

Menggali Kecemasan Tokoh Lian dalam Novel 'Ingatan Ikan-Ikan': Pendekatan Psikologi Sastra Sigmund Freud

Zanuba Marwatus Arifah^{1✉}, Jiphie Gilia Indriyani, M.A²

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya¹

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya²

✉ Email: 03020421062@student.uinsby.ac.id

Abstract:

This article analyzes the novel "Ingatan Ikan-Ikan" by Sasti Gotama, focusing on the form of anxiety experienced by the main character, Lian. Using Sigmund Freud's literary psychology theory, this research aims to understand Lian's personality structure through the concepts of id, ego, and superego. The analysis also explores how anxiety influences her behavior and emotional responses, as well as how traumatic experiences are internalized in her subconscious, shaping trauma from her past. She has experienced abuse, which results in wounds that are not only physical but also psychological. These wounds settle in her subconscious and affect her behavior and daily interactions.

This article demonstrates how traumatic experiences impact an individual's mental condition in the form of anxiety that can persist into adulthood. The research holds significant relevance in the fields of literature and psychology, particularly in understanding the concepts of id, ego, and superego that affect an individual's personality. By analyzing the novel "Ingatan Ikan-Ikan" by Sasti Gotama, this research not only explains the personality structure of the main character, Lian, but also how her anxiety influences her behavior and emotions.

Keywords: traumatic experience, Literary Psychology, Sigmund Freud, Novel "Ingatan Ikan-Ikan", Sasti Gotama.

Abstrak:

Artikel ini menganalisis novel "Ingatan Ikan-ikan". karya Sasti Gotama dengan berfokus pada bentuk kecemasan yang di alami tokoh utama "Lian". Melalui teori psikologi sastra Sigmud Freud, penelitian ini digunakan untuk memahami struktur kepribadian Lian melalui konsep id, ego, dan superego. Analisis ini juga dapat menggali bagaimana kecemasan memengaruhi perilaku dan reaksi

emosionalnya, serta bagaimana pengalaman traumatis terinternalisasi dalam alam bawah sadarnya dan membentuk trauma yang berasal dari masalahnya. Dimana ia mengalami pelecehan yang akhirnya membuat luka tak hanya secara fisik melainkan secara psikologis. Luka itulah yang kemudian mengendap di alam bawah sadarnya dan mempengaruhi perilaku dan interaksi kehidupan sehari-harinya.

Artikel ini menunjukkan bagaimana pengalaman traumatis mempengaruhi kondisi mental seseorang dalam bentuk kecemasan yang bahkan terbawa sampai seseorang itu tumbuh dewasa. Penelitian ini memiliki relevansi yang mendalam dalam kajian sastra dan psikologi, khususnya dalam memahami konsep id, ego dan super ego yang berdampak pada kepribadian individu. Dengan menganalisis novel "Ingatan Ikan-Ikan" karya Sasti Gotama, penelitian ini tidak hanya menjelaskan struktur kepribadian tokoh utama, Lian, tetapi juga kecemasannya mempengaruhi perilaku serta emosionalnya.

Kata kunci: pengalaman traumatik, Psikologi Sastra, Sigmund Freud, Novel Ingatan Ikan-Ikan, Sasti Gotama

PENDAHULUAN

Trauma yang terjadi di masa lalu terutama yang dialami oleh seseorang pada masa kanak-kanak sampai remaja sering kali terbawa sampai mereka dewasa, mengendap di alam bawah sadar dan dapat mempengaruhi perilaku dan interaksi dengan lingkungan sekitar.

Trauma bukanlah suatu hal yang dapat dianggap sepele. Trauma dapat menyebabkan luka batin yang sulit di sembuhkan pada suatu individu (Supratika,1995:27). Trauma juga menyebabkan luka psikologis pada seseorang, yang proses pemulihannya tidak bisa sepenuhnya disembuhkan. Dengan kata lain, trauma akan terus melekat pada individu tersebut sepanjang hidupnya, mempengaruhi kehidupan seorang individu dengan rasa tidak nyaman dan tidak aman yang selalu terasa menghantui. Seseorang yang mengalami pengalaman traumatis akan selalu merasa tak aman karna cenderung merasa cemas dan takut.

Kecemasan ialah respons umum terhadap ketegangan mental yang mengganggu seseorang, terkait dengan pengalaman yang membuat mereka merasa tidak mampu menghadapi masalah, kehilangan rasa aman, serta merasakan perasaan yang tidak nyaman (Fadlah & Saprudin, 2022). Kecemasan dapat dialami oleh siapa saja dan sering muncul saat seseorang merasakan ancaman. Dalam konteks ini, kecemasan berfungsi sebagai sinyal bagi ego untuk mempersiapkan respons adaptif yang bertujuan melindungi diri. Jika kecemasan ini tidak ditangani dengan baik, ancaman yang dirasakan dapat meningkat hingga ego menjadi tertekan atau kalah.

Gejala dari kecemasan antara lain gemetar, berkeringat dan dapat juga menimbulkan peningkatan detak jantung. Peningkatan detak jantung sendiri juga dapat menimbulkan rasa panik, tegang bingung dan tak dapat berfikir dengan tenang.

