkan dirinya menjadi mudah marah, mudah tersinggung, dan emosi yang tidak stabil.

Kecemasan neurotik ini merupakan suatu gangguan keseimbangan fungsi mental oleh sebab-sebab khusus dari dinamika gangguan emosi dan perasaan. Gangguan perasaan semacam ini umumnya diderita oleh penderita neurosis dan tidak berkaitan dengan orang lain. Terkadang, kondisi cemas ini juga sedemikian berat hingga dapat menimbulkan pada kesehatan fisik berupa sulit tidur, mual, nyeri perut, hingga muntah.

Sedangkan menurut seorang psikolog asal Jerman yang bernama Karen Horney dilansir dari [www.verywell.com](http://www.verywell.com), kecemasan neurotik muncul dari hubungan interpersonal dan konflik, terutama berasal dari perasaan ketidakamanan dan ketidakmampuan. Menurut Horney, individu mengembangkan kecemasan neurotik sebagai hasil dari strategi-strategi maladaptif untuk mengatasi kecemasan dasar, yang merupakan perasaan ketidakberdayaan dan isolasi yang meluas dialami oleh semua manusia.

Psikolog lain yang berkontribusi pada pemahaman tentang kecemasan neurotik adalah Albert Ellis, pendiri Terapi Perilaku Rasional Emotif (REBT). Ellis menekankan peran keyakinan yang irasional dalam menyebabkan ketidaknyamanan emosional, termasuk kecemasan. Dalam REBT, kecemasan neurotik dipandang sebagai hasil dari pikiran dan keyakinan yang irasional tentang diri sendiri, orang lain, dan dunia (Jumadi, 2022).

### **3) Kecemasan Moral**

Kecemasan Moral adalah kecemasan yang terjadi apabila seseorang melanggar ataupun melakukan sesuatu yang bertentangan dengan norma moral. Kecemasan moral muncul sebagai akibat dari konflik antara ego dan superego. Kecemasan moral sebenarnya timbul akibat ketakutan terhadap suara hati diri sendiri. Ketika individu termotivasi untuk mengekspresikan dorongan instingtual yang berlawanan dengan nilai moral yang termasuk dalam superego individu itu maka ia akan merasa malu atau bersalah. Dengan kata lain, kecemasan moral ini adalah kata lain dari perasaan seperti malu dan bersalah serta takut akan hukuman.

Sedangkan menurut Karen Horney dilansir dari [www.verywell.com](http://www.verywell.com), kecemasan moral muncul dari perasaan tidak aman dan ketidakamanan yang berkaitan dengan konflik internal antara dorongan dasar manusia yang saling bertentangan, seperti dorongan untuk mencapai kemandirian dan dorongan untuk berhubungan sosial.

#### **2.1.6 Mekanisme Pertahanan Diri**

Mekanisme pertahanan ego adalah strategi psikologis yang dilakukan seseorang untuk melindungi egonya. Mekanisme ini muncul secara sadar maupun tidak sadar, ketika seseorang berusaha untuk melindungi ego/diri/pikiran dari kecemasan yang antara lain dipicu karena adanya reaksi sosial yang tidak menyenangkan. Sigmund Freud mengembangkan konsep *Defense Mechanism*

atau mekanisme pertahanan diri bersama dengan anaknya yang bernama Anna Freud sebagai cara untuk menjelaskan bagaimana ego (bagian kepribadian yang bertanggung jawab atas penyesuaian diri dengan realitas) melindungi diri dari kecemasan atau ancaman yang berasal dari dorongan-dorongan tidak sadar atau konflik internal (Andri dan Yenny, 2007).

Mekanisme pertahanan diri ini bertujuan untuk menjaga keseimbangan psikologis individu dan mengurangi kecemasan yang dapat timbul akibat tekanan psikologis tertentu. Setiap makhluk hidup menggunakan mekanisme pertahanan diri sepanjang hidup mereka. Akan tetapi, hal itu dapat menjadi perilaku negatif apabila tidak dikontrol dan hal itu dapat mengakibatkan gangguan pada kesehatan fisik, mental serta lingkungan sekitar. Teori mekanisme pertahanan diri ini terdiri dari beberapa jenis, berikut adalah beberapa contoh mekanisme pertahanan diri menurut Freud:

