

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut Sarlito (dalam Pengantar Psikologi Umum, 2019) mendefinisikan emosi sebagai reaksi penilaian (positif maupun negatif) yang kompleks dari sistem syaraf seseorang terhadap ransangan dari luar maupun dari dalam dirinya sendiri. Definisi itu menggambarkan bahwa emosi diawali dengan adanya rangsangan, baik dari luar (benda, manusia, situasi, cuaca), maupun dalam diri kita sendiri (lapar, ngantuk, tekanan darah, kadar gula, dan lain-lain), pada indra-indra kita. Selanjutnya, kita menafsirkan persepsi kita atas rangsangan tersebut sebagai suatu hal yang positif ataupun negatif yang kemudian akan kita tejemahkan ke dalam respon fisiologik dan motorik (jantung berdebar, mulut menganga, bulu kuduk berdiri dan sebagainya) dan pada saat itulah terbentuknya emosi.

Sementara itu, menurut Krech (dalam Minderop, 2011) emosi dasar (*primary emotions*) manusia dibagi menjadi empat yaitu: kemarahan, kegembiraan, ketakutan, dan kesedihan. Keadaan yang membangkitkan perasaan-perasaan tersebut sangat terikat dengan keadaan tindakan yang ditimbulkan dan mengakibatkan meningkatnya ketegangan. Selain itu, kebencian atau perasaan benci (*hate*) memiliki keterkaitan dengan perasaan marah, cemburu, dan iri hati. David Krech mengklasifikasikan emosi menjadi 7 bagian yaitu: konsep rasa bersalah, rasa bersalah yang dipendam, menghukum diri sendiri, rasa malu, kesedihan, kebencian, dan cinta.

Krech (dalam Minderop 2011) juga menjelaskan mengenai perasaan bersalah dan menyesal. Perasaan bersalah dan rasa menyesal adalah dua perasaan yang tidak sama, meskipun saling berkaitan. Perasaan bersalah dapat timbul dari adanya tanggapan perilaku seseorang yang bertolak belakang dengan nilai-nilai moral atau etika yang dibutuhkan oleh suatu keadaan. Perasaan bersalah terkadang cepat hilang, namun dapat pula bertahan lama. Derajat yang paling rendah dari perasaan bersalah terkadang dapat hilang karena individu menolak kenyataan dan merasa telah benar. Usaha ini dilakukan karena adanya kekuatan positif untuk mendapatkan kesenangan atau kebahagiaan. Para antropolog dan lainnya menunjukkan bahwa larangan-larangan moral cenderung diciptakan oleh masyarakat dengan alasan sebagai kepentingan masyarakat untuk mencegah terjadinya suatu kejadian, yang di mana masyarakat itu sendiri yang mengingkarinya. Alasan lain ialah dengan adanya pelanggaran yang terkadang memuaskan karena dialami sebagai bentuk penolakan yang berasal dari luar, sebagai suatu ekspresi otonom dan kekuasaan diri pribadi.

Menurut Xu, dkk. (2011) Rasa bersalah adalah penerimaan diri yang tidak dikehendaki dan akan semakin kuat ketika individu menunjukkan aspek-aspek yang



diri. Hal ini dikarenakan tindakan yang salah yang dilakukan k dapat diterima oleh individu itu sendiri, pada akhirnya individu ban atas tindakan atas kesalahannya dan akan menderita akibat j dilakukannya seperti: seperti sebuah penyesalan, menyesali, asa tidak senang.

Mental Illnes Fellowship Victoria (2008) menjelaskan pengertian

mengenai rasa bersalah yaitu rasa tanggung jawab untuk keadaan negatif yang telah terjadi pada diri sendiri atau orang lain, rasa bersalah juga diartikan sebagai perasaan menyesal atau kejahatan nyata atau bayangan diri, baik dulu maupun sekarang. Dari berbagai definisi yang disebutkan di atas, kita dapat menyimpulkan bahwa pengertian rasa bersalah adalah perasaan menyesal, rendah diri, kurang bersyukur, dan bertanggung jawab atas perbuatan seseorang yang dapat melanggar norma-norma sosial, moral, agama, dan agama. Aturan Etis Ini adalah bentuk hukuman diri yang dapat mencegah seseorang melakukan pelanggaran sosial, moral, agama, atau etika lagi.

Rasa bersalah merupakan emosi yang sering kali dialami oleh manusia. Rasa bersalah biasanya terjadi saat seseorang merasa dirinya telah melakukan tindakan yang menurutnya dianggap salah atau tidak sesuai dengan norma yang berlaku. Rasa bersalah merupakan salah satu emosi yang dapat membawa dampak signifikan bagi kehidupan seseorang. Menurut teori psikoanalisis Sigmund Freud, rasa bersalah yang berlebihan dapat memicu munculnya mekanisme pertahanan diri sebagai upaya individu untuk melindungi ego dari ancaman kecemasan dan rasa sakit.

Salah satu contoh fenomenanya adalah kasus seorang mahasiswa bernama Dinda. Dinda adalah mahasiswa yang aktif serta memiliki prestasi akademik yang baik, namun kali ini dia merasa bersalah karena tidak dapat memenuhi ekspektasi orang tuanya. Pada suatu hari, Dinda mendapat nilai yang kurang memuaskan dalam salah satu mata kuliahnya. Ia merasa sangat bersalah, kesal dan cemas karena khawatir mengecewakan orang tuanya yang telah berjuang keras untuk membiayai kuliahnya. Rasa bersalah ini kemudian memicu munculnya mekanisme pertahanan diri pada diri Dinda.

Salah satu mekanisme pertahanan diri yang ditunjukkan Dinda adalah displacement atau mencari pelampiasan, karena kesal tidak mendapatkan nilai yang memuaskan Dinda merasa ingin memukul orang lain. Tapi alih alih memukul orang (yang tentu saja melanggar norma) Dinda lebih memilih untuk memukul samsak (dapat diterima), displacement ini membantu Dinda untuk mengubah perilaku yang tidak dapat diterima norma (memukul orang) jadi perilaku yang bisa diterima sosial (memukul samsak).

Fenomena ini menunjukkan bahwa rasa bersalah yang dapat memicu munculnya mekanisme pertahanan diri sebagai upaya seseorang untuk melindungi ego dari ancaman kecemasan dan rasa sakit. Melalui displacement, Dinda berusaha untuk mengurangi tekanan rasa bersalah yang dialaminya.

