

Mekanisme Pertahanan Diri sebagai Respons Trauma pada Tokoh Rhea dalam Novel *Leiden*: Psikoanalisis Sigmund Freud

Almas Firdausia^{1✉}, Asep Abbas Abdullah²

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

✉ firdadauss861@gmail.com

Abstract:

Artikel ini bertujuan untuk menganalisis mekanisme pertahanan diri yang ditampilkan oleh tokoh Rhea dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati sebagai respons atas trauma psikologis yang dialaminya. Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode analisis teks sastra, serta menerapkan teori psikoanalisis Sigmund Freud sebagai kerangka analisis utama. Data penelitian bersumber dari *Leiden* dan dikumpulkan melalui teknik baca dan catat dengan menyeleksi bagian-bagian teks yang merepresentasikan pengalaman trauma dan respons psikologis tokoh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh Rhea menggunakan tiga mekanisme pertahanan diri dominan, yaitu represi, regresi, dan self-harm. Represi tampak dalam upaya Rhea menekan ingatan traumatis dan emosi menyakitkan ke alam bawah sadar. Regresi ditunjukkan melalui perilaku kembali ke pola emosional yang lebih kekanak-kanakan sebagai bentuk pelarian dari tekanan psikologis. Sementara itu, self-harm dipahami sebagai mekanisme pertahanan yang berfungsi sebagai strategi koping disfungsi untuk meredakan kecemasan dan konflik batin yang tidak mampu diungkapkan secara verbal. Kajian ini menegaskan bahwa mekanisme pertahanan diri tokoh Rhea tidak berdiri secara terpisah, melainkan saling berkaitan sebagai respons atas trauma berlapis yang dialaminya. Dapat disimpulkan bahwa *Leiden* merepresentasikan trauma psikologis sebagai proses dinamis yang memengaruhi struktur kepribadian tokoh, sekaligus memperkaya kajian psikologi sastra dalam konteks representasi trauma dan mekanisme pertahanan diri dalam sastra Indonesia.

Keywords: mekanisme pertahanan diri; trauma psikologis; psikoanalisis Freud; sastra Indonesia; novel *Leiden*

Abstrak:

*This article aims to analyze the defense mechanisms exhibited by the character Rhea in the novel *Leiden* by Dwi Nur Rahmawati as responses to the psychological trauma she experiences. The study employs a qualitative descriptive approach using literary text analysis, with Sigmund Freud's psychoanalytic theory as the primary analytical framework. The research data are drawn from *Leiden* and were collected through close reading and note-taking techniques by selecting textual segments that represent traumatic experiences and the character's psychological responses. The findings indicate that Rhea predominantly employs three defense mechanisms, namely repression, regression, and self-harm. Repression is reflected in Rhea's attempts to suppress traumatic memories and painful emotions into the unconscious. Regression is manifested through a return to more childlike emotional patterns as a means of escaping psychological pressure. Meanwhile, self-harm is interpreted as a defense mechanism that functions as a dysfunctional coping strategy to alleviate anxiety and inner conflict that cannot be verbally articulated. This study emphasizes that Rhea's defense mechanisms do not operate in isolation, but are interrelated responses to the layered trauma she endures. It can be concluded that *Leiden* represents psychological trauma as a dynamic process that shapes the character's personality structure, thereby enriching literary psychology studies, particularly in discussions of trauma representation and defense mechanisms in Indonesian literature.*

Kata kunci: *defense mechanisms; psychological trauma; Freudian psychoanalysis; Indonesian literature; Leiden*

PENDAHULUAN

Kekerasan merupakan suatu tindakan yang dilakukan oleh perorang atau kelompok yang mengakibatkan luka fisik maupun batin, serta kematian terhadap korban. Yesmil Anwar (dalam Pratiwi et al., 2024) menyatakan bahwa kekerasan adalah penggunaan kekuasaan, ancaman, kekuatan fisik, dan tindakan terhadap diri sendiri maupun kelompok yang mengakibatkan luka, trauma, kematian, dan kerugian psikologis, serta perampasan hak. Di Indonesia sudah banyak kasus yang berkaitan dengan kekerasan, seperti bullying, KDRT, pelecehan, dan lain sebagainya. Hal tersebut tanpa disadari dapat menimbulkan gangguan psikologis terhadap korban, seperti trauma. Trauma sendiri merupakan salah satu bentuk gangguan psikologis yang timbul karena pengalaman yang kurang menyenangkan, seperti kekerasan, bullying, KDRT, dan pelecehan. Oleh sebab itu, trauma muncul dari tekanan batin yang mempengaruhi psikis individu. Dan pada dasarnya, trauma muncul dikarenakan adanya suatu kejadian atau pengalaman yang tidak diinginkan, apalagi jika hal itu berkaitan dengan kekerasan (Harusu et al., 2024).