Menanggapi isu psikologis ini novel “Ingatan Ikan-ikan” karya Sasti Gotama menyajikan cerita yang mengangkat isu psikologis melalui tokoh Lian sebagai tokoh utamanya. Karya ini tak hanya menggambarkan bentuk dari struktur kepribadian Lian, namun juga menggambarkan kecemasan dan rasa takut akan traumanya yang mempengaruhi kehidupan dan interaksi sosial dari tokoh melalui rangkaian kata dan simbol di hadirkan. Penelitian ini menggunakan teori psikologi sastra Sigmud Freud sebagai kerangka teoritis. Freud menjadikan sastra sebagai cerminan dari keadaan psikologis manusia. Melalui bukunya yang berjudul "The Ego and the Id" (1923) freud menjelaskan lebih lanjut tentang struktur kepribadian dan bagaimana ketiga elemen yakni id, ego dan super ego tersebut berfungsi. Dimana Id yang merupakan sebuah dorongan dasar dan naluri, beroperasi berdasarkan prinsip kesenangan, Ego yang berfungsi sebagai perantara antara id dan realitas yang mengendalikan impuls serta menyesuaikan diri dengan norma-norma sosial sedangkan Superego yang menjadi representasi dari nilai-nilai moral dan norma.

Dengan memanfaatkan teori freud analisis sastra mempunyai tujuan yakni menggali lebih dalam bagaimana novel “Ingatan ikan-ikan” merepresentasikan gangguan kecemasan dan rasa takut akan trauma memengaruhi struktur kepribadian, perilaku dan reaksi emosional tokoh Lian,

Penelitian ini di harapkan dapat memberikan kontribusi terhadap kajian psikologi sastra di Indonesia, Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kajian psikologi sastra di Indonesia, dengan meningkatkan pemahaman tentang bagaimana pengalaman traumatis dan kecemasan dapat membentuk kepribadian individu. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat mendorong kesadaran masyarakat tentang pentingnya perhatian terhadap kesehatan mental, serta menciptakan ruang diskusi yang lebih luas mengenai dampak psikologis dari pengalaman traumatis dalam konteks sastra dan kehidupan sehari-hari.

KAJIAN PUSTAKA

1. Teori Psikologi Sastra

Psikologi sastra ialah ilmu interdisipliner yang di gunakan untuk mempelajari hubungan antara psikologi dan sastra. Pendekatan ini di gunakan untuk memahami karakter dalam karya sastra yang terpengaruh oleh kondisi psikologi mereka, serta pengalaman penulis dan pembacanya dalam membentuk makna dari teks karya sastra tersebut. Penggunaan psikologi sastra ini juga memungkinkan dalam analisis secara mendalam terhadap konflik, motivasi dan perkembangan karakter, hingga mempermudah pemahaman mengenai tokoh dengan lebih kompleks.

Ada beberapa tokoh psikologi sastra seperti Sigmund Freud, Carl Jung dan Erik Erikson.namun dari teori tokoh tersebut yang paling relevan dengan penelitian ini ialah Sigmund Freud.

Sigmud Freud merupakan seorang tokoh pendiri psikoanalisis, ia telah memberikan kontribusi besar dalam pemahaman psikologi manusia, terutama melalui teori id, ego dan super ego yang merupakan struktur kepribadian. Dalam bukunya yang berjudul “The Ego and the Id” (1923), ia menjelaskan bagaimana tiga komponen kepribadian tersebut berinteraksi hingga membentuk perilaku manusia. Selain itu, dalam “Beyond the Pleasure Principle” (1920), ia juga menjelaskan mengenai konsep trauma dan dampak terhadap psikologi seorang individu. Konsep teori Freud ini menjadi dasar yang penting dalam menganalisis karakter sebuah karya sastra, termasuk bagaimana trauma yang dapat mempengaruhi perilaku serta kepribadian tokoh dalam sebuah karya sastra. Oleh karena itu konsep tersebut relevan untuk menganalisis novel *Ingatan Ikan-Ikan*. Dimana tokoh Lian yang menjadi tokoh dalam cerita itu pernah mengalami pengalaman traumatic di masa lalu, yang akhirnya trauma tersebut mempengaruhi perilaku serta kepribadiannya dalam bentuk gangguan kecemasan.

2. Struktur Kepribadian Menurut Freud

Sigmund Freud mengembangkan struktur kepribadian menjadi 3 komponen yakni Id, Ego dan Superego. Dimana ketiga komponen tersebut mempunyai prinsip yang berbeda dalam pembentukan kepribadian individu.

- a. Id merupakan bagian dari struktur kepribadian yang bekerja atas dasar prinsip kesenangan dan dorongan insting. Ia akan selalu mendorong seorang individu untuk memenuhi keinginan dan kebutuhannya. Dalam konteks Lian id nya terlihat melalui dorongannya untuk lari dari rasa sakit yang disebabkan oleh emosionalnya, seperti berperilaku menghindari dari keramaian dan suara tawa yang membuatnya mengingat trauma atau berperilaku impulsif yang bisa memberikan kepuasan sementara.
- b. Ego merupakan struktur kepribadian yang menjembatani kebutuhan id dan realitas. Ego berusaha memenuhi keinginan dari id, namun

dengan cara yang sesuai dengan realita dan sosial, Dan dalam kasus Lian, ego nya mempunyai peran penting dalam pengambilan keputusan yang rasional. Seperti ketika Lian merasakan dorongan untuk menghindar dari suara tawa yang membuatnya mengingat traumanya, egonya akan berupaya menyeimbangkannya dengan kenyataan yang harus dia hadapi yakni tanggung jawabnya dalam pekerjaannya.

- c. Superego merupakan struktur kepribadian yang menyerap norma dan nilai sosial dari keluarga dan masyarakat. Dalam konteks Lian, superego berfungsi sebagai bentuk pandangan moral dan nilai sosial yang dia anut. Namun, jika nilai ini bertentangan dengan id nya, maka Lian akan mengalami kecemasan. Seperti ia merasa ingin menjalin hubungan dengan seseorang namun norma sosial dan trauma membuatnya menjaga jarak dari orang tersebut.