Permasalahan mengenai rasa bersalah ini juga yang peneliti temui dalam salah satu novel yang berjudul "*Trois Jours et Une Vie*" (Tiga Hari dan Satu Kehidupan) adalah sebuah karya menegangkan oleh peneliti Prancis Pierre Lemaitre. Novel ini



suatu peristiwa tragis yang mengubah kehidupan seorang anak dan perjalanan emosional dan psikologisnya.

mulai tiga hari sebelum Natal pada tahun 1999 di kota kecil Martin, yang saat itu baru berusia dua belas tahun merupakan anak sensitif, kedua orang tuanya bercerai. Dia tinggal bersama ibunya, bekerja keras untuk menghidupi mereka serta seorang ayah yang

tidak pernah bertemu. Terasing dari anak laki-laki lain seusianya karena ia tidak

memiliki PlayStation, ia seringkali berlindung di hutan tempat ia membangun rumah pohon. Hanya Remi Desmedt, putra tetangga yang berusia enam tahun, dan anjing keluarga tuan Desmedt, Ulysses, yang diizinkan masuk ke tempat perlindungan tersebut.

Ketika Ulysses tertembak, Antoine yang trauma melampiaskan amarahnya pada Remi, sehingga tidak sengaja membunuh anak itu. kebingungan dan ketakutan menyelimuti Antoine sehingga dia memutuskan untuk menyembunyikan tubuh Remi di sebuah celah jurang di hutan. Kejadian ini terjadi begitu cepat dan Antoine merasa terjebak dalam situasi yang tidak bisa dia kendalikan. Selama beberapa hari berikutnya seluruh masyarakat berdatangan untuk mencari anak laki-laki yang hilang itu di hutan terdekat. Antoine dipertanyakan sebagai orang terakhir yang melihat anak laki-laki itu hidup. Ketegangan meningkat saat Beauval mengalami badai hebat yang menghancurkan sebagian besar wilayah desa yang membuat jejak beserta bukti kejahatan Antoine di hutan ikut hancur dan hilang.

Tahun-tahun berlalu, kejadian tersebut meninggalkan luka mendalam yang terus membayangi hidupnya. Antoine tumbuh menjadi remaja dan kemudian dewasa dengan rahasia besar yang terus menerus menghantui dirinya. Jasad Remi tidak pernah ditemukan dan meskipun Antoine dihantui rasa bersalah, ia mencoba melanjutkan hidupnya. Tetapi rasa bersalah yang dia rasakan tidak pernah hilang. Dia selalu merasa cemas dan takut bahwa suatu hari rahasianya akan terbongkar. Ketika dewasa, Antoine mencoba melarikan diri dari masa lalunya dengan meninggalkan desa dan memulai hidup baru di tempat lain. Namun, kenangan akan Remi dan peristiwa tragis itu tetap menghantui pikirannya.

Dua belas tahun setelah kejadian itu, Antoine yang kini sudah dewasa memutuskan untuk kembali ke Beauval. Kembali ke desa adalah langkah yang sulit bagi Antoine, tetapi dia merasa perlu untuk menghadapi masa lalunya. Setibanya di Beauval, dia mendapati bahwa desa tersebut telah banyak berubah, tetapi kenangan tentang peristiwa tragis itu masih sangat jelas di ingatannya. Beberapa peristiwa tidak terduga membuat rahasia yang telah lama ia kubur sedikit demi sedikit mulai terungkap.

Di penghujung novel, tulang-belulang Remi ditemukan saat pembangunan baru dilakukan di area bekas hutan di Saint Eustache. Hal ini membuat polisi membuka kembali penyelidikan kasus anak hilang yang dulu sempat ditutup selama bertahun-tahun lamanya.

Dampak dari peristiwa tersebut membuat rasa bersalahnya menjadi beban berat, memengaruhi perilaku dan pola pikirnya. Meski berusaha menjalani hidupnya, Antoine merasa terpenjara dan terpuruk dalam konflik batin yang menyiksanya. Dia hidup dengan rahasia besar, beban kebohongan, rasa bersalah, hal-hal yang tidak bisa ditutupi dari kecil yang semakin lama semakin membebani melawan keinginan untuk mengungkapnya dan rasa takut akan



nyoroti perjalanan emosional Antoine selama beberapa tahun ke kan pertumbuhan karakternya dalam menghadapi trauma masa aha mencari kedamaian batin, namun rasa bersalah terus menengaruhi hubungannya dengan orang tuanya, teman-temannya,

lingkungan sosialnya, dan pandangannya terhadap dirinya sendiri.

Kondisi ini yang membuat peneliti memilih novel ini karena topik perasaan bersalah masih jarang dianalisis dalam skripsi serta novel ini jarang dianalisis dalam skripsi sarjana FIB sehingga keduanya jarang tumpang tindih dengan skripsi lainnya. Kemudian penulis ingin memahami rasa bersalah yang disebabkan oleh menyimpan rahasia dan memainkan peran penting dalam novel, mengubah kehidupan tokoh, sedikit demi sedikit, bahkan saat ditekan oleh mekanisme pertahanan. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi upaya untuk mencari tahu bagaimana rasa bersalah dan mekanisme pertahanan diri saling berhubungan satu sama lain. Dengan memahami bagaimana masalah ini saling berhubungan, pembaca diharapkan dapat mempertimbangkan rasa bersalah dan mekanisme pertahanan diri dalam kaitannya dengan bagaimana mereka memengaruhi tokoh utama. Adapun hal yang menarik untuk dikaji oleh peneliti adalah pengaruh perasaan bersalah tokoh Antoine dalam novel '*Trois Jours et Une Vie*' karya Pierre Lemaître.

1.2 Identifikasi Masalah

Setelah selesai membaca novel *Trois Jours et Une Vie* peneliti menemukan beberapa masalah yang menarik untuk dikaji lebih lanjut, antaranya yaitu:

1. Mekanisme pertahanan diri yang digunakan Antoine untuk menghadapi rasa bersalahnya.
2. Faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi rasa bersalah tokoh Antoine dalam *Trois Jours et une Vie* karya Pierre Lemaître..
3. Konflik antar tokoh dalam *Trois Jours et une Vie* karya Pierre Lemaître.