#### a) Represi

Represi didefinisikan sebagai upaya individu untuk menghilangkan frustrasi, konflik batin, dan bentuk-bentuk kecemasan lain yang ada dalam dirinya. Dalam proses konseling, seseorang yang melakukan represi biasanya tidak bersedia menceritakan permasalahan yang membuat cemas dirinya. Freud (dalam S.Sanyata 2009) mengatakan hal ini dilakukan karena sebagai usaha untuk menghilangkan kecemasan dari perasaannya. Represi merupakan mekanisme pertahanan utama di mana ego menolak atau menahan dorongan-dorongan atau ingatan yang tidak menyenangkan dari kesadaran. Represi menyebabkan konten psikis yang tidak diinginkan untuk tetap tersembunyi dalam alam bawah sadar, sehingga mencegah kecemasan yang terkait dengan materi tersebut muncul. Represi, yang juga disebut Anna Freud sebagai "*motivated forgetting*" atau "kelupaan yang termotivasi", yang artinya tidak mampu mengingat situasi, orang, atau peristiwa yang mengancam.

Individu yang sering merepresikan pikirannya atau menekan pikirannya akan menimbulkan perasaan bersalah dari superego. Hal ini membuat represi tidak dapat menjadi mekanisme pertahanan yang berhasil dalam jangka waktu yang panjang karena melibatkan pemaksaan keinginan, ide, atau ingatan yang mengganggu ke dalam alam bawah sadar, yang meskipun tersembunyi, hal tersebut akan menimbulkan kecemasan.

#### b) Proyeksi

Freud (dalam S. Sanyata, 2009) mengatakan bahwa dalam proyeksi ini perasaan, dorongan, atau gagasan yang tidak dapat diterima dikaitkan dengan orang atau benda lain. Individu yang memproyeksikan tidak memiliki kesadaran bahwa dorongan atau gagasan itu adalah miliknya sendiri). Meskipun proyeksi merupakan proses mental yang umum dan terkadang normal, hal ini sering kali terjadi pada individu yang sakit, sehingga sering kali disertai dengan berkurangnya pengujian realitas. Hal ini merupakan upaya utama untuk mempertahankan pikiran kebencian mereka dan menghubungkan pikiran mereka dengan seseorang atau

kelompok yang mereka rasa akan merugikan mereka. Namun, segala macam impuls bisa diproyeksikan, seperti cinta, keserakahan, iri hati, dan hasrat seksual.

Dalam mekanisme ini, individu menolak aspek diri mereka sendiri yang tidak diinginkan atau tidak disukai dan menyalahkan orang lain atau situasi eksternal atas perasaan atau perilaku mereka. Ini memungkinkan individu untuk menghindari kecemasan yang terkait dengan pengakuan dan penerimaan aspek diri yang tidak menyenangkan. Seperti mekanisme pertahanan lainnya, proyeksi terkadang dapat digunakan dengan cara yang positif, seperti ketika individu memproyeksikan perasaan cinta, percaya diri, dan perhatian kepada orang lain. Namun jika hal itu berdampak negatif pada seorang individu, hal itu hanya menambah stres dan kecemasan serta menghalanginya untuk mengatasi akar emosi tersebut.

**c) *Denial* (penolakan)**

*Denial* merupakan mekanisme pertahanan yang paling umum diketahui, serta merupakan hal pertama yang akan dilakukan oleh alam bawah sadar manusia saat melakukan mekanisme pertahanan. Individu menggunakan mekanisme ini untuk menolak kenyataan atau fakta yang tidak dapat diterima atau mengancam diri mereka sendiri. Ini dapat membantu individu untuk mengurangi kecemasan dan menghindari konfrontasi dengan realitas yang tidak diinginkan. Ketika suatu situasi atau fakta menjadi terlalu berat untuk ditangani, individu mungkin mengatasinya dengan menolak mengalaminya. Dengan menyangkal kenyataan, individu pada dasarnya melindungi diri mereka dari keharusan menghadapi dan melewati konsekuensi yang tidak menyenangkan dan rasa sakit yang menyertai penerimaan realita atau konflik yang ada.