Dalam karya sastra, trauma dan kekerasan sering kali dikaitkan dengan konflik-konflik yang digambarkan oleh pengarang dalam kehidupan tokoh, salah satunya melalui novel. Hal itu bertujuan untuk memberikan alur cerita yang menarik sekaligus kompleks. Karena novel merupakan salah satu karya sastra yang sering kali mengangkat isu-isu tentang kekerasan dan trauma. Sebo & Nursi (2024) menyatakan bahwa novel adalah salah satu jenis karya sastra berbentuk prosa yang menyajikan masalah psikologis yang sangat kompleks. Oleh sebab itu, pengarang sering menuangkan ide, gagasan, dan pengalamannya melalui novel. Selain karena bisa memberikan kebebasan dalam mengekspresikan perasaan, ide, dan pengalamannya, novel juga memberikan kesempatan bagi pengarang dalam mengungkapkan pengalaman realitasnya yang sulit disampaikan secara lisan. Dengan begitu, novel menjadi sarana bagi pengarang untuk menggambarkan kehidupan manusia yang tidak bisa dipisahkan dari aspek psikologis.

Setiap peristiwa pasti memiliki akibat, begitupun dengan trauma, apalagi jika pemicunya adalah kekerasan. Salah satu akibatnya yaitu munculnya gangguan psikis yang

berupa gangguan disosiatif atau kondisi seseorang yang mengalami pemisahan kepribadian sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri pada tekanan psikis yang belum sempat terselesaikan (Soliha & Karlina, 2025). Akibat tersebut merupakan suatu respons emosional tokoh terhadap trauma yang dialaminya. Respons emosional adalah reaksi yang muncul akibat suatu rangsangan emosional (Khansa & Ahmadi, 2024). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa trauma memiliki akibat yang dapat mempengaruhi gangguan disosiatif atau pemisahan kepribadian. Dengan begitu, akibat tersebut dapat dipahami sebagai respons atas trauma tokoh melalui bentuk mekanisme pertahanan diri.

Salah satu novel yang membahas tentang trauma kekerasan adalah novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati. Novel ini menceritakan tentang sosok Rhea yang selalu mengalami atau mendapatkan tindakan kekerasan oleh keluarganya sendiri dan juga oleh sang pacar. Selain itu, Rhea juga harus merasakan kehilangan sahabat tercintanya yang selama ini sudah membuat dirinya memilih untuk bertahan hidup dari kehidupannya yang penuh luka. Luka tersebut tidak hanya menyakiti fisik Rhea, akan tetapi juga menyakiti psikis Rhea. Hal itu disebabkan oleh tindakan kekerasan yang dilakukan dari keluarga dan pacarnya terhadap Rhea, yang mengakibatkan Rhea mengalami trauma. Permasalahan tersebut membuat penulis tertarik untuk dianalisis. Oleh sebab itu, penulis memilih novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati untuk menganalisis lebih dalam mengenai trauma yang dialami oleh tokoh Rhea dan bagaimana Rhea merespons traumanya tersebut dengan menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud.

Psikoanalisis merupakan salah satu teori yang dikemukakan oleh Sigmund Freud yang membahas tentang kejiwaan manusia. Psikoanalisis adalah ilmu yang dimulai pada tahun 1900-an oleh Sigmund Freud. Teori ini berhubungan dengan fungsi dan perkembangan mental manusia (LBS et al., 2023). Psikoanalisis sangat berkaitan dengan penelitian ini yang menganalisis trauma terhadap tokoh Rhea. Karena trauma merupakan salah satu konflik yang berhubungan dengan mental individu. Dengan demikian, penulis memilih teori psikoanalisis Sigmund Freud untuk menganalisis dan memecahkan permasalahan trauma yang dialami oleh tokoh Rhea dan bagaimana Rhea merespons traumanya. Freud menyampaikan serangkaian konsep – konsep yang membentuk pemikiran psikoanalisis, yang terdiri dari struktur kepribadian, teori libido, dan mekanisme pertahanan diri (Nagel dalam Paramitha et al., 2025). Salah satu konsep yang akan di bahas dalam penelitian ini adalah mekanisme pertahanan diri yang berperan sebagai respons atas trauma yang dialami oleh Rhea. Mekanisme pertahanan diri menurut

Freud adalah suatu proses yang tidak sadar digunakan oleh ego untuk melindungi seseorang dari perasaan cemas dan konflik batin (Ningrum et al., 2025).

Berdasarkan penjelasan diatas, masalah yang dialami oleh tokoh Rhea ini sangat penting untuk diteliti. Karena tokoh Rhea mengalami gangguan psikologis yang mengakibatkan Rhea mengalami trauma. Hal itu disebabkan oleh tindakan kekerasan yang dia peroleh dari keluarga dan pacarnya. Sehingga membuat Rhea mengalami luka batin berbentuk trauma. Trauma tersebut memunculkan berbagai bentuk mekanisme pertahanan diri (*Defense Mechanisms*) yang berfungsi untuk melindungi ego Rhea dari tekanan batin dan kecemasan. Selain itu, Rhea juga melakukan perilaku *self harm* sebagai bentuk pengalihan diri dari rasa trauma yang dialaminya. Oleh karena itu, penelitian ini sangat penting untuk diteliti, selain karena masalah psikologis yang dialami oleh Rhea. Penelitian ini juga sangat layak untuk diteliti karena dapat memberikan pemahaman terhadap pembaca dalam merespons trauma melalui mekanisme pertahanan diri, serta dapat menjadi bahan penelitian terdahulu di masa depan, khususnya dalam kajian psikoanalisis. Tak hanya itu, penelitian ini juga dapat menjadi bahan ajaran bagi pembaca yang ingin memahami lebih dalam mengenai psikologis manusia.