3. Konsep Trauma

Trauma dalam psikologi merujuk pada suatu pengalaman emosional yang mendalam akibat suatu peristiwa atau keadaan yang mengancam keselamatan baik secara fisik maupun psikologis seorang individu. Trauma dapat mengganggu perkembangan mental serta emosional seseorang hingga dapat menyebabkan gangguan psikologis yang berkepanjangan. Freud menjelaskan dalam bukunya bagaimana pengalaman traumatis dapat mempengaruhi seseorang dalam alam bawah sadar mereka dan memberikan kecemasan serta gangguan mental lainnya.

Pelecehan seksual yang di alami Lian di masa lalu memiliki dampak signifikan terhadap kondisi mentalnya. Rasa trauma ini menyebabkan gangguan dalam pola pikir serta prilakunya, di mana ia tak menyukai suara tawa seseorang dan keramaian yang mengakibatkan ia kesulitan untuk berinteraksi atau menjalin hubungan dengan seseorang. Dalam konteks jurnal “Pengaruh Pelecehan Seksual Terhadap Mental Siswa Di Duta Pelajar Gowa” karya wahyuni,dkk (2022)

menjelaskan dampak psikologis para remaja korban kekerasan seksual termasuk pada gangguan mental seperti depresi, kecemasan dan stress pasca trauma (PTSD), serta bagaimana gangguan tersebut berpengaruh pada kehidupan keseharian korban. Ini relevan untuk memahami kondisi dari tokoh Lian dalam novel “Ingatan ikan-ikan” karya Sasti Gotama.

4. Pengalaman Traumatis dan Dampaknya

Pengalaman traumatis yang Lian alami terinternalisasi atau tersimpan dalam alam bawah sadarnya, yang menyebabkan reaksi emosional tanpa disadari. Penelitian menunjukkan seseorang yang mengalami sebuah trauma akan mengembangkan mekanisme pertahanan yang akan membantu dalam menghindari suatu ingatan menyakitkan, namun hal ini juga dapat menimbulkan masalah dalam pengelolaan emosi dan interaksi sosial.

Dalam jurnal “Dampak Psikologis Trauma Masa Kanak-kanak Pada Remaja” karya Brigitta Erlita Tri Anggadewi (2020) memaparkan bagaimana trauma masa kecil dapat berpengaruh dalam gangguan emosi, kecemasan dan gangguan lainnya yang mempengaruhi perkembangan emosi juga interaksi di kemudian hari. Hal ini dapat menjadi penghubung bagaimana pengalaman Lian yang berpengaruh pada perilakunya.

Trauma yang terjadi pada masa kecil juga sering kali berdampak dengan meninggalkan jejak berupa luka psikologis yang mendalam yang akan terus mempengaruhi seseorang tersebut sampai ia dewasa. Dalam kasus Lian, luka ini muncul sebagai kecemasan, ketakutan akan suara tawa dan depresi. Trauma tersebut membentuk perilaku dan interaksi Lian yang berupa menghindari keramaian dan suara tawa manusia, hingga ia memutuskan untuk melakukan terapi untuk menghilangkan trauma dalam dirinya untuk dapat membangun hubungan yang stabil. Jurnal “Analisis Bentuk Trauma Tokoh Utama Dalam Novel Egosentris Karya Syahid Muhammad Kajian Psikologi Sastra” karya Dini Rarhmasari (2024) juga menyoroti bagaimana trauma psikologis di munculkan

dalam karya sastra yang dapat memberi pandangan baru dalam menganalisis karakter tokoh Lian dalam novel “Ingatan Ikan-Ikan”.

5. Hubungan antara Kecemasan dan Trauma

Pengalaman Traumatis dapat menyebabkan sebuah gangguan kecemasan. Seseorang yang pernah mengalami pengalaman traumatis sering kali hidup dalam perasaan yang tak tenang, seolah mempersiapkan kondisi pertahanan, mengantisipasi daatangnya ancaman meski dalam situasi yang tidak membahayakan. Artikel yang relevan ialah “Analisis Trauma Masa Lalu Tokoh Sari dalam Novel “Wanita Bersampur Merah” Karya Intan Andaru:Kajian Psikologisastra” karya Ika Nurdayana & Ekarini Saraswati (2020) yang menunjukkan bagaimana ingatan akan pengalaman traumatis masa lalu tersespon dengan gangguan kecemasan. Hal tersebut memberi tambahan konsep dalam memahami kecemasan yang dialami oleh Lian.

Respon emosional Lian terhadap ingatan trauma masa lalu yang sangat kuat ialah ia akan mengalami ketidaknyamanan, rasa sakit yang menjalar dari dada, punggung, kepala bahkan sampai ia tak sasarkan diri saat mendengar tasa seseorang yang mengingatkannya dengan pengalaman traumatisnya. Analisis ini membantu mengungkap bagaimana trauma Lian membentuk cara ia berinteraksi dengan orang lain dan cara ia merespon stress, menciptakan pola dalam prilakunya yang berulang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian Artikel ” Menggali Kecemasan Tokoh Lian dalam Novel 'IngatanIkan-Ikan': Pendekatan Psikologi Sastra Sigmund Freud” ini akan dilakukan untuk menganalisis bagaimana pengalaman traumatis yang terjadi di masa lalu membentuk trauma dan berdampak pada kecemasan yang di gambarkan pada tokoh Lian dalam novel”Ingatan ikan-ikan karya Sasti Gotama, serta bagaimana teori Sigmud Freud mengenai struktur kepribadian dan trauma di aplikasikan saat membaca teks ini.

1. Pendekatan

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan kajian pustaka dan analisis teks menjadi metode.

pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini ialah pendekatan kualitatif yang fokus pada analisis teks dalam karya sastra. Penelitian ini akan mengkaji bagaimana kecemasan karna dampak dari pengalaman traumatis tokoh Lian dalam novel “Ingatan Ikan-ikan” karya Sasti Gotama di representasikan. Pendekatan ini juga menggunakan teori psikologi sastra Sigmund Freud untuk mendeskripsikan teks dan melihat bagaimana narasi novel mencerminkan konsep trauma dan struktur kepribadian yang di perkenalkan oleh Freud.