**d) *Rasionalisasi***

Rasionalisasi memiliki tujuan untuk mengurangi kekecewaan ketika kita gagal mencapai suatu tujuan (Minderop, 2011). Rasionalisasi adalah komponen umum dalam psikologi mekanisme pertahanan, karena rasionalisasi merupakan pertahanan yang mudah diandalkan. Sederhananya, rasionalisasi terjadi ketika seorang individu mencoba menjelaskan perilaku buruknya. Penjelasan yang lebih logis dan masuk akal mengenai perilaku, pikiran, atau perasaan diberikan oleh seseorang untuk menyembunyikan makna atau motif bawah sadar yang dapat menimbulkan kecemasan atau rasa bersalah pada orang tersebut. Rasionalisasi merupakan upaya mencari-cari alasan yang dapat diterima secara sosial untuk membenarkan atau menyembunyikan perilakunya yang buruk. Orang yang melakukan rasionalisasi biasanya tidak menyadari makna atau motif yang ditekan tersebut.

**e) *Displacement* (Pengalihan)**

Dalam mekanisme ini, individu memindahkan emosi atau impuls yang tidak diinginkan dari objek atau situasi yang aslinya menjadi objek atau situasi lain yang lebih dapat ditoleransi. Pada *displacement*, individu mungkin secara tidak sadar mengalihkan perhatiannya dari sumber kecemasan (target awal) dan

memfokuskannya pada hal lain (target yang dipindahkan), seperti pekerjaan, hobi, atau aktivitas lainnya. *Displacement* memungkinkan individu untuk mengatasi kecemasan tanpa menghadapi sumber aslinya secara langsung.

**f) Sublimasi**

Menurut Minderop (2011), sublimasi terjadi bila tindakan-tindakan yang bermanfaat secara sosial menggantikan perasaan tidak nyaman. Sublimasi sesungguhnya suatu bentuk pengalihan. Sublimasi menjadi mekanisme dimana energi dari dorongan-dorongan yang tidak diinginkan dialihkan ke aktivitas atau pencapaian yang lebih sosial atau konstruktif. Sublimasi memungkinkan individu untuk mengarahkan dorongan-dorongan yang tidak diinginkan ke arah yang lebih produktif, sehingga mengurangi kecemasan dan ketegangan. Sublimasi terjadi ketika seseorang mengalihkan kecemasan atau emosi negatifnya ke dalam proyek yang produktif, mereka secara efektif mengubah emosi tersebut menjadi sesuatu yang konstruktif atau bernilai sosial.

Sublimasi bisa menjadi cara yang lebih sehat untuk mengatasi kecemasan dibandingkan dengan beberapa mekanisme pertahanan lainnya karena memungkinkan individu menyalurkan energi mereka ke sesuatu yang positif daripada terlibat dalam perilaku yang merugikan atau maladaptif. Sublimasi memungkinkan individu untuk mengekspresikan diri mereka secara kreatif, mengejar minat mereka, dan berkontribusi kepada masyarakat sekaligus mengelola tekanan emosional mereka. Ini dianggap sebagai salah satu mekanisme pertahanan yang lebih adaptif karena mendorong pertumbuhan dan produktivitas pribadi tanpa membahayakan diri sendiri atau orang lain.

**g) Reaction Formation (Reaksi formasi)**

*Reaction Formation* atau reaksi formasi adalah bagaimana mengubah suatu impuls yang mengancam dan tidak sesuai serta tidak dapat diterima norma sosial diubah menjadi suatu bentuk yang lebih dapat diterima (Andri dan Yenny, 2007). Sebagai contoh, seseorang yang mempunyai impuls agresif dalam dirinya berubah menjadi orang yang ramah dan sangat bersahabat. Perbedaan antara perilaku yang diperbuat merupakan benar-benar dengan yang merupakan reaksi formasi adalah intensitas dan keekstrimannya.

Represi akibat impuls ansietas kerap kali diikuti oleh kecenderungan yang berlawanan yang bertolak belakang dengan tendensi yang ditekan disebut reaksi formasi. Jenis mekanisme pertahanan ini adalah suatu mekanisme dimana suatu sikap ditekan dan dibiarkan tidak disadari dan digantikan dalam kesadaran atau perilaku dengan kebalikannya (Minderop, 2011). Misalnya, pikiran dan perasaan yang penuh kebencian ditekan, dan individu hanya sadar akan hal-hal yang penuh kasih sayang. Seseorang tidak menyukai rekan kerjanya, namun alih-alih menunjukkan perasaan tidak sukanya, dia akan menunjukkan kebaikannya kepada rekan kerjanya. Atau keras kepala dengan kepatuhan dan egoisme dengan altruisme.