Pemilihan objek penelitian terhadap novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati ini dipilih karena sejauh ini novel *Leiden* belum ada yang meneliti terkait trauma kekerasan dan responnya melalui mekanisme pertahanan diri dengan menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud. Oleh sebab itu, penulis memilih objek ini dengan fokus masalah terhadap trauma kekerasan dan responnya melalui mekanisme pertahanan diri dengan menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud. Berdasarkan penjelasan tersebut, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu 1) Bagaimana bentuk trauma yang dialami oleh tokoh Rhea dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati? 2) Apa saja bentuk mekanisme pertahanan diri yang dilakukan oleh Rhea sebagai respons traumanya berdasarkan teori psikoanalisis Sigmund Freud? 3) Apa akibat trauma yang dialami oleh Rhea?

KAJIAN PUSTAKA

Penelitian terdahulu yang telah membahas mengenai trauma dan mekanisme pertahanan diri cukup banyak. Salah satunya yaitu penelitian dari Azizah Vina Muslikhah, Laura Andri Retno Martini, dan Marta Widyawati (2024) dengan judul "*Kondisi Trauma Tokoh Utama Novel Leiden Karya Dwi Nur Rahmawati (Kajian Diagnostic*

and Statistical Manual of Mental Disorders V)". Penelitian tersebut menjelaskan tentang trauma yang dialami oleh tokoh Rhea dan mengungkapkan penyebab serta wujud traumanya dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati dengan menggunakan teori struktur fiksi dan teori *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V (DSM-V)*. Kekuatan penelitian itu secara sistematis sangat jelas, karena berhasil mengungkap berbagai macam bentuk gejala trauma pada tokoh Rhea dalam novel *Leiden* berdasarkan teori *DSM-V*. Sedangkan kelemahan penelitian itu belum sepenuhnya mengkaji mengenai mekanisme pertahanan diri sebagai respons trauma pada tokoh Rhea. Oleh karena itu, penelitian ini berusaha untuk melengkapi kekurangan dari penelitian terdahulu tersebut dengan cara menganalisis mekanisme pertahanan diri yang dilakukan oleh tokoh Rhea dalam merespons traumanya dengan menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud.

Penelitian terdahulu selanjutnya yaitu dilakukan oleh Erni Audita (2024) dengan judul jargon kapital semua "*Struktur Kepribadian Dan Mekanisme Pertahanan Tokoh-Tokoh Dalam Novel Leiden Karya Dwi Nur Rahmawati Dan Implementasinya Sebagai Bahan Ajar Materi Teks Narasi Di SMP*". Penelitian tersebut menjelaskan tentang struktur kepribadian dan mekanisme pertahanan diri terhadap tokoh-tokoh dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati dengan menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud. Kekuatan penelitian itu secara sistematis sangat tepat dan jelas dalam penerapan teori Freud terhadap tokoh-tokoh dalam novel *Leiden*, serta penyajian data dan kutipannya sangat mendukung. Sedangkan kelemahan dari penelitian itu kurangnya kedalaman analisis mengenai mekanisme pertahanan diri dan hubungannya dengan trauma. Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk melengkapi kekurangan dari penelitian terdahulu tersebut dengan menganalisis lebih dalam mengenai hubungan mekanisme pertahanan diri dengan trauma yang berperan sebagai respons atas trauma tersebut, yang akan lebih berfokus pada satu tokoh saja yaitu tokoh Rhea.

Penelitian terdahulu selanjutnya juga dilakukan oleh Adela Puspita Ningrum, Apriliansyah Ferdi Rizaldi, Lestari Pria Astuti, dan Siti Maemunah (2025) dengan judul "*Trauma Kehilangan dan Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Anjani dalam Novel Laut Bercerita Karya Leila S. Chudori (Tinjauan Psikoanalisis Freud)*". Penelitian tersebut menganalisis trauma kehilangan dan bagaimana mekanisme pertahanan diri berperan pada tokoh Ratih Anjani dalam novel *Laut Bercerita* karya Leila S. Chudori dengan menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud. Kekuatan dari penelitian itu sudah berhasil mengungkapkan bagaimana tokoh Anjani menggunakan mekanisme pertahanan diri

sebagai bentuk respons atas trauma kehilangan yang dia alami dengan menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud. Namun, terdapat kelemahan dari penelitian tersebut yaitu fokus pembahasannya masih terbagi antara trauma kehilangan dengan mekanisme pertahanan diri, sehingga analisis pada mekanisme pertahanan diri masih belum dianalisis secara mendalam. Oleh sebab itu, penelitian ini hadir untuk mengisi kekurangan dari penelitian terdahulu tersebut dengan menganalisis lebih dalam lagi mengenai trauma dan mekanisme pertahanan diri yang berperan sebagai respons atas traumanya tokoh Rhea dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati dengan menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud. Selain itu, penelitian terdahulu lebih fokus pada trauma kehilangan sedangkan penelitian ini lebih fokus pada trauma kekerasan.