2. Metode pengumpulan data

Metode pengumpulan data yang di gunakan dalam penelitian ini ialah kajian pustaka. Dengan data utama berupa :

- a. Novel Ingatan Ikan-Ikan karya Sasti Gotama sebagai sumber data utama dengan datanya yang berupa teks yang terkandung di dalamnya.
- b. Sumber-sumber sekunder berupa artikel ilmiah terdahulu yang membahas teori Freud, struktur kepribadian, konsep trauma, hubungan antara kecemasan dan trauma, serta kajian psikologi lainnya.

Penelitian ini akan melibatkan analisis mendalam mengenai teks dan teori-teori relevan untuk memperkuat analisis.

3. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini ialah analisis teks. Penelitian ini akan mengkaji struktur narasi, simbolisme dan representasi trauma dan kecemasan pada novel Ingatan Ikan-ikan. Analisis akan dibagi menjadi beberapa tahapan:

- a. Identifikasi Tema: Mengidentifikasi tema utama cerpen yaitu kecemasan dan trauma tokoh Lian dengan menyoroti dialog, penggambaran adegan, serta pengalaman karakter tokoh dalam menggambarkan kecemasan dan trauma.

- b. **Penerapan Teori Freud:** Dengan menerapkan teori Freud, Khususnya pada konsep “struktur kepribadian” dan “Trauma” untuk menafsirkan pengalaman karakter dalam Novel. Peneliti akan melihat bagaimanakarakter tokoh Lian mencerminkan efek dari pengalaman traumatisnya yang berpengaruh pada struktur kepribadiannya dan kecemasannya. serta upaya (atau kegagalan) karakter tokoh Lian dalam membebaskan diri dari trauma tersebut.
- c. **Interpretasi simbol dan narasi :** Analisis terhadap simbolisme yang terdapat pada novel. Seperti simbol mimpi, kenangan, serta metafora akan kecemasan, ketakutan dan trauma. Yang akan di hubungkan dengan konsep Freud untuk mengungkapkan makna yang lebih mendalam mengenai kecemasan dan trauma.

PEMBAHASAN

Melalui penelitian ini dapat di ketahui bahwa kecemasan yang dialami oleh tokoh Lian dalam Novel “Ingatan Ikan-Ikan” karya Sasti Gotama ialah perwujudan dari pengalaman traumatis yang ia alami di masa lalu, yang tertanam atau terinternalisasi secara mendalam dalam alam bawah sadar Lian.

1. Struktur Kepribadian.

Melalui pendekatan psikologi sastra Sigmund Freud, penelitian ini menjelaskan mengenai struktur kepribadian yakni Id, Ego dan Superego Lian berperan dalam pembentuk kecemasan yang di alaminya.

a) Id

a) Menghindari dan rasa tak ingin merasakan rasa sakit

Lian menunjukkan perilaku untuk menghindar secara kuat pada suara tawa dan keramaian. Hal ini merupakan bentuk dari dorongan struktur Id untuk mencari perlindungan dan kebebasan dari rasa sakit emosionalnya saat mendengar suara tawa. Dorongan inilah yang akhirnya menyebabkan Lian menarik diri dari Sosial dan menciptakan pola melalui perilaku impulsif sebagai mekanisme pertahanan Lian terhadap traumanya.

Hal ini dapat terlihat dalam :

“Belum selesai mengucapkan kata, Kenes terkikik sendiri. Mendadak tawa itu menjelma hujan berwarna putih berkilauan. Namun, itu bukan air. Itu hujan tepung gandum yang seruncing jarum. Kilauan putih itu menghujani Lian hingga dia merasakan nyeri yang begitu dahsyat di perut bagian bawahnya. Nyeri itu kemudian menjelma akar pegangan yang merayapi dada, punggung, dan kepala Lian. Hanya itu yang Lian ingat sebelum tubuhnya limbung menghantam lantai.” (Hal. 16)

Dalam kutipan ini di jelaskan dorongan Id Lian mencoba lari dan mencari perlindungan dari rasa sakit emosional. Dari suara tawa manusia yang bertransformasi menjadi kekerasan karna pengaruh traumanya terhadap tawa dan membuatnya serasa kesakitan . Karna ia tidak bisa menahan trauma dan dorongan id untuk mempertahankan dirinya dari luka, baik fisik atau emosional iapun limbung, yang menggambarkan suatu penarikan diri dari realitas.

“Lian menandak-nandak di atas kasur sambil mengentak entakkan kepala, ke kiri, ke kanan, ke depan, berharap suara tawa itu henggang. Merah, genangan sirop merah kental di antara pahanya. Lian menutup matanya erat erat. Jangan ditatap! Jangan diingat! Kabut tepung. Putih melayang-layang. Malaikat renik seukuran Paramecium. Ikan oranye menggelepar-gelepar. Di ujung kakinya. Merah. Ikan. Gandum. Putih. Seseorang datang. Seseorang membungkuk. Apa orang itu akan menyentuh dirinya? Tidak, dia memungut ikan. Dia tak mau menyentuhnya. Itu Ombak. Itu Ombaknya!” (Hal.144)

Dalam kutipan ini di jelaskan struktur id Lian menciptakan sebuah reaksi impulsive karna ketidak mampuan Lian untuk mengontrol emosionalnya bahkan dalam mimpinya yakni dengan mendak-mendak dan menghentakkan kepalanya untuk membuat suara tawa yang menggema dalam kepalanya hilang, ia juga mencoba menutup matanya yang merupakan dorongan id untuk menghindari dari ingatan menyakitkan tentang masa lalunya.