1.3 Batasan Masalah

Untuk menghindari terjadinya perluasan masalah maka perlu adanya pembatasan masalah, peneliti memfokuskan objek penelitian hanya mengenai pengaruh rasa bersalah terhadap kepribadian tokoh Antoine dalam novel *Trois Jours et Une Vie* Karya Pierre Lemaître.

1.4 Rumusan Masalah



batasan masalah yang telah dibuat maka dapat dibuat rumusan kut:
ambaran kepribadian tokoh Antoine?
tuk perasaan bersalah yang dialami tokoh Antoine?
okoh Antoine menggunakan mekanisme pertahanan diri untuk
sa bersalahnya?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini antara lain sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi hal yang mempengaruhi perkembangan kepribadian tokoh Antoine dalam *Trois Jours et Une Vie* karya Pierre Lemaitre.
2. Mengidentifikasi dan menganalisis bentuk perasaan bersalah yang dialami oleh tokoh Antoine.
3. Menganalisis bentuk mekanisme pertahanan diri yang digunakan Antoine dalam menghadapi perasaan bersalahnya

1.6 Manfaat Penelitian

Peneliti berharap agar penelitiannya mempunyai banyak manfaat. Manfaat penelitian ini dibedakan menjadi dua, yaitu:

1. Manfaat Teoritis
Fungsi teoritis dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan kontribusi pengetahuan untuk referensi akademi, dengan demikian penelitian ini nantinya dapat berperan sebagai referensi peneliti lain ketika ingin mengkaji lebih lanjut pada novel *Trois Jours et Une Vie* karya Pierre Lemaitre ini.
2. Manfaat Praktis
Melalui skripsi ini, peneliti berharap turut andil dalam mengembangkan keterampilan metodologi penelitian dan analisis data yang diperlukan untuk menangani masalah kompleks dalam bidang keilmuan ini.

1.7 Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian
Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian adalah jenis penelitian deskriptif kualitatif. Secara keseluruhan pendekatan kualitatif ini menggunakan penafsiran dengan menyajikannya dalam bentuk deskripsi berupa kata-kata. Penelitian ini akan menganalisis psikologis tokoh Antoine serta mencari tau aspek yang memengaruhi psikologis serta pola pikir karakter Antoine yang terdapat pada novel *Trois Jours et Une Vie* karya Pierre Lemaitre dengan hasil akhir berupa kata, kalimat, dan bukan angka atau nominal.

2. Lokasi dan Waktu
Lokasi penelitian ini terbatas pada kamar peneliti, lokasi ini didasarkan pada aksesibilitas dan kebutuhan untuk menjaga fokus dalam ang tenang dan terkendali. Meskipun penelitian ini terjadi dalam terbatas, ruang tersebut telah disesuaikan untuk mendukung elitian.



Penelitian terhitung saat peneliti mengunduh novel digital *Trois Jours et Une Vie* pada bulan Desember. Pemilihan periode waktu ini didasarkan pada kesediaan waktu peneliti sehingga memungkinkan untuk menyelesaikan

penelitian dengan baik. Selama periode tersebut, peneliti akan fokus pada pengumpulan data, analisis, dan penelitian laporan skripsi.

3. Data dan Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini adalah novel *Trois Jours et Une Vie* karya Pierre Lemaitre, seorang penulis berkebangsaan Prancis, yang berjumlah 203 halaman yang di unduh pada laman z-lib.id. Selain itu, jurnal dalam maupun luar negeri, skripsi terdahulu dan buku teori yang mendukung penelitian juga menjadi sumber data penting untuk menyelesaikan penelitian. Instrumen utama dalam penelitian ini adalah adanya peneliti sendiri, karena peneliti sebagai perencana, pelaksana, pengumpul data, penganalisis data, dan pelapor hasil penelitian.

Teknik pengumpulan data diperlukan bagi peneliti karena adanya teknik atau metode pengumpulan data maka peneliti akan mendapatkan data yang dibutuhkan. Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti dilakukan secara cermat, berulang-ulang melalui teks tertulis dalam novel *Trois Jours et Une Vie* karya Pierre Lemaitre. Data tersebut kemudian diperoleh penempatannya berdasarkan kelompok masing-masing.

Berikut adalah beberapa cara pengelompokan data yang akan dilakukan oleh peneliti dalam meneliti dan menganalisa novel *Trois Jours et Une Vie* karya Pierre Lemaitre:

1) Metode Pengumpulan Data

- a. Data Primer yaitu data utama pada penelitian ini adalah novel *Trois Jours et Une Vie* karya Pierre Lemaitre diterbitkan oleh Publikasi Prancis dan Eropa Inc pada tahun 2016 dan di unduh pada laman z-lib.id memiliki halaman berjumlah 203 lembar. Data primer merupakan data utama yang diperoleh dari seluruh kata, dialog, frasa dan kalimat dalam novel yang menggambarkan psikologis tokoh Antoine dalam novel *Trois Jours et Une Vie* karya Pierre Lemaitre.
- b. Data Sekunder dalam penelitian ini diambil dari luar data primer, dapat berupa jurnal, buku, artikel atau penelitian terdahulu dari peneliti lain namun pastinya masih relevan dengan topik yang diteliti.

2) Teknik Analisis Data.

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah melakukan analisis dengan menggunakan pendekatan intrinsik dan ekstrinsik agar dapat memahami novel *Trois Jours et Une Vie* secara menyeluruh.

Pada pendekatan intrinsik, fokusnya adalah menggali unsur-unsur yang ada di dalam teks itu sendiri. Dalam hal ini, peneliti

menggunakan teori tokoh dan penokohan untuk mengkaji bagaimana

karakter Antoine dan tokoh-tokoh lain dibangun, bagaimana sifat-sifat

ka dikembangkan, serta bagaimana konflik dan perkembangan

tersebut muncul sepanjang cerita. Selanjutnya, peneliti juga

gunakan teori peristiwa untuk memahami rangkaian kejadian

peristiwa penting dalam novel yang menjadi pendorong alur cerita

memengaruhi psikologi tokoh utama. Dengan kedua teori ini,

peneliti dapat melihat bagaimana struktur cerita dan karakter



berinteraksi membentuk makna yang utuh dari novel.