Berdasarkan penjelasan diatas, beberapa penelitian terdahulu itu cukup relevan dengan fokus penelitian ini. Karena penelitian–penelitian terdahulu tersebut membahas tentang trauma dan mekanisme pertahanan diri yang hampir sepenuhnya menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud dalam menganalisis permasalahannya. Hal itu menunjukkan bahwa trauma dan mekanisme pertahanan diri saling berkaitan. Namun, dari beberapa penelitian terdahulu itu sejauh ini masih belum ada yang menganalisis mekanisme pertahanan diri sebagai respons atas trauma yang dialami oleh tokoh Rhea dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati dengan menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud. Oleh karena itu, penulis memilih objek dan permasalahan ini untuk dikaji dan dianalisis lebih dalam. Karena terdapat beberapa celah yang belum sepenuhnya dianalisis dan dikaji dari penelitian–penelitian terdahulu tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif merupakan salah satu jenis penelitian yang digunakan untuk memahami dan menjelaskan mengenai fenomena sosial ataupun perilaku manusia dengan cara mengumpulkan dan menganalisis data yang berbentuk kata–kata, gambar, atau suara dengan menekankan pada konteks dan kompleksitasnya (Paramitha et al., 2025). Oleh sebab itu, jenis penelitian kualitatif ini dipilih karena penelitian ini tidak berfokus pada angka, melainkan pada pemahaman makna dan proses psikologis yang dialami oleh tokoh dalam karya sastra yaitu pada tokoh Rhea dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati dengan fokus penelitian tentang mekanisme pertahanan diri sebagai respons trauma pada tokoh Rhea dengan menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud. Sumber data penelitian

ini adalah novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati, sedangkan data penelitiannya berupa kalimat, narasi, dan dialog yang menunjukkan adanya mekanisme pertahanan diri sebagai respons trauma terhadap tokoh Rhea dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati.

Teknik pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini adalah teknik baca dan catat. Teknik baca dilakukan dengan cara membaca dan memahami isi novel *Leiden* melalui paragraf, dialog, dan kalimat. Sedangkan teknik catat dilakukan dengan cara mencatat data-data yang menunjukkan mekanisme pertahanan diri sebagai respons terhadap trauma kekerasan yang dialami oleh tokoh Rhea dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati. Lalu analisis data yang digunakan adalah analisis isi, yang mana penulis menganalisis semua isi dari novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati untuk menemukan bentuk mekanisme pertahanan diri sebagai respons trauma pada tokoh Rhea, yang meliputi identifikasi, mengelompokkan, menafsirkan, dan menarik kesimpulan dari semua isi yang telah dianalisis. Melalui metode ini, penelitian ini diharapkan dapat mengungkapkan secara jelas mengenai mekanisme pertahanan diri yang dilakukan oleh tokoh Rhea dalam merespons trauma kekerasan yang dialaminya.

PEMBAHASAN

Pada bagian pembahasan, penulis akan membagikan hasil penelitian ini yang berkaitan dengan mekanisme pertahanan diri sebagai respons trauma pada tokoh Rhea dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati dengan menggunakan teori Sigmund Freud. Penulis telah menemukan beberapa data yang menunjukkan bentuk trauma yang dialami oleh tokoh Rhea, dan beberapa mekanisme pertahanan diri yang dilakukan oleh Rhea atas traumanya, serta perilaku Rhea yang menunjukkan pengalihan diri dari konflik batinnya yaitu *self harm*, atau bisa dibilang akibat dari traumanya, berikut hasil penelitian dari penelitian ini yaitu:

1. Bentuk-Bentuk Trauma Terhadap Tokoh Rhea

Berdasarkan analisis data yang telah penulis peroleh, terdapat berbagai bentuk trauma yang telah dialami oleh tokoh Rhea dalam novel *Leiden* karya Dwi Nur Rahmawati. Dari berbagai bentuk trauma tersebut, telah ditemukan tiga bentuk tindakan yang menyebabkan trauma pada tokoh Rhea yaitu tindakan kekerasan yang dilakukan oleh orang sekeliling Rhea termasuk keluarga dan pacarnya. Disamping itu, ada satu

kejadian kehilangan orang yang sangat Rhea sayang. Semua pengalaman tersebut menjadi penyebab utama munculnya trauma dalam diri Rhea.

a. Kekerasan Fisik

Kekerasan fisik merupakan tindakan yang dilakukan oleh seseorang terhadap korban yang menimbulkan luka fisik, berikut beberapa data yang menunjukkan kekerasan fisik terhadap Rhea:

“Suara tubrukan telapak tangan dan pipi terdengar begitu nyaring dan keras. Rhea tersungkur ke lantai. Tulang pipi Rhea terasa seperti ingin patah, rahangnya seperti ingin pecah. Panas, perih, dan peih menggerayangi sekujur pipi kanan Rhea, darah pun mengalir dari sudut bibir gadis itu. Tak hanya pipi, sakit dari tamparan Faizan juga terasa sampai ke ulu hati.”

Data tersebut menunjukkan tindakan kekerasan yang dilakukan oleh Faizan terhadap Rhea, Faizan merupakan ayah kandung Rhea. Dalam data tersebut, Faizan menampar Rhea karena dia mendapat sebuah laporan mengenai olimpiade yang diikuti Rhea bermasalah. Hal tersebut membuat Faizan marah, sehingga dia tega menampar anaknya sendiri tanpa rasa kasihan sedikit pun. Karena sejak kecil Faizan menuntut Rhea untuk terus berprestasi. Oleh sebab itu, Faizan merasa marah saat mendengar laporan tersebut. Lalu ditemukan data lain yang menunjukkan adanya kekerasan fisik, yaitu sebagai berikut:

“Suara tubrukan telapak tangan dan pipi terdengar begitu nyaring, Skala menampar Rhea dengan kuat sampai membuat sudut bibir Rhea mengeluarkan cairan pekat berwarna merah.