“Hentikan nyeri ini! Hentikan! Aku sudah tak tahan!. Jantung berdebur. Kaki beranjak ke dapur. Tangan terulur “Dan, dia menjelma anak sapi yang koyak kaki depannya. Urat ungu di pergelangan tangan menyemburkan merah suam. Di tangannya, pisau buah berdarah-darah. Amis. Merah. Dan, itu memang darah merah. Merah mengalir ke seprai putih. Putih dan merah bersekutu. Halilintar menyambar di dadanya. Lantas Lian mengerang Terkapar” (Hal 159)

Kutipan ini menunjukkan secara jelas akan dominasi Id, yang terlihat dari kuatnya ekspresi yang dorongan untuk mengakhiri rasa sakit yang ia rasakan, hal tersebut merupakan bentuk dari insting dasar untuk menghindari dari rasa sakit. Melalui kalimat *“Hentikan nyeri ini! Hentikan! Aku sudah tak tahan!”* menunjukkan ketidak mampuan pengontrolan emosi dan memicu perilaku impulsif. Di sini Id mendesak untuk memenuhi keinginannya secara langsung untuk menghilangkan rasa sakit yang Lian rasakan.

Penggambaran kuat mengenai luka dan darah juga mencerminkan emosional mendalam dan sakit pada fisik. Hal tersebut menunjukkan reaksi mendasar mengenai traumanya. Dan pada kalimat lain yakni *“kaki beranjak ke dapur”* dan *“tangan terulur”* menggambarkan kekacauan pada tindakan dengan emosional yang tak terkendali hingga menyebabkan keinginan impulsive tanpa pertimbangan untuk mengatasi rasa sakit yang ia rasakan.

b) Merasa dirinya hina dan tak pantas

• *“Dia teringat Ombak. Bagaimana jika Ombak melihat kondisinya saat ini? Bagaimana jika lelaki itu mendengar berita ini? Ini terlalu pedih untuk ditatap, terlalu hina untuk tersiar” (Hal 85)*

Dalam konteks kalimat ini terlihat struktur Id di munculkan melalui rasa cemas yang di rasakan Lian ketika teringat ombak. Dia khawatir mengenai tanggapan Ombak jika mendengar atau melihat kondisi atau keadaannya saat itu.

Perasaan ini muncul dan menjadi dorongan alami untuk menghindari rasa sakit emosional seperti penghakiman dan lain sebagainya.

Rasa cemas tersebut muncul dari sikap pertahanan diri dari rasa malu akan penilaian orang lain. Lian merasa ia sulit menghadapi kondisi yang menyakitkan ini hingga memunculkan pemikiran negatif yang membuatnya takut akan sebuah penolakan. Melalui hal ini struktur id Lian ingin menghindari situasi menyakitkan tersebut.

"Tapi Lian Tiba-tiba saja benaknya disusupi sosok Ombak. Namun, lelaki itu tak pernah datang menjenguk. Pasti Ombak jijik ketika melihat kondisi dirinya saat itu. Lian telah terkotori. Tak lagi murni. Tubuhnya kembali gemetar saat mengingat hal tersebut." (Hal 103)

"Malu, sedih, takut, nyeri, marah, luka. Lian melangkah mundur. "Jangan ke sini," bisiknya. Malu, sedih, takut, nyeri, marah, luka." Lian, aku bermimpi buruk. Buruk sekali," ujar Ombak dengan wajah pasi. Bibir Lian bergetar. "Jangan mendekat. Aku menjijikkan." Malu, sedih, takut, nyeri, marah, luka." (Hal 149)

Kutipan kedua ini memunculkan struktur Id Lian melalui dorongan emosional kuat karna dampak traumanya. Yang pertama saat sosok Ombak terbesit dalam pikirannya dan yang ke dua saat ombak mendekati dirinya, ia akan mengalami kecemasan yang mendalam. Ia memunculkan fikiran negatif dalam benaknya sebagai kemungkinan yang di ciptakan oleh rasa takut dan bersalahnya. Seperti perasaan ketidakpuasaan dan merasa tidak berharga terhadap dirinya sendiri, yang kemudian trauma membuatnya semakin buruk dengan membuatnya merasa "jijik" pada diri sendiri karna menganggap dirinya sudah "terkotori" dan "tak suci". Adapula bentuk perwujudan kecemasan langsung yang terlihat melalui tubuhnya yang gemetar, yang menunjukkan tak hanya pada reaksi psikologis, reaksi fisik juga terpengaruh pada kecemasan tersebut. Hal ini menunjukkan bagaimana cerminanstruktur Id yang berfungsi sebagai insting atau

dorongan yang tak hanya mencoba melindungi dari rasa sakit namun juga memperkuat rasa cemas dan ketidaknyamanan yang Lian alami.

Dan secara keseluruhan, data dari dominasi Id tokoh Lian menggambarkan, bagaimana Id Lian berusaha untuk melindungi Lian dari pengalaman menyakitkannya yakni trauma yang ia alami.

b) Ego

Dalam beberapa situasi terlihat ego Lian yang berusaha menjadi penyeimbang antara kebutuhan emosional dan realita. Beberapa situasi tersebut antara lain:

a) Menghindari keramaian dan suara tawa.