Banyak reaksi formasi yang menjadi begitu kaku dan global sehingga menjadi bagian intrinsik dari karakter seseorang. Formasi reaksi besar seperti itu terkadang dianggap sebagai mekanisme pertahanan tersendiri. Tipe mekanisme pertahanan diri ini ditandai dengan seseorang yang melakukan tindakan berlawanan dengan apa yang ia rasakan. Biasanya, mekanisme formasi reaksi aktif ketika seseorang bertemu dengan orang lain yang tak disukainya.

#### **h) Isolasi**

Isolasi adalah cara kita untuk menghindari perasaan yang tidak dapat diterima dengan cara melepaskan mereka dari peristiwa yang seharusnya mereka terikat, merepresikannya dan bereaksi terhadap peristiwa tersebut tanpa emosi (Andri dan Yenny, 2007). Mekanisme yang paling banyak digunakan oleh kepribadian obsesif-kompulsif ini terdiri dari pemisahan ide dari emosi yang biasanya menyertainya. Misalnya, seseorang mungkin mempunyai pemikiran bahwa ayahnya akan meninggal, namun dia tidak merasakan emosi apapun bersamaan dengan pemikiran tersebut; atau seorang pasien mungkin memberi tahu analisisnya bahwa dia sedang marah memikirkan dia, tapi dia tidak merasa marah. Jika keterasingan parah, hal ini dapat mengakibatkan tumpulnya emosi. Kadang-kadang pikiran seseorang tampak tidak dapat dielakkan, asing, atau tidak berhubungan; karenanya kecemasan dan rasa bersalah berkurang meskipun pikirannya berkurang sadar.

#### **i) Regresi**

Mekanisme pertahanan diri regresi adalah suatu mekanisme pertahanan saat individu kembali ke masa periode awal dalam hidupnya yang lebih menyenangkan dan bebas dari frustrasi dan kecemasan yang saat ini dihadapi. Pada hal ini biasanya berhubungan dengan kembalinya individu pada tahap perkembangan psikologi (Andri dan Yenny, 2007).

#### **j) Intelektualisasi**

Mekanisme ini melibatkan upaya individu untuk mengatasi konflik emosional atau kecemasan dengan mengubah perasaan atau pengalaman yang sulit menjadi konsep abstrak atau pemikiran rasional. Dalam intelektualisasi, individu cenderung mencoba untuk menjauhkan diri dari pengalaman emosional yang menantang atau tidak menyenangkan dengan mereduksi pengalaman tersebut menjadi pemikiran yang lebih terfragmentasi, analitis, atau jauh dari perasaan yang mendasarinya. Mereka mungkin cenderung berfokus pada aspek intelektual atau rasional dari situasi tersebut, mengabaikan atau menekan respons emosional yang muncul. Contoh dari intelektualisasi ini adalah seseorang yang mengalami kegagalan dalam hubungan romantis dan menghadapinya dengan merumuskan analisis rasional tentang faktor-faktor yang menyebabkan hubungan tersebut berakhir, tanpa mengakui atau mengatasi perasaan sakit hati atau kekecewaan yang sebenarnya.

Mekanisme pertahanan diri ini berfungsi untuk menjaga keseimbangan psikologis dan kesejahteraan individu dalam menghadapi tekanan, konflik, dan ancaman psikologis. Meskipun mereka dapat memberikan perlindungan sementara,

terlalu banyak mengandalkan mekanisme pertahanan diri dapat menghambat pertumbuhan pribadi seseorang dan memperkuat pola perilaku yang tidak produktif.