Data tersebut menunjukkan tindakan kekerasan yang dilakukan oleh Skala terhadap Rhea, Skala sendiri merupakan pacar Rhea. Dalam kalimat tersebut, Skala marah pada Rhea karena Rhea ketahuan dekat sama cowok lain. Dan Skala berani menampar Rhea karena Rhea malah membalikkan tuduhan tersebut pada Skala. Rhea membalas tuduhan tersebut dengan mengungkit kedekatan Skala dengan cewek lain. Hal itu membuat Skala marah dan berani menampar Rhea.

b. Kekerasan Psikis

Kekerasan psikis merupakan suatu tindakan atau ucapan yang dilakukan seseorang terhadap korban, sehingga menimbulkan luka batin terhadap korban. Berikut beberapa data yang menunjukkan kekerasan psikis terhadap Rhea:

“Kelahiran kamu adalah musibah Rhea! Saya harap kamu mati!” Hancur sudah pertahanan Rhea, lagi-lagi dirinya harus mendengar permohonan kematian dari mulut Faizan. Rhea sama sekali tak pernah berharap untuk dilahirkan jika akan seperti ini. Jika boleh memilih Rhea lebih baik tak pernah ada.”

Data tersebut menunjukkan kekerasan psikis, yang mana perkataan Faizan yang menolak kehadiran Rhea dan mendoakan Rhea untuk segera mati itu membuat hati Rhea hancur. Rhea sebagai anak merasa sakit hati saat ayahnya sendiri mendoakan dirinya untuk cepat mati. Hal itu dikarenakan Rhea tidak sengaja memecahkan bingkai foto seorang wanita yang diyakini sebagai istri pertama Faizan yang telah meninggal, lebih tepatnya ibu kandung Rhea. Oleh sebab itu, Faizan marah pada Rhea dan menuduh Rhea sebagai pembunuh, dia menuduh Rhea yang telah membunuh istrinya tersebut. Data lain yang menunjukkan kekerasan psikis yaitu:

“Gue harap hari ulang tahun gue dimusnahin aja kalo setiap tahunnya harus dirayain sama cewek sialan kayak lo!” Ucapan Skala bukanlah sebuah tombak, namun kenapa bisa menancap tepat di titik tengah hati Rhea dan meninggalkan rasa sesak yang menyakitkan?”

Data tersebut menunjukkan kekerasan psikis, yang mana Skala mengucapkan kata-kata menyakitkan terhadap Rhea. Dia berharap ulang tahun dia bisa dimusnahkan jika setiap tahunnya harus dirayakan bersama Rhea. Perkataan Skala itu membuat hati Rhea seperti ditancap dengan sebuah tombak yang menyisakan rasa sakit dan sesak didalam hatinya. Pada saat itu, Rhea hanya ingin merayakan ulang tahun Skala. Namun, Skala malah tidak menyukai tindakan Rhea tersebut, sehingga dia dengan tega berkata seperti itu pada Rhea.

c. Pelecehan Seksual

Pelecehan seksual merupakan suatu tindakan kekerasan yang dilakukan oleh seseorang terhadap korban, hal itu membuat korban mengalami trauma mendalam. Berikut data yang menunjukkan pelecehan seksual terhadap Rhea:

“Kita cuma berdua di sini Rhe, gue bisa lakuin apa aja ke lo saat ini juga,” bisik Skala pada telinga Rhea. Rhea menggeng kuat, lehernya terasa dicekik hingga membuatnya tak bisa bersuara, sungguh Rhea ketakutan, badannya gemetar hebat. Lebih

baik dipukul, ditampar, atau apapun kekerasan lainnya daripada Skala harus memperlakukannya seperti ini. Lelaki itu benar-benar mengerikan, apalagi aroma alkohol tercium begitu pekat dari badan dan mulut Skala.”

Data tersebut menunjukkan perilaku pelecehan seksual yang dilakukan oleh Skala terhadap Rhea. Dalam data tersebut, Skala melakukan perbuatan yang tidak pantas pada Rhea, sehingga membuat Rhea merasa takut dengan perbuatan Skala tersebut. Rhea merasa lebih baik jika Skala melakukan kekerasan lainnya seperti dipukul, ditampar dan lain sebagainya daripada Skala berbuat pelecehan seperti itu.

d. Kehilangan Orang Tersayang

Trauma juga dapat terjadi saat kita mengalami kejadian kehilangan, apalagi kehilangan orang yang sangat kita sayang. Berikut data yang menunjukkan kehilangan orang tersayang pada Rhea:

“Rasanya sakit banget tau Na. Di tanggal itu kamu mendapatkan sesuatu yang paling berharga tapi di hari itu juga kamu kehilangannya. Kamu penerang satu-satunya yang aku punya, tapi sekarang kamu udah nggak ada, dunia aku gelap, Karina. Aku bahkan nggak tau harus melangkah ke mana lagi setelah ini.”

Data tersebut menunjukkan bahwa Rhea mengalami trauma kehilangan, yaitu kehilangan sahabat tersayang, Karina. Dalam data tersebut, Rhea merasa sedih dan putus asa ketika harus menghadapi kenyataan bahwa sahabat tersayang yaitu Karina sudah pergi meninggalkannya untuk selamanya dan tepat pada hari *anniversary* mereka.