“Suara dari Toko Mengmeng menyisip melewati celah tingkap kaca. Tak bisa diprediksi, apakah di antara himpunan pembeli itu ada yang akan terkikik atau terbahak. Karena malas bangkit dan menutup gorden, Lian meraih kapas dari rak periksa, lantas menyumpal telinga. Begini lebih baik, desahnya. Mungkin ini yang dirasakan mas koki: keheningan kedalaman yang menenangkan.” (Hal 17)

Dalam konteks ini Id Lian ingin menghindar dari suara tawa yang sewaktu-waktu terdengar dari toko Meng-meng yang merupakan kebutuhan hewan di dekatnya, dan saat itu toko tersebut sedang ramai. Meskipun tidak di perlihatkan secara jelas super ego dar Lian pada saat itu, namun kalimat itu berfokus pada keinginan untuk mencari kenyamanan dengan tidak bangkit dari tempat duduk dan menghindari rasa ketidaknyamanan yang timbul dari kecemasan akan mendengar suara tawa sebagai bentuk Id dan bagaimana penyelesaian tersebut secara rasional dengan menyumpal telinganya dengan kapas yang menunjukkan Ego.

“Selama kuliah, dia hanya datang, duduk di pojok kelas, mencatat, dan langsung pulang, tanpa menyapa ataupun disapa mahasiswa lain. Sebisa

“mungkin dia tak berinteraksi dengan manusia lainnya, apalagi yang hobi tertawa” (Hal 17).

Dalam kutipan ini di jelaskan bahwa ego Lian yang di gambarkan pada upaya ia tetap mengikuti kelas perkuliahan dengan mencatat dan duduk di pojok, sebagai upaya memenuhi kebutuhan id, yakni menghindari interaksi dan superego yang digambarkan sebagai tuntutan akademis, dimana dia masih sebagai siswa di bangku perkuliahan.

b) Melakukan terapi dengan memahami ketakutan sebenarnya.

“Dokter Dora meminta Lian mengenali apa sebetulnya yang dia takutkan. Tawa. Apa tawa itu menyakitimu secara langsung? Tidak, tetapi tawa itu mengingatkanku akan kejadian itu, membuat tubuhku nyeri. Lalu, apakah tawa yang kamu dengar sekarang adalah tawa orang yang menyakitimu? Tidak. Lalu, apa yang kamu inginkan sekarang? Aku ingin tawa tak membuat hidupku terganggu” (Hal 155)

Dalam konteks ini terlihat Ego Lian berusaha memahami rasa takutnya akan tawa dengan cara yang rasional. Di sini ego berusaha menilai dan mengendalikan emosionalnya, berusaha menghadapi situasi dengan lebih sadar. Ego di sini menjadi penyeimbang antara rasa takut Lian akan suara tawa yang sebenarnya tak melukainya secara fisik namun dapat membuat nya mengingat trauma akan masa lalunya dan rasa kesadaran moralnya yang seharusnya tidak mengganggu hidup nya, yang mencerminkan harapan positif.

c) Superego

Superego Lian disini berfungsi sebagai pengendalian moral yang di pengaruhi oleh norma dan nilai sosial yang dianutnya. Dalam konteks ini super ego Lian berupa dorongan atau dukungan yang di terima Lian dari orang di sekitarnya.

a) Tuntutan untuk tersenyum

"Papi terdiam. Setelah jeda yang memuakkan, dia berkata, "Papi ingin Lian bisa tertawa." Ganti Lian yang terdiam" (Hal 19)

"Banyak orang yang tertawa, tapi ndak bahagia, Pi. Ada pula yang bahagia tetapi ndak tertawa, seperti Lian." (Hal 20)

Superego dalam kutipan pertama sangat mendominasi dengan ucapan papi yang mengarahkan Lian pada hal baik dengan kebahagiaan melalui tawa. Dan pada kutipan ke dua menjelaskan Lian menyadari akan perbedaan dari konsep bahagia dan tertawa. Dia merefleksikannya dengan masyarakat dimana banyak yang bilang kebahagiaan itu terlihat melalui tawa namun pada realitasnya berbeda. Bahkan orang yang dapat tertawa seperti ini pun dapat merasa bahagia.

- Dukungan moral dari sekitar

• "Jangan bilang kamu menjijikkan. Yang memuakkan adalah orang-orang yang melakukan itu kepadamu. Kamu tetap murni. Mereka yang selayaknya dikebiri. Harusnya aku tetap tinggal di dekatmu, tetapi waktu itu Awan ... "Ombak menggelengkan kepalanya." (Hal 149)

Dalam kutipan ini superego terlihat jelas melalui perkataan Ombak yang menegaskan bahwa Lian tak perlu merasa jijik dengan dirinya sendiri. Ia memberi dukungan secara emosional bahwa bukan Lian yang salah, melainkan orang-orang yang sudah menyakitinya. Ombak juga mengatakan bahwa "Lian" tetap "murni", ucapan Ombak tersebut menunjukkan nilai moral bahwa Lian tak boleh merendahkan dirinya sendiri.

Tak hanya itu Ombak juga mengkritik tindakan orang-orang yang telah menyakitinya dengan mengatakan merekalah yang seharusnya mendapat hukuman. Hal ini menunjukkan bahwa Ombak ingin membangun kepercayaan diri Lian dan berusaha untuk melindungi Lian dari dampak buruk atau negatif

pengalaman traumatis nya. Dengan kata lain ucapan Ombak ini berperan sebagai suara hati Lian yang mengingatkan tentang nilai moral dan pentingnya untuk tidak merasa malu atas apa yang telah menimpa dirinya di masa lalu.

"Aku tahu. Aku tahu. Aku paham perasaanmu. Kamu, aku, boleh jatuh, tetapi jangan runtuh. Sekarang aku ada kamu, dan kamu ada aku. Kita atasi bersama!" (Hal 150)

Dalam kutipan ini superego mendominasi melalui pemahaman, dukungan dan nilai moral untuk tidak menyerah dan membuat Lian merasa terlindungi hingga akhirnya bangkit dan membangun kembali harga dirinya.

Superego di tunjukkan secara jelas melalui ungkapan empati serta dukungan Ombak pada Lian.