## 2.2 Tinjauan Pustaka

### 2.2.1 Jean-Paul Sartre dan Karya-Karyanya

Jean Paul Sartre adalah seorang filsuf dan penulis asal Perancis yang terlahir di Paris, Perancis pada tahun 21 Juni 1905. Sartre menuntut ilmu di *École Normale Supérieure* sejak tahun 1924 hingga 1929. Di sana dia menyelesaikan pendidikan doktoralnya. Gelar profesor yang tersemat di depan namanya didapatkan sewaktu mengajar Filosofi di Le Havre pada tahun 1931. Terlepas dari segala gelar dan prestasinya, ia tidak kehilangan minat untuk melanjutkan studinya. Sartre pun melanjutkan studinya di Berlin untuk mempelajari filosofi Edmund Husserl dan Martin Heidegger dengan gaji yang diterimanya dari Institut Francais. Setelah mengajar di Le Havre dan Laon, Sartre melanjutkan mengajar di Lycée Pasteur di Paris antara tahun 1937 dan 1939. Sartre sempat bertugas di Perancis pada Perang Dunia II dan akhirnya ditangkap oleh musuh, namun ia dibebaskan. Setelah Perang Dunia II, Jean Paul Sartre memutuskan untuk menjadi seorang penulis independen.

Jean Paul Sartre adalah seorang penulis terkenal dengan begitu banyak karya yang berisikan pemikiran revolusionernya. Sartre juga tidak menutupi dirinya dari psikologi, dia sangat tertarik dengan psikiatri. Dari autobiografinya dapat kita ketahui kalau dia pernah menulis tesis tentang *dissolution of the self*. Sartre juga menulis pada biografinya bahwa dia mengalami penyakit psikologi dimana dia selalu berhalusinasi dan dia merasa bahwa dia neurotik sejak kecil. Pada tahun 1948 di RS Saint Anne di Paris, Sartre menyuntik dirinya sendiri dibawah pengawasan medis dengan *Mescaline*, obat halusinasi. Sartre memiliki pemikiran filosofis yang bersifat ekstrim dan radikal. Pemikiran-pemikirannya pun dikemukakan dalam bentuk karya sastra.

#### Karya-karya Jean Paul Sartre:

- *L'Imagination*
- *La Transcendance de l'Ego*
- *La Nausée*
- *Le Mur*
- *L'Imaginaire*
- *Les Mouches*
- *L'être et le néant: Essai d'ontologie phénoménologique*
- *Huis-clos*
- *L'âge de raison*
- *Morts sans sépulture*
- *La Putain respectueuse*
- *Baudelaire*
- *Les Jeux sont faits*

- *Les Mains sales*
- *Critique de la raison dialectique*
- *Les Mots*
- *Situations (I - X)*

### 2.2.2 Ulasan Terhadap Novel *La Nausée*

*La Nausée* adalah salah satu karya paling terkenal dari filsuf dan penulis Prancis, Jean-Paul Sartre. Novel ini pertama kali diterbitkan pada tahun 1938 dan merupakan salah satu karya penting dalam aliran fiksi eksistensialis. Sartre menggunakan novel ini sebagai sarana dia untuk mengungkapkan pemikiran-pemikirannya, terutama pemikirannya tentang eksistensialisme. Novel ini menggambarkan perasaan eksistensial yang mendalam dan kebingungan yang dialami oleh tokoh utama, Antoine Roquentin. Ia merasa terpisah dari dunia, dan perasaan eksistensialnya tercermin dalam refleksinya tentang kenyataan, keberadaan, dan kehampaan hidup. Sartre juga mengungkapkan konsep "kebebasan" dengan menekankan bahwa individu memiliki tanggung jawab penuh atas tindakan mereka sendiri dan harus menciptakan makna dalam kehidupan mereka sendiri, karena dunia itu sendiri terasa tidak berarti.

Novel ini dianggap sebagai pemberontakan dalam penulisan novel tradisional. Novel ini dimulai dengan, "*Hal terbaik adalah menuliskan segala sesuatu yang terjadi dari hari ke hari. Untuk membuat buku harian untuk memahami. Tidak mengabaikan nuansa atau detail kecil, bahkan jika hal itu tampak tidak penting, dan yang terpenting adalah mengklasifikasikannya.*" Sering disebut sebagai anti-novel dan lebih dari sekedar novel, ia memberikan kesan seperti sebuah jurnal. Hal ini juga menimbulkan pertanyaan tentang genre fiksi otobiografi.