Berdasarkan data-data yang telah dipaparkan diatas, dapat disimpulkan bahwa kekerasan, pelecehan, dan kehilangan itu dapat menimbulkan trauma mendalam bagi orang yang mengalaminya, termasuk juga tokoh Rhea. Karena selain memberikan luka fisik, terdapat juga luka batin yang tanpa mereka sadari terhadap korban kekerasan dan pelecehan. Untuk mengetahui lebih lanjut bagaimana tokoh Rhea merespons traumanya melalui mekanisme pertahanan diri, selanjutnya akan diungkapkan bentuk-bentuk mekanisme pertahanan diri Rhea sebagai respons traumanya.

2. Bentuk-Bentuk Mekanisme Pertahanan Diri Rhea Sebagai Respons Trauma Berdasarkan Teori Psikoanalisis Sigmund Freud

Berdasarkan penjelasan mengenai trauma diatas, terdapat juga bentuk-bentuk mekanisme pertahanan diri yang berperan sebagai respons atas trauma yang dialami oleh tokoh Rhea. Dalam penelitian ini, penulis telah menemukan beberapa bentuk mekanisme pertahanan diri yang dilakukan oleh tokoh Rhea sebagai respons atas trauma yang

dialaminya berdasarkan teori psikoanalisis Freud. Yang terdiri dari denial, rasionalisasi, regresi, dan sublimasi, berikut bentuk-bentuk mekanisme pertahanan diri tersebut pada tokoh Rhea beserta data-datanya:

a. Denial (Penolakan)

Denial merupakan salah satu bentuk mekanisme pertahanan diri ketika seseorang berusaha menolak untuk mengakui kenyataan yang sangat menyakitkan. Berikut data yang menunjukkan mekanisme pertahanan diri denial pada tokoh Rhea:

“Dia bisa nyakitin lo, Rhe.”

“Enggak. Aku kenal Skala, dia nggak akan pernah nyakitin aku.”

Tetapi itu Skala yang dulu, nggak berlaku untuk Skala yang sekarang. Imbuh Rhea dalam hati.”

Data tersebut menunjukkan mekanisme pertahanan diri denial yang dilakukan oleh tokoh Rhea dalam merespons traumanya. Rhea yang menolak kenyataan tentang sikap Skala yang telah berubah total menjadi kasar. Dia masih yakin bahwa Skala yang sekarang masih bisa berubah menjadi Skala yang lembut seperti dulu. Dalam dialog tersebut, teman kelas Rhea bernama Beni ingin menolong Rhea dari sikap kasar Skala. Namun, Rhea berusaha meyakinkan Beni kalau Skala gak bakal mungkin menyakitinya. Tetapi, ucapan Rhea tidak sesuai dengan kenyataannya. Dia menolak kenyataan tentang sikap kasar Skala terhadapnya, meskipun dia sadar akan sikap kasar Skala tersebut.

b. Rasionalisasi

Rasionalisasi merupakan bentuk mekanisme pertahanan diri ketika seseorang tidak ingin mengakui alasan sebenarnya dari tindakannya tersebut, sehingga dia menciptakan alasan yang masuk akal agar bisa terlihat benar dan bisa diterima oleh orang lain maupun dirinya sendiri. Berikut data yang menunjukkan mekanisme pertahanan diri rasionalisasi terhadap tokoh Rhea:

“Nggak apa-apa self harm, lagi pula orang yang dulu ngelarang, sekarang lebih memilih bunuh diri.”

Data tersebut menunjukkan mekanisme pertahanan diri rasionalisasi yang dilakukan oleh tokoh Rhea dalam merespons traumanya. Dalam kalimat tersebut, Rhea menciptakan alasan yang masuk akal yaitu dengan membandingkan orang yang dulu melarangnya melakukan *self harm*, tapi orang tersebut malah memilih bunuh diri, alasan itu diciptakan untuk membenarkan tindakannya tersebut yaitu *self harm*. Alasan tersebut

berfungsi untuk menghilangkan rasa tidak nyaman agar bisa diterima oleh dirinya sendiri tanpa harus menghadapi trauma yang menjadi pemicu utama *self harm*.

c. Regresi

Regresi merupakan suatu bentuk mekanisme pertahanan diri ketika seseorang kembali ke pola perilaku atau cara berpikir yang kekanak-kanakan saat menghadapi kecemasan, stres, dan ketakutan. Hal itu dilakukan oleh alam bawah sadar untuk melindungi seseorang agar orang tersebut merasa aman, seperti saat masih kecil. Berikut data yang menunjukkan mekanisme pertahanan diri regresi terhadap tokoh Rhea:

“Rhea ketakutan, alam bawah sadarnya seolah tengah mengatakan untuk melarikan diri, refleks Rhea mundur saat Faizan kian mendekat, namun tanpa sengaja Rhea menabrak meja kecil di belakangnya hingga membuat sebuah bingkai foto yang ada di atas meja terjatuh. Suara pecahan terdengar nyaring, kaca bingkai berserakan di atas lantai.”