Melalui kutipan *"Aku tau. Aku paham perasaanmu"* menunjukkan bagaimana ombak memahami kepedihan dan trauma yang Lian alami. Hal ini merupakan sebuah wujud dari nilai moral yang tak hanya memperhatikan diri sendiri tapi juga merasakan apa yang dirasakan oleh Lian.

Pada kutipan *"Kamu, aku, boleh jatuh, tetapi jangan runtuh"* pada kalimat ini terdapat pesan meskipun mereka mengalami sebuah kesulitan, namun tetap harus tegar dan pantang menyerah. Yang menunjukkan bagaimana nilai sosial sebagai dorongan untuk tetap bisa bangkit.

Dan pada kutipan *"Sekarang aku ada kamu, dan kamu ada aku. Kita atasi bersama!"* Yang menegaskan dukungan sosial itu penting dalam mengatasi trauma. Dimana individu saling membantu dan memberi dukungan untuk pulih dari pengalaman yang membuat trauma.

2. Teori Trauma

Melalui pendekatan psikologi analisis Sigmund Freud penelitian ini juga menjelaskan mengenai trauma yang dialami Tokoh Lian yang kemudian berdampak sebagai pemicu munculnya kecemasan dalam dirinya.

a) Kecemasan dan Trauma

Kecemasan dan trauma merupakan hal yang berhubungan. Menurut pendapat dari Sigmund Freud kecemasan atau rasa kekhawatiran pada masa sekarang merupakan dampak dari trauma seseorang di masa lalu (Andri & Dewi, 2007) . Hal ini muncul ketika Id tidak mampu memenuhi keinginannya secara maksimal dan berakhir menimbulkan rasa cemas dan takut pada seseorang tersebut.

Teori tersebut sesuai dengan konteks ini, dimana kecemasan yang di alami Lian merupakan hal yang di picu oleh pengalaman traumatis pada masa lalu nya. Lian terjebak dalam sebuah siklus ingatan yang menyakitkan dan membuat kehidupnya selalu dalam bayang-bayang rasa takut, meskipun jika di lihat dalam konteks sosial tidak ada sesuatu yang seharusnya mengancamnya. Ketidak mampuannya dalam mengungkapkan trauma akhirnya memunculkan sebuah rasa kecemasan yang mendalam, terutama saat ia berhadapan dengan suatu yang menjadikan pengingat akan luka emosionalnya, yakni suara tawa manusia. Hal tersebut terlihat pada penggalan berikut:

“Suara merembes lewat jendela kamar. Segerombolan anak sekolah. Tertawa. Menjelma pelatuk terkokang. Menembaki Lian. Pistol berjelaga. Lian ambruk di dipan. Mengerang Tersengal-sengal. Tolong! Nyeri, nyeri sekali! Jauh lebih nyeri dari triliunan nyeri yang pernah menyambangnya. Kabut tepung gandum. Ribuan, jutaan, miliaran jarum. Tolong tolong! Ombak, tolong aku!

Kini, tubuhnya jauh lebih peka dari sebelumnya. Cekikikan manusia akan mencekik lehernya. Tawa kecil akan membuat semestanya hujan peluru dan granat. Bahkan suara binatang kadang akan menjelma tawa manusia dan bisa membuatnya kejang di tempat. Nyeri, nyeri, nyeri, Ombak. Tolong!” (Hal 158)

Dalam kutipan di atas di gambarkan dimana suara tawa yang seharusnya tidak menyakitkan malah menjelma menjadi rasa nyeri dan sakit , kekerasan secara emosional. Memunculkan rasa takut dan gusar karna memunculnya ingatan akan trauma yang di picu oleh suara tawa yang terdengar. Pada kalimat itu di gambarkan bahwa suara tawa seperti halnya peluru senapan atau bahkan granat baginya yang seolah bisa melukai tubuhnya, terkadang suara binatang pun dapat membuatnya kehilangan kesadarannya dan membuatnya kejang. Bahkan ingatannya akan tepung gandum yang menghujani tubuhnya di ibaratkan seperti hujan ribuan jarum yang dapat menusuknya.

b) Mekanisme Pertahanan

Ego telah berusaha dengan kuat menjaga kestabilan hubungan antara id, dan superego yakni realitas .Namun ketika kecemasan mendominasi maka ego akan berusaha untuk mempertahankan diri. Dengan cara memblokir atau memperkecil dorongan sampai menjadi wujud yang dapat di terima dan tidak terlalu mengancam. Ego akan berusaha semaksimal mungkin mempertahankan hubungan tersebut secara tidak sadar. Mekanisme inilah yang di sebut sebagai Mekanisme pertahanan Ego yang di temukan oleh Freud, Anna Freud dan para muridnya (Minderop, Albertine. 2016).

Dan dalam konteks penelitian ini Lian menggunakan mekanisme ini yang berupa represi yang merupakan ketidak mampuan dalam mengingat situasi ,hal-hal yang membuatnya takut dan trauma. Pada bentuk represi ini terlihat dalam kutipan:

“Mendadak tawa itu menjelma hujan berwarna putih berkilauan. Namun, itu bukan air. Itu hujan tepung gandum yang seruncing jarum. Kilauan putih itu menghujani Lian hingga dia merasakan nyeri yang begitu dahsyat di perut bagian bawahnya. Nyeri itu kemudian menjelma akar pegangan yang merayapi dada, punggung, dan kepala Lian. Hanya itu yang Lian ingat sebelum tubuhnya limbung menghantam lantai.” (Hal. 16)

Dimana terlihat pada ketidak mampuan Lian mengingat kejadian yang membuatnya trauma. Saat ia mengingat kejadian traumatis tersebut ia akan merasakan kesakitan bahkan sampai tubuhnya tak kuat menahan rasa sakit yang tersalurkan oleh emosionalnya sampai membuatnya limbung dan tersungkur.