Sementara itu, dalam pendekatan ekstrinsik, peneliti melihat unsur di luar teks yang memengaruhi perilaku tokoh. Di sini, peneliti menggunakan teori mekanisme pertahanan diri dari Sigmund Freud untuk menganalisis bagaimana Antoine menghadapi tekanan psikologis, khususnya rasa bersalah yang mendalam akibat kejadian tragis dalam cerita. Teori Freud membantu menjelaskan berbagai mekanisme psikologis yang mungkin digunakan Antoine, seperti dalam menanggapi konfliknya secara emosional dan mental. Pendekatan ekstrinsik ini memberi kedalaman pada pemahaman perilaku tokoh yang mungkin tidak secara eksplisit diungkap dalam narasi, tapi dapat ditafsirkan melalui teori psikologi.

Setelah data dianalisis dengan kedua pendekatan tersebut, peneliti mengelompokkan temuan berdasarkan kategori permasalahan yang relevan. Kemudian, hasil analisis ini dijelaskan secara deskriptif, dengan memberikan uraian dan interpretasi mendalam pada kutipan-kutipan penting dari novel. Cara ini memungkinkan pembaca skripsi untuk memahami bagaimana teori-teori tersebut secara sinergis membantu mengungkap lapisan makna dalam karakterisasi, perkembangan cerita, dan dinamika psikologis tokoh Antoine



BAB II

LANDASAN TEORI DAN TINJAUAN PUSTAKA

2.1 LANDASAN TEORI

Pada bab ini, peneliti akan membahas tentang teori yang digunakan dalam menganalisis data pada dalam novel *Trois Jours et Une Vie* karya Pierre Lemaitre. Analisis karya sastra yang berupa novel membutuhkan beberapa teori agar menjadi lebih terarah. Sebab teori tersebut berperan sebagai landasan untuk membantu proses analisis karya sastra.

Penelitian ini menggunakan pendekatan intrinsik yaitu pendekatan penokohan dan analisis peristiwa. Serta menggunakan pendekatan ekstrinsik yaitu pendekatan psikologis, tepatnya untuk menganalisis perilaku mekanisme pertahanan diri tokoh Antoine. Dengan demikian, dipilihnya teori tersebut diharapkan dapat mencapai tujuan dari penelitian yaitu menganalisis pengaruh rasa bersalah terhadap karakter Antoine dalam novel '*Trois Jours et Une Vie*' karya Pierre Lemaitre.

2.1.1 Pengertian Teori Peristiwa

Teori peristiwa dalam sastra adalah kerangka analisis yang memfokuskan perhatian pada rangkaian kejadian atau aksi penting yang membangun alur (plot), menggerakkan perkembangan cerita, serta membentuk karakter dan konflik dalam karya sastra. Peristiwa dalam cerita tidak hanya dipahami sebagai urutan tindakan kronologis, melainkan juga sebagai pusat ketegangan, perubahan, dan proses perkembangan batin tokoh utama. Teori ini mengkaji bagaimana setiap peristiwa memiliki fungsi tertentu: mulai dari eksposisi (pengenalan masalah), komplikasi (pengembangan konflik), klimaks, hingga resolusi (penyelesaian).

Dalam konteks penelitian sastra terkini, teori peristiwa juga dikaitkan dengan pendekatan naratologi, yakni studi tentang struktur dan fungsi narasi. Menurut pendekatan ini, peristiwa adalah momen-momen penentu yang menghubungkan sebab-akibat dan membentuk koherensi cerita secara logis. Peristiwa penting tidak selalu harus besar atau dramatis, tetapi signifikan dalam perjalanan psikologis tokoh dan arah cerita secara keseluruhan.



Optimized using
trial version
www.balesio.com

Naratologi dalam karya sastra.

Dalam karya sastra merujuk pada urutan peristiwa berdasarkan logika sebab-akibat yang membentuk alur cerita secara sistematis dan logis. Konsep naratologi bukan sekadar penyusunan peristiwa secara temporal, tetapi juga mencakup analisis tentang sebab-akibat yang menghubungkan satu peristiwa dengan peristiwa lainnya dalam rangkaian naratif yang koheren. Menurut Nurgiyantoro

(2002), kronologi membantu pembaca memahami perkembangan cerita dari tahap awal hingga penyelesaian, sekaligus memberikan kerangka untuk menganalisis hubungan kausal antar peristiwa yang membentuk struktur plot.

Dalam kajian naratologi, kronologi dibedakan menjadi beberapa jenis berdasarkan cara penyajiannya. Kronologi linear mengikuti urutan waktu yang alamiah dari awal hingga akhir, sedangkan kronologi non-linear dapat melibatkan teknik flashback, foreshadowing, atau analepsis yang mengacak urutan temporal untuk mencapai efek artistik tertentu (Genette, 1980). Selain itu, terdapat pula kronologi psikologis yang mengutamakan urutan kejadian berdasarkan dampak emosional atau psikologis terhadap tokoh, bukan semata-mata urutan waktu objektif.

2.1.3 Konsep Perasaan Bersalah (Guilt)

Perasaan bersalah adalah emosi kompleks yang muncul ketika seseorang merasa telah melanggar norma moral atau menyakiti orang lain, baik secara sengaja maupun tidak. Dalam kajian sastra, perasaan bersalah dapat dikategorikan ke dalam beberapa bentuk (Brown, 2018):

1. Perasaan Bersalah Pribadi (Private Guilt):

perasaan bersalah yang dialami secara internal dan biasanya tidak diketahui atau diungkapkan kepada orang lain. Bentuk rasa bersalah ini muncul ketika individu menilai bahwa dirinya telah melakukan kesalahan atau pelanggaran terhadap norma moral atau etika yang diyakini sendiri. Dalam prosesnya, rasa bersalah pribadi cenderung menyebabkan konflik batin yang mendalam, penyesalan, dan perasaan rendah diri. Hal ini sering kali menjadi sumber tekanan psikologis yang berat, karena individu berjuang menerima kesalahan tersebut tanpa mendapat dukungan eksternal. Sebagai contoh, Tangney dan Dearing (2002) menjelaskan bahwa rasa bersalah pribadi dapat berfungsi sebagai motivator untuk memperbaiki tindakan, namun jika berlebihan dapat menimbulkan kecemasan dan depresi.