Data tersebut menunjukkan mekanisme pertahanan diri regresi yang dilakukan oleh tokoh Rhea dalam merespons traumanya. Dalam kalimat tersebut, Rhea merasa takut sampai alam bawah sadarnya menyuruhnya untuk melarikan diri ketika melihat ayahnya Faizan semakin maju mendekatinya. Hal itu disebabkan oleh Rhea yang ketahuan masuk tanpa izin ke dalam ruangan yang telah dilarang oleh ayahnya. Oleh karena itu, Rhea merasa ketakutan dan *refleks* mundur saat ayahnya semakin mendekatinya hingga tidak sengaja menjatuhkan bingkai foto yang ada di atas meja sampai pecah dan berserakan di lantai. Rasa takut itu merupakan bentuk trauma yang dialami oleh Rhea, dia takut ayahnya akan melakukan kekerasan lagi terhadapnya.

d. Sublimasi

Sublimasi merupakan salah satu bentuk mekanisme pertahanan diri ketika seseorang mengalihkan emosi atau energi negatif pada hal-hal yang positif, produktif, dan dapat diterima secara sosial. Berikut data yang menunjukkan mekanisme pertahanan diri sublimasi pada tokoh Rhea:

“Rhea mengibas-ngibaskan tangannya yang tak memegang apapun ke arah mata, mencoba mencegah air mata yang ingin keluar lagi, lalu menarik napas dalam dan mengeluarkannya pelan-pelan. Rhea harus kuat, setidaknya agar tak membuat Karina sedih saat melihatnya dari atas sana.”

Data tersebut menunjukkan mekanisme pertahanan diri sublimasi yang dilakukan oleh Rhea. Dalam kalimat tersebut, Rhea berusaha menahan air matanya agar tidak jatuh. Karena dia harus menjadi lebih kuat supaya Karina tidak sedih saat melihat keadaannya

dari atas sana. Pertahanan diri yang dilakukan oleh Rhea itu bertujuan untuk mengalihkan emosi, beban, dan energi negatifnya ke arah yang lebih positif yaitu dengan cara menguatkan diri sendiri agar sahabatnya tidak sedih melihat keadaannya dari atas sana.

Bentuk-bentuk mekanisme pertahanan diri tersebut menunjukkan bahwa selama ini Rhea melakukan mekanisme pertahanan diri untuk merespons traumanya. Mekanisme pertahanan tersebut berfungsi untuk melindungi Rhea dari trauma-trauma yang telah dia alami, seperti stres, cemas, dan ketakutan. Melalui mekanisme tersebut, Rhea dapat menciptakan benteng pertahanan psikologis untuk menjaga kestabilan mentalnya serta dapat menemukan cara untuk bertahan dan melanjutkan hidupnya.

3. *Self Harm* Sebagai Akibat Atas Trauma Pada Tokoh Rhea

Self harm merupakan suatu tindakan menyakiti diri sendiri untuk mencari kepuasan dan salah satu cara untuk mengatasi stres, trauma, dan emosi terpendam yang sulit untuk diungkapkan. *Self harm* adalah suatu keadaan dimana seseorang secara sadar menyakiti diri sendiri tanpa ada niatan untuk bunuh diri (Saputra et al., 2022). Faktor penyebab terjadinya perilaku *self harm* yaitu kurangnya perhatian orang tua terhadap anak, pengalaman yang menimbulkan trauma, dan tekanan batin yang selalu dipendam. Dalam novel *Leiden*, Rhea menunjukkan gejala gangguan psikologis dalam bentuk *self harm* yang muncul akibat trauma-trauma yang dia alami. Rhea melakukan *self harm* saat trauma tersebut muncul, trauma yang dialami oleh Rhea berupa kekerasan dan kehilangan. Berdasarkan penjelasan tersebut, berikut beberapa data yang menunjukkan perilaku *self harm* yang dilakukan oleh tokoh Rhea saat traumanya kambuh:

“Rhea menatap lengan tangannya, dalam hitungan detik Rhea menggoreskan cutter yang ia pegang ke lengan. Rhea membuat goresan panjang dan banyak di lengannya sendiri. Darah mengalir dengan deras hingga jatuh menetes ke lantai, luka menganga terlihat jelas mengukir dilengan Rhea yang putih. Rhea menghirup aroma darah terasa familier dan candu baginya, rasa perih dan pedih Rhea nikmati secara berkala, namun rasa sakit itu tak sebanding dengan rasa sakit yang kini menaungi hati Rhea.”

Data tersebut menunjukkan perilaku *self harm* yang dilakukan oleh Rhea, dia menyayat lengannya sendiri menggunakan *cutter* hingga menimbulkan luka sampai berdarah. Dalam data tersebut, Rhea meluapkan amarah dan rasa sakitnya melalui *self harm*, karena dengan begitu dia akan merasa puas dan lega. Bahkan dia menghirup aroma darahnya tersebut yang sudah menjadi candu baginya. Hal itu dikarenakan trauma yang dialami oleh Rhea kambuh, dia mengalami tindakan kekerasan dari ayah dan Skala yang

merupakan pacarnya. Kekerasan tersebut dia dapatkan secara berkali-kali dari kedua orang yang sangat Rhea cintai. Oleh karena itu, Rhea memilih meluapkan amarah dan rasa sakitnya melalui self harm. Karena dengan melakukan *self harm*, Rhea akan merasa lebih tenang dan juga merasa puas. Selain perilaku self harm yang dilakukan tokoh Rhea, ditemukan juga data yang menunjukkan dorongan untuk melakukan *self harm* pada tokoh Rhea:

“Rhea menjatuhkan silet yang ada di genggamannya, lalu Rhea mengacak-acak rambut merasa frustrasi. Rhea merasa dirinya seperti orang gila sekarang. Di sisi lain ia mendengar suara Karina yang melarangnya agar tak melukai diri sendiri, di sisi lain ia mendengar suara jeritan batinnya yang membolehkan untuk melakukan self harm.”