Dan yang terakhir adalah apatis yang merupakan bentuk lain dari rasa frustrasi yang berupa penarikan diri dan bersikap pasrah. hal ini terlihat pada kutipan:

“Selama kuliah, dia hanya datang, duduk di pojok kelas, mencatat, dan langsung pulang, tanpa menyapa ataupun disapa mahasiswa lain. Sebisa mungkin dia tak berinteraksi dengan manusia lainnya, apalagi yang hobi tertawa.” (Hal 17).

Melalui kutipan ini di jelaskan bahwa tokoh Lian melakukan penarikan diri dari dunia sosial, dengan menghindari interaksi dengan seseorang selama masa perkuliahan nya. Hal itu ia lakukan sebagai bentuk pertahanan nya untuk menghindari dari suara tawa manusia yang dapat memicu traumanya dan memunculkan rasa cemasnya.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan yang dialami tokoh Lian dalam novel “Ingatan Ikan-Ikan” karya Sasti Gotama merupakan dampak dari pengalaman traumatis yang dialami Lian di masa lalu yang mengendap dalam alam bawah sadarnya. Dengan memanfaatkan pendekatan psikologi sastra Sigmund Freud, analisis ini mengungkap hubungan kompleks antara struktur kepribadian (Id, Ego, Superego) dan dampak trauma terhadap kecemasan yang dialami oleh Lian.

1. **Struktur Kepribadian:** Dominasi Id dalam diri Lian yang terlihat melalui perilakunya yang menghindari suara tawa dan keramaian, hal tersebut

merupakan upaya melindungi diri dari rasa sakit emosional. Ego yang berfungsi sebagai penyeimbang antara kebutuhan emosional dan realitas, sedang Superego mendorong moral untuk tidak merasa hina dan menjijikkan akibat trauma yang dialaminya. Serta dukungan dari karakter lain, seperti Ombak, juga memiliki peran penting dalam memperkuat aspek Superego yang positif.

2. **Kecemasan dan Trauma:** Kecemasan yang dialami Lian merupakan respons terhadap pengalaman traumatis yang sulit ia lupakan. Suara tawa yang seharusnya menjadi hal yang biasa dan normal justru memicu ingatan akan trauma, dan memperkuat siklus kecemasan yang dialaminya. Ini menunjukkan bagaimana trauma masa lalu dapat mempengaruhi kondisi psikologis seseorang secara mendalam.
3. **Mekanisme Pertahanan:** Penelitian ini juga mengidentifikasi mekanisme pertahanan ego, terutama sikap apatis dan represi, sebagai cara untuk mengatasi kecemasan yang mendalam. Lian cenderung menarik diri dari interaksi sosial dan menghindari situasi yang dapat memicu ingatan traumatis, yang menggambarkan bentuk frustrasi dan kepasrahan terhadap kondisi psikologisnya.
4. Secara keseluruhan, analisis ini memberikan wawasan mengenai bagaimana trauma dapat membentuk kecemasan yang dilihat dalam konteks sastra, serta memperlihatkan keterkaitan teori psikologi Freud dalam memahami karakter melalui sebuah narasi. Melalui pemahaman ini, diharapkan pembaca dapat lebih peka terhadap dampak trauma dalam kehidupan individu serta pentingnya dukungan sosial dalam proses penyembuhan.

DAFTAR PUSTAKA

Andri, & Dewi, Y. (2007). Teori Kecemasan Berdasarkan Psikoanalisis Klasik dan Berbagai Mekanisme Pertahanan terhadap Kecemasan. *Majalah Kedokteran Indonesia*, 57(7).

Anggadewi, B. E. T. (2020). Dampak psikologis trauma masa kanak-kanak pada remaja. *Solution : Jurnal of Counseling and Personal Developmen*

Fadlah, Saprudin. 2022. Gangguan Kecemasan pada Tokoh Cath dalam Novel Fangirl Karya Rainbow Rowell. *PENAOQ: Jurnal Sastra, Budaya dan Pariwisata*.

Freud, S. (1923). *The Id and the Ego*. London: Hogarth Press.

Freud, Sigmund. 1920. *Beyond the Pleasure Principle*. Translated by James Strachey. New York: W.W. Norton & Company.

Gotama, S. (2024). "Ingatan Ikan-Ikan". Yogyakarta : Pt Bentang Pustaka

Minderop, Albertine, 2016. Psikologi sastra: karya sastra, metode, teori dan contoh kasus. Jakarta : Yayasan Pustaka Obor Indonesia.

Nurdayana, I. & Saraswati, E. (2020). Analisis Trauma Masa Lalu Tokoh Sari dalam Novel "Wanita Bersampur Merah" Karya Intan Andaru:Kajian Psikologisastra" *Belajar Bahasa: Jurnal Ilmiah Program Studi Pendidikan & Sastra Bahasa Indonesia* Vol. 5 No. 2 , 233-246

Supratika,A. 1995. *Mengenal Prilaku Abnormal*. Yogyakarta: Kanisius.

Wahyuni,dkk.(2022).Pengaruh Pelecehan Seksual Terhadap Mental Siswa Di
Duta Pelajar Gowa.Jurnal J-BKPI, Volume 02 No.01

Wildaniy, E & Sugiarti. KECEMASAN NEUROTİK TOKOH UTAMA NOVEL
HUJAN BULAN JUNI KARYA SAPARDI DJOKO DAMONO. BASASTRA: Jurnal
Bahasa, Sastra, dan Pengajarannya 504 Volume 10 Nomor 2, Oktober 2022, P-ISSN
2302-6405, E-ISSN 2714-9765