2. Perasaan Bersalah Tersirat (Implied Guilt):

merupakan bentuk rasa bersalah yang tidak diekspresikan secara eksplisit, tetapi dapat dikenali melalui perilaku, sikap, atau reaksi emosional individu. Rasa bersalah ini sering kali tersimpan di balik kata-kata atau tindakan yang tampak biasa, namun sebenarnya mengandung beban psikologis yang



Misalnya, seseorang yang selalu menghindari konfrontasi atau kecemasan berlebihan dalam situasi tertentu mungkin engah memendam perasaan bersalah yang tidak diungkap secara eksplisit (Loutzian & Ellison, 1997). Perasaan ini juga dapat muncul dalam bentuk flashback yang menunjukkan adanya konflik batin

3. Perasaan Bersalah Publik (Public Guilt):

Merupakan pengalaman kesadaran yang menjelaskan bahwa kesalahan atau pelanggaran seseorang telah diketahui atau akan diketahui oleh masyarakat luas, sehingga menimbulkan risiko stigma, penghakiman sosial dan konsekuensi budaya lainnya. Bentuk rasa bersalah ini seringkali menimbulkan tekanan besar karena keadaan sosial yang memicu rasa malu dan takut akan kehilangan reputasi. Dalam kajian psikologi sosial, rasa bersalah publik dianggap sangat berpengaruh terhadap perilaku sosial karena tokoh yang mengalaminya cenderung termotivasi untuk melakukan tindakan penebusan atau menjaga citra diri agar tidak mengalami pengucilan (Hurtado, 2005).

4. Perasaan Bersalah Bersama (Shared Guilt):

Perasaan bersalah yang dirasakan tidak hanya secara individual, tetapi sebagai bagian dari tanggung jawab kolektif terhadap kesalahan atau dampak negatif yang dialami oleh kelompok atau komunitas. Rasa bersalah ini biasa muncul dalam situasi di mana individu merasa bahwa tindakannya berkaitan erat dengan situasi sosial yang lebih besar, atau ketika seluruh komunitas merasakan penderitaan akibat suatu kejadian. Baumeister et al. (1994) menyatakan bahwa rasa bersalah bersama memainkan peran penting dalam membangun solidaritas sosial dan kolaborasi sebagai mekanisme pemulihan kelompok. Dalam konteks ini, rasa bersalah memperkuat ikatan sosial karena kesadaran bersama akan kebutuhan untuk mengambil tanggung jawab dan melakukan perbaikan.

2.1.4 Tokoh Menurut Psikologi Sastra

Karya sastra mengandung hal-hal imajinatif yang dapat membangun karakter tokoh. Imajinasi pengarang dalam menciptakan karya sastra seringkali terinspirasi dari hal-hal dalam dunia nyata, seperti problem psikologis. Oleh sebab itu, karya sastra dapat dikaji menggunakan pendekatan psikologi. Psikologi sastra memiliki empat definisi, yaitu studi psikologi pengarang sebagai tipe atau pribadi, kajian proses kreatif, dampak sastra terhadap pembaca, serta kajian tipe dan hukum, yaitu hukum psikologi yang diterapkan pada karya sastra (Minderop, 2018:56).

Psikologi sastra adalah telaah karya sastra yang diyakini mencerminkan proses dan aktivitas kejiwaan. Dalam menelaah suatu karya psikologis hal penting yang perlu dipahami adalah sejauh mana keterlibatan psikologi pengarang dan kemampuan



ikan para tokoh rekaan yang terlibat dengan masalah kejiwaan. Pengaruhi oleh beberapa hal. Pertama, karya sastra merupakan ses kejiwaan dan pemikiran pengarang yang berada pada situasi (subconscious) yang selanjutnya dituangkan ke dalam bentuk telaah psikologi sastra adalah kajian yang menelaah cerminan i para tokoh yang disajikan sedemikian rupa oleh pengarang merasa terbuai oleh problema psikologis kisah yang kadang kala

merasakan dirinya terlibat dalam cerita. Karya-karya sastra menampilkan watak para tokoh, walaupun imajinatif, dapat menampilkan berbagai problem psikologis. (Minderop, 2011;55)

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa psikologi sastra adalah disiplin ilmu yang mempelajari sastra dengan fokus pada aktivitas kejiwaan tokoh yang digambarkan dalam karya tersebut. peneliti dan pembaca sebagai penikmat karya sastra. Hal ini disebabkan oleh kemungkinan bahwa karya sastra mencerminkan psikologi pengarang dan memiliki kekuatan psikologis terhadap pembaca.

Teori psikologi sastra dapat membantu penelitian yang berfokus pada tokoh agar dapat menghasilkan kesimpulan tentang mekanisme pertahanan diri dalam menghadapi rasa bersalah seperti apa yang dialami oleh tokoh dalam novel '*Trois Jours et Une Vie*' karya Pierre Lemaitre.

2.1.5 Psikoanalisis

Sigmund Freud: merupakan seorang ilmuwan berkebangsaan Jerman yang lahir pada tanggal 6 Mei 1856 di Freiberg. Dia melarikan diri ke Inggris saat Hitler lagi jaya-jayanya dan meninggal di London tanggal 23 September 1939. Freud merupakan salah satu tokoh Psikodinamika atau Psikologi Dinamika dan satu-satunya tokoh yang mengembangkan Psikoanalisa (sayangnya, selama hidup karirnya sering dianggap gila, baru saat ia mati karya dan buku-bukunya dikenal oleh masyarakat).

Aliran psikoanalisa sering dipandang sebelah mata oleh masyarakat saat itu karena aliran ini dianggap sangat pesimistik dan hanya melihat manusia berdasarkan instingnya layaknya hewan. Tetapi masyarakat yang salah mengambil persepsi tentang teori Freud. Faktanya, teori ini berhasil membantu para pasien berpenyakit jiwa melewati masa-masa sulitnya selama di rsj. Saat itu Freud mengobservasi salah satu pasien wanita rumah sakit jiwa, makanya teori ini dilihat begitu abstrak dan kurang manusiawi.