Dalam "Pengantar" Penguin Publication of *Nausea* edisi tahun 2000, James Wood menyebutnya sebagai "eksplorasi logis dari dunia tanpa makna" dan mengatakan bahwa "*self-exhortation is the literary achievement*". Dalam konteks ini, "*self-exhortation*" merujuk pada proses atau tindakan memotivasi atau mendorong diri sendiri untuk mencapai kesuksesan dalam karya sastra. Ini bisa mencakup dorongan untuk menulis, memperbaiki kualitas tulisan, mengeksplorasi ide-ide baru, atau mengejar pencapaian sastra tertentu. Novel ini adalah upaya manusia untuk memahami kesadarannya dan melepaskan objek-objek yang dirasakan dari semua prasangka mereka, sebuah upaya yang termasuk dalam karya-karya Brentano, Husserl, dan Heidegger dalam tradisi filosofis, sehingga mendapat gelar "novel filosofis".

Dalam salah satu kritik paling awal dan klasik: *Sartre: Romantic Rationalist* (1999), Iris Murdoch menulis, "*La Nausée*, perayaan Sartre atas kengerian kontingen, adalah salah satu dari sedikit anggota novel bergenre 'filosofis yang tidak dipalsukan dan sukses'". Pendapat lain mengatakan bahwa jika ada "self exhortation" atau "nasihat diri sendiri" dan "kengerian kontingen" yang berujung pada episode mual tokoh protagonis Antoine Roquentin, hal ini juga menjadikan *Nausea* sebagai novel psikologis karena memiliki pengaruh psikologis yang sama

kuatnya. Psikolog sejak Freud mengerjakan psikologi abnormal telah menunjukkan bahwa pengalaman mental kecemasan, paranoia, disosiasi dengan kenyataan, hubungan interpersonal dan hubungan dengan dunia luar adalah kriteria yang sesuai dengan beberapa gangguan psikotik utama.

*La Nausée* adalah karya sastra yang menantang dan memerlukan refleksi yang mendalam. Novel ini menghadirkan dunia yang membingungkan dan tidak pasti, mengundang pembaca untuk merenungkan makna hidup dan eksistensi manusia. Karya ini telah menjadi salah satu klasik dalam sastra eksistensialis dan tetap relevan dalam pemahaman eksistensialisme hingga saat ini.

### 2.2.3 Penelitian yang relevan

Sejauh ini, belum ada penelitian yang secara khusus mengangkat skripsi mengenai "*La Nausée*" karya Jean-Paul Sartre. Namun, penulis menemukan beberapa skripsi yang menggunakan teori psikologi sastra, teori kecemasan, dan teori penokohan. Salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh Dianira Rizki Kinasih (2017) dengan judul "Kecemasan dan Mekanisme Pertahanan Tokoh Utama Dalam Cerpen "Hitokui Neko" Karya Haruki Murakami." Penelitian ini menganalisis kondisi psikologis tokoh utama dengan menggunakan teori psikologi sastra, di mana hasil penelitiannya berhasil menjelaskan aspek-aspek kecemasan yang dialami oleh tokoh utama, yaitu kecemasan realistik, kecemasan moral, dan kecemasan neurosis. Persamaan dengan penelitian penulis adalah sama-sama membahas sebuah karya sastra dengan meninjau tokoh utama menggunakan teori kecemasan Sigmund Freud. Penelitian lain dilakukan oleh Ika Damayanti Wahda (2018) dengan judul "Kecemasan Tokoh Utama Dalam Novel "Memburu Fatamorgana" Karya Helene Holloway dan Wuwun Wiati S Berdasarkan Psikoanalisis Sigmund Freud." Penelitian ini juga memiliki kesamaan dengan penelitian penulis karena sama-sama membahas kecemasan tokoh utama dalam karya sastra dengan menggunakan teori kecemasan Sigmund Freud, meskipun objek penelitiannya berbeda. Selain itu, karya lain dari Jean-Paul Sartre yang pernah dijadikan objek penelitian adalah roman "*Les Mots*", yang dibahas oleh Eko Romansah (2016) dengan judul "Roman "*Les Mots*" Karya Jean-Paul Sartre: Sebuah Tinjauan dari Perspektif Hermeneutika Gadamer." Persamaan dengan penelitian penulis adalah sama-sama menggunakan karya Jean-Paul Sartre sebagai objek kajian, namun perbedaannya terletak pada teori yang digunakan, di mana penelitian sebelumnya menggunakan perspektif hermeneutika Gadamer.