Sigmund Freud membagi struktur kepribadian manusia menjadi tiga: id, ego, dan superego. Id merupakan dorongan naluriah, ego berperan sebagai penengah antara keinginan id dan realitas, sedangkan superego adalah internalisasi nilai moral yang berfungsi sebagai pengontrol perilaku (Wijaya, 2021)¹. Konflik antara ego dan superego seringkali melahirkan perasaan bersalah, terutama ketika individu melakukan atau merencanakan tindakan yang bertentangan dengan norma moral superego. Perasaan bersalah ini kemudian memicu ego untuk membangun mekanisme pertahanan diri.

Psikoanalisa disebut juga aliran Psikologi dalam (depth psychology) atau teori psikologi karena teori ini menekankan pada dinamika/gerakan dorongan-dorongan ketidaksadaran menuju kesadaran, secara arkan jiwa sebagai sebuah gunung es (struktur kesadaran):

Optimized using
trial version
www.balesio.com

muncul di permukaan air merupakan bagian yang terkecil, yaitu gunung es yang diartikan sebagai bagian kesadaran (es). Berkaitan dengan makna kehidupan sehari-hari termasuk pengalaman yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari

2. Agak di bawah permukaan air diartikan sebagai bagian prakesadaran (*preconsciousness/sub-consciousness*). Bagian ini berisi hal-hal yang sewaktu-waktu dapat muncul ke bagian kesadaran.
3. Bagian terbesar berada di bawah permukaan air yang merupakan bagian ketidaksadaran (*unconsciousness*). Berisi dorongan-dorongan yang ingin muncul kepermukaan. Berisi insting/pengalaman tidak menyenangkan yang terus ditekan ke bawah. Hal-hal yang berada di bawah sadar dapat muncul ke kesadaran melalui mimpi/hipnosis. Dorongan-dorongan ini terus mendesak ke atas, sedangkan bagian di atas sangat terbatas ruangnya, sehingga tinggallah “ego” (si aku) yang menjadi pusat kendali atau kontrol penuh atas kesadaran dan harus mengatur dorongan-dorongan yang mana harus tetap tinggal dalam ketidaksadaran dan mana yang boleh dimunculkan dalam kesadaran.

2.1.6 Struktur Kepribadian

Menurut Freud, kehidupan jiwa memiliki tiga tingkat kesadaran, yakni sadar (*conscious*), prasadar (*preconscious*), dan tak-sadar (*unconscious*). Topografi atau peta kesadaran ini dipakai untuk mendeskripsi unsur cermati (*awareness*) dalam setiap event mental seperti berfikir dan berfantasi. Sampai dengan tahun 1920an, teori tentang konflik kejiwaan hanya melibatkan ketiga unsur kesadaran itu. Baru pada tahun 1923 Freud mengenalkan tiga model struktural yang lain, yakni *id*, *ego*, dan *superego*. Struktur baru ini tidak mengganti struktur lama, tetapi melengkapi/menyempurnakan gambaran mental terutama dalam fungsi atau tujuannya (Alwisol, 2015: 13)

Ketiga model struktural kepribadian menurut Freud (dalam Alwisol, 2015: 14) adalah sebagai berikut.

1. ID

Terletak di dalam ketidaksadaran. *Id* merupakan tempat dari dorongan-dorongan primitif, yaitu dorongan yang belum dibentuk/dipengaruhi oleh moral dan budaya, yaitu dorongan untuk hidup dan mempertahankan kehidupan (*life instinct*) dan dorongan untuk mati (*death instinct*). Prinsip yang dianut oleh *Id* adalah prinsip kesenangan atau kebutuhan (*pleasure pinciple*), yaitu bahwa tujuan dari *Id* adalah memuaskan semua dorongan primitif.

Memenuhi kebutuhan tanpa mengadakan kontak dengan realitas, berjuang untuk mereduksi ketegangan melalui hasrat yang menyenangkan. Berfungsi untuk mempertahankan hidup, baik secara fisik maupun psikologis. Dorongan dasar □ insting □ *pleasure principle* (kebutuhan)



...tur dimana *Id* dan *Superego* saling beradu kekuatan. Fungsi *Ego* : menjaga keseimbangan atau penyeimbang antara dorongan *Id* dan *Superego*, sehingga tidak terlalu banyak dorongan dari *Id* yang ke kesadaran, juga tidak semua dorongan *Superego* saja yang sendiri tidak mempunyai dorongan ataupun energi. *Ego* hanya

menjalankan prinsip kenyataan (reality principle), yaitu menyesuaikan dorongan-dorongan Id atau Superego dengan kenyataannya di dunia luar.

Bekerja berdasarkan prinsip fungsi-fungsi realitas, Ego memenuhi kebutuhan berdasarkan objek yang sesuai dan dapat diterima dalam kenyataan. Berfungsi untuk pelaksana kepribadian yang menyeimbangkan anantara Id dan Superego.

Pelaksana □ menyeimbang □ reality principle

3. SUPEREGO

Struktur yang merupakan kebalikan dari Id. Struktur ini sepenuhnya dibentuk oleh kebudayaan, aturan, dan norma. Superego berisi dorongan-dorongan untuk berbuat kebaikan juga dorongan untuk mengikuti norma-norma masyarakat dengan menganut prinsip moral (morality principle).

Perwujudan internal atau internalisasi dari nilai dan norma di masyarakat. Struktur ini merupakan penanaman standar moral yang diterima ego dan otoritas lingkungan yang biasanya berasal dari proses asimilasi.

Berfungsi untuk menentukan benar-salah (berdasarkan pada pengetahuan), kepantasan, kesusilaan.

Nilai yang diinternalisasikan □ kepantasan □ mengendalikan □ morality principle.

2.1. Mekanisme Pertahanan Diri

Atkinson, Rita L, dkk (terjemahan Nurdjannah, 1983: 215-222) mengatakan Freud menggunakan istilah mekanisme pertahanan (defense mechanism) untuk menunjukkan proses tak sadar yang melindungi seseorang dari kecemasan melalui pemutarbalikan kenyataan.

Mekanisme pertahanan ego membantu seseorang beradaptasi dengan kecemasan dan mencegah ego agar tidak kewalahan. Pertahanan ego adalah perilaku normal yang mampu menyesuaikan diri dengan nilai-nilai tertentu, bukan berarti ia membuat seseorang bisa menghindari realitas. Pertahanan yang digunakan bergantung pada tingkat perkembangan individu dan level kecemasan. Mekanisme pertahanan memiliki dua karakteristik umum: (1) mereka menyangkal atau mengaburkan realita dan (2) mereka bertindak di level alam bawah sadar (Freud dalam Corey, 2009: 63)

Adapun beberapa Mekanisme Pertahanan Ego menurut Sigmund Freud (dalam Corey 2009: 64 – 65) adalah sebagai berikut.



esi

alah mekanisme pertahanan dengan cara menghilangkan perasaan yang mengancam atau menyakitkan keluar dari Represi merupakan salah satu proses Freudian yang paling adalah dasar dari banyak pertahanan ego lainnya dan

gangguan yang terlalu berlebihan. Freud menjelaskan represi sebagai penghapusan sesuatu secara tidak disengaja dari kesadaran. Hal ini diasumsikan bahwa sebagian besar peristiwa menyakitkan dari 5 atau 6 tahun pertama kehidupan dilupakan. Peristiwa ini memang mempengaruhi perilaku selanjutnya (Freud dalam Corey, 2009: 64). Freud (dalam Alwisol, 2015: 26) memberikan contoh, seorang pria yang waktu kecil dihukum berat oleh ayahnya karena meletuskan balon karet hadiah milik adiknya, sampai sekarang menjadi takut dengan barang yang terbuat dari karet karena mengingatkan ia terhadap ingatan hukuman masa kecilnya.

2. Penolakan

Penolakan atau denial adalah "menutup mata seseorang" dengan adanya aspek ancaman yang mengancam. Penolakan terhadap kenyataan mungkin yang paling sederhana dari semua mekanisme pertahanan diri. Ini adalah cara untuk memutar balikkan apa yang dipikirkan, dirasakan, atau dirasakan seseorang dalam situasi traumatis. Mekanisme ini mirip dengan represi, namun umumnya beroperasi pada tingkat tidak sadar dan sadar (Freud dalam Corey, 2009: 64). Salah satu contohnya adalah, seorang ibu yang masih tetap menata tempat tidur bayi, menyiapkan peralatan dan perlengkapan minum susu, dll, padahal bayinya sudah meninggal (Freud dalam Alwisol, 2015: 28).

3. Pembentukan Reaksi

Pembentukan reaksi atau Reaction Formation adalah secara aktif mengekspresikan dorongan berlawanan saat dihadapkan dengan dorongan yang mengancam. Dengan mengembangkan sikap sadar dan perilaku yang sangat bertentangan dengan keinginan yang mengganggu, orang tidak harus menghadapi kecemasan yang akan berakibat jika mereka menyadari dimensi ini dari diri mereka sendiri. Individu dapat menyembunyikan kebencian dengan topeng kasih sayang, bersikap sangat baik ketika mereka menyimpan reaksi negatif, atau menutupi kekejaman dengan kebaikan yang berlebihan (Freud dalam Corey, 2009: 64). Freud (dalam Alwisol, 2015: 27) juga mengatakan bahwa biasanya reaksi formasi ditandai oleh sifat serba berlebihan, ekstrim, dan kompulsif.

4. Proyeksi

Proyeksi atau projection adalah menghubungkan keinginan dan dorongan diri sendiri yang tidak dapat diterima kepada orang lain. Ini adalah mekanisme penipuan diri sendiri. Dorongan nafsu, agresif, atau dorongan lainnya dilihat sebagai sesuatu yang dimiliki oleh "orang-orang di luar sana, tapi tidak dengan diri sendiri" (Freud dalam Corey, 2009: 64). 35 Freud (dalam Alwisol, 2015: 27) menggunakan mekanisme proyeksi misalnya adalah jika impuls "saya membenci dia" yang menimbulkan kecemasan (dia yang akan dihukum) menjadi "dia membenci saya" (dia yang akan menghukum saya) atau impuls "saya cinta dia" (malu kalau ditolak) diproyeksikan menjadi "dia cinta saya" (dia yang akan malu).



5. Pemindahan

Pemindahan atau displacement adalah mengarahkan energi kepada objek atau orang lain bila objek atau orang yang sebenarnya tidak dapat diakses. Pemindahan adalah cara mengatasi kecemasan yang melibatkan dorongan hati dengan beralih dari benda yang mengancam ke "sasaran yang lebih aman". Misalnya, pria yang lemah lembut yang merasa terintimidasi oleh atasannya pulang ke rumah dan melimpahkan kebencian yang tidak tepat kepada anak-anaknya (Freud dalam Corey, 2009: 64).

6. Rasionalisasi

Rasionalisasi adalah membuat alasan yang "baik" untuk menjelaskan ego yang terluka. Rasionalisasi membantu membenarkan perilaku spesifik, dan membantu melunakkan serangan yang terkait dengan kekecewaan. Misalnya, ketika orang tidak mendapatkan posisi yang telah mereka daftarkan dalam pekerjaan mereka, mereka memikirkan alasan logis mengapa mereka tidak berhasil, dan terkadang mereka berusaha untuk meyakinkan diri mereka sendiri bahwa mereka benar-benar tidak menginginkan posisi itu pula (Freud dalam Corey, 2009: 64).

7. Sublimasi

Sublimasi adalah mengalihkan energi seksual atau agresif ke dalam sumber lain. Energi biasanya dialihkan ke sumber yang dapat diterima secara sosial dan kadang-kadang bahkan mengagumkan. Misalnya, dorongan hati yang agresif bisa disalurkan ke aktivitas atletik, sehingga orang tersebut menemukan cara untuk mengekspresikan perasaan agresif dan, sebagai bonus tambahan, sering dipuji (Freud dalam Corey, 2009: 65).

8. Regresi

Regresi adalah kembali ke tahap awal perkembangan yaitu ketika tuntutan yang ada lebih sedikit. Dalam menghadapi stres berat atau tantangan ekstrim, individu mungkin berusaha mengatasi kecemasan mereka dengan berpegang teguh pada perilaku yang tidak dewasa dan tidak pantas. Misalnya, anak-anak yang takut di sekolah dapat menikmati perilaku kekanak-kanakan seperti menangis, ketergantungan berlebihan, menghisap jempol, bersembunyi, atau menempel pada guru (Freud dalam Corey, 2009: 65).

9. Supresi



menekan sesuatu yang dianggap membahayakan ego ke dalam alam bawah sadar, dengan kata lain hal-hal yang datang dari ketidaksadaran belum pernah muncul dalam kesadaran.

2.2 Tinjauan Pustaka

2.2.1 Sekilas Mengenai Pierre Lemaitre.

Pierre Lemaitre (lahir 19 April 1951) adalah peneliti dan penulis skenario Prancis, yang terkenal secara internasional karena novel kriminal yang menampilkan karakter fiksi *Komandan Camille Verhoeven*.

Novel pertamanya yang diterjemahkan ke dalam bahasa Inggris, *Alex*, merupakan terjemahan dari buku Prancis dengan judul yang sama, bersama-sama memenangkan CWA *International Dagger* untuk novel kriminal terjemahan terbaik tahun 2013.

Pada bulan November 2013, ia dianugerahi Prix Goncourt, hadiah sastra terkemuka Prancis, untuk *Au voir là-haut* (diterbitkan dalam bahasa Inggris sebagai *The Great Swindle*), sebuah epik tentang Perang Dunia I. Novelnya *Camille* dan *The Great Swindle* menang CWA *International Dagger* pada tahun 2015 dan 2016.

Sejak awal karirnya sebagai peneliti novel, Pierre Lemaitre aktif menerbitkan karyanya. Novel-novel karyanya terhitung telah berjumlah 12 buku, yaitu: *Travail soigné* (Irène) (2006), *Robe de marié* (2009), *Cadres noirs* (Inhuman Resources) (2010), *Alex* (Alex) (2011), *Sacrifices* (Camille) (2012), *Au revoir là-haut* (The Great Swindle) (2013), *Rosy & John* (Rosy & John) (2013), *Trois jours et une vie* (Three Days and a Life) (2016), *Couleurs de l'incendie* (UK: All human wisdom, US: The Colours of the Inferno) (2018), *Miroir de nos peines* (Mirror of Our Sorrows) (2020), *Le Grand Monde* (2022), *Le Serpent majuscule* (2022).

2.2.2 Pendapat Pembaca Tentang *Trois jours et une vie*.

Berikut ini merupakan beberapa kritik terhadap novel *Trois Jours et Une Vie* karya Pierre Lemaitre yang dapat ditemukan dalam website Goodreads (diakses pada 12 Juni 2024). Kritik ini merupakan gambaran bagaimana pembaca lain melihat novel ini. Hal ini juga menjadi salah satu referensi untuk melakukan kajian lebih dalam mengenai novel ini.

"One of those books that I went blind and was immediately hooked. I really did not want to stop reading it. The storyline, although slow, is so good, so well developed. The translator did an amazing job. I don't think that he missed a word, or the most important, the emotion. The despair was unbelievable! To be in a 12 years old boy's head showed that the author have a great insight of



Optimized using
trial version
www.balesio.com

buku yang membuat saya menjadi buta dan langsung ketagihan. Penalaran tidak ingin berhenti membacanya. Alur ceritanya walaupun sangat bagus, berkembang dengan baik. Penerjemah melakukan terjemahan yang biasa. Saya rasa dia tidak melewatkan satu kata pun, atau yang

paling penting, emosinya. Keputusan itu sungguh luar biasa! Berada di kepala anak laki-laki berumur 12 tahun menunjukkan bahwa pengarangnya mempunyai wawasan yang luas tentang manusia.”

-Nilton Teixeira.

“Poveste interesanta, semi ușor de citit, te tine putin cu sufletul la gura pentru ca oricând se poate schimba cursul acțiunii.”

“Cerita yang menarik, agak mudah dibaca, membuat Anda tetap waspada karena tindakan dapat berubah kapan saja.”

-Melisa Aylin.

“2 stars, the story was told in an annoyingly specific and detailed way. The story had a very weird concept. I had to read it for school and I hated it.”

“2 bintang, ceritanya diceritakan dengan cara yang sangat spesifik dan mendetail. Ceritanya memiliki konsep yang sangat aneh. Saya harus membacanya untuk sekolah dan saya membencinya.”

-Lisa

2.2.3 Penelitian yang Relevan

Sejauh ini belum ada yang mengangkat kajian dalam Bahasa Indonesia mengenai *Trois Jours et Une Vie* karya Pierre Lemaitre, tetapi dapat ditemukan beberapa kajian yang membahas tentang mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam novel, beberapa di antaranya:

- a. Skripsi Suhailah Nurahma Indah, Universitas Komputer Bandung, program studi Sastra Inggris dengan judul *“Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Hardin Dalam Novel After Ever Happy Karya Anna Todd”*.
- b. Skripsi Dianira Rizki Kinasih, Universitas Diponegoro Semarang, program studi Sastra Jepang, dengan judul *“Kecemasan dan Mekanisme Pertahanan Tokoh Utama dalam Cerpen Hitokui Neko Karya Haruki Murakami”*.
- c. Skripsi Amatullah Inaas Azizah, Universitas Brawijaya, Program Studi Sastra Cina, dengan judul *“Analisis Karakter Tokoh Utama dalam Novel 172 Days Karya Nadzira Shafa: Kajian Psikologi Sastra”*.
- d. Skripsi Tiara Aulya Putri, Universitas Lancang Kuning, Program Studi Sastra Indonesia, dengan judul *“Ekspresi Emosional Tokoh Utama dalam Novel 172 Days Karya Nadzira Shafa: Kajian Psikologi Sastra”*.



Optimized using
trial version
www.balesio.com

Adapun hal yang membedakan skripsi ini dengan skripsi terdahulu pada fokus terhadap bentuk perasaan bersalah yang kompleks lerung tidak langsung, serta bagaimana tokoh menyalurkan konflik melalui berbagai mekanisme pertahanan diri. Pendekatan ini akan perspektif baru mengenai cara sastra dapat

merepresentasikan trauma secara implisit melalui struktur naratif dan simbolik tokohnya. Selain itu, masih sedikit penelitian yang mengangkat tentang novel *Trois Jours et Une Vie* karya Pierre Lemaitre sebagai objek kajian, khususnya dalam konteks analisis psikologi sastra di Indonesia dengan menggunakan teori pertahanan diri.





Optimized using
trial version
www.balesio.com