Data tersebut menunjukkan dorongan untuk melakukan *self harm*, Rhea mengalami pergulatan batin antara ingin melakukan *self harm* atau memilih menepati janjinya pada sahabatnya Karina untuk berhenti melakukan *self harm*. Hal itu membuat Rhea merasa frustrasi sampai mengacak-acak rambutnya. Data tersebut merupakan dorongan dalam diri Rhea untuk melakukan *self harm*, namun keinginannya dihalangi oleh janjinya sendiri pada Karina. Dorongan melakukan *self harm* tersebut muncul sebagai bentuk pelampiasan akan rasa bersalah, tekanan emosional yang diakibatkan oleh trauma masa lalu yang belum terselesaikan terhadap diri Rhea.

Berdasarkan data-data yang telah dipaparkan mengenai *self harm* tersebut, dapat disimpulkan bahwa trauma tidak hanya menimbulkan luka batin saja. Akan tetapi juga menimbulkan akibat yang membahayakan bagi penderita trauma seperti perilaku *self harm*. Dalam data-data tersebut, Rhea beberapa kali mencoba untuk melakukan *self harm*, dan yang berhasil dia lakukan cuman satu selebihnya cuman ada dorongan untuk melakukan *self harm*. Tindakan *self harm* tersebut merupakan bentuk dari pelampiasan akan rasa bersalah, amarah, dan sakit hati yang selama ini dia pendam. Hal itu dikarenakan rasa trauma yang dialami oleh tokoh Rhea yang selama ini belum terselesaikan. Oleh sebab itu, *self harm* adalah salah satu cara yang Rhea lakukan untuk melampiaskan konflik batin dan tekanan emosional atas traumanya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan mengenai mekanisme pertahanan diri sebagai respons trauma pada tokoh Rhea dalam novel *Leiden* dengan menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud, didapatkan tiga simpulan yang menjawab rumusan masalah

dalam penelitian ini. Berikut uraian kesimpulan pada hasil analisis dalam penelitian ini. Pertama, terdapat dua bentuk trauma yang dialami oleh tokoh Rhea dalam novel *Leiden*, yaitu trauma kekerasan dan trauma kehilangan. Dalam trauma kekerasan, ditemukan tiga tindakan kekerasan yang menyebabkan trauma pada tokoh Rhea, yaitu kekerasan fisik, kekerasan psikis, dan pelecehan seksual. Namun, yang paling dominan dalam pembentukan trauma terhadap tokoh Rhea adalah kekerasan. Karena novel *Leiden* menceritakan tentang kekerasan terhadap anak yang menimbulkan gangguan psikologis, salah satunya trauma. Selanjutnya yaitu trauma kehilangan, Rhea mengalami trauma kehilangan saat orang yang paling peduli terhadapnya dan paling dia sayangi yaitu sahabatnya Karina harus meninggalkannya sendiri untuk selamanya.

Ditemukan juga mekanisme pertahanan diri yang berperan sebagai respons atas trauma yang dialami oleh tokoh Rhea. Terdapat empat mekanisme pertahanan diri yang dilakukan oleh Rhea saat merespons traumanya, yaitu denial, rasionalisasi, regresi, dan sublimasi. Pada bagian denial Rhea menolak kenyataan tentang kekerasan yang dilakukan oleh pacarnya Skala terhadapnya. Lalu pada bagian rasionalisasi Rhea menciptakan alasan yang logis dengan membandingkan perilaku bunuh diri yang dilakukan oleh sahabatnya Karina dengan tindakan *self harm* yang akan dia lakukan, alasan itu diciptakan agar tindakan *self harm*nya dapat diterima oleh dirinya sendiri. Selanjutnya pada bagian regresi Rhea kembali berperilaku seperti waktu kecil saat menghadapi ketakutan, saat itu Rhea merasa ketakutan saat tertangkap basah melanggar larangan dari ayahnya Faizan, sehingga alam bawah sadarnya menyuruhnya untuk melarikan diri. Terakhir yaitu sublimasi, Rhea berusaha menahan air matanya untuk tidak jatuh, karena dia harus kuat agar sahabatnya Karina tidak ikut sedih melihat keadaannya dari atas sana.

Selain itu, ditemukan juga akibat dari trauma yang dialami oleh tokoh Rhea, yaitu perilaku *self harm*. Karena trauma yang belum terselesaikan dalam diri Rhea tersebut, menimbulkan akibat yaitu perilaku *self harm* yang dilakukan Rhea sebagai bentuk pelampiasan atas rasa bersalah, amarah, dan rasa sakit yang selama ini dia pendam. Perilaku *self harm* tersebut dia lakukan agar dia merasa tenang dan puas. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa trauma yang dialami oleh tokoh Rhea memiliki pengaruh dalam membentuk berbagai respons psikologisnya. Seluruh gejala yang telah dipaparkan tersebut merupakan representasi dari konflik batin dalam diri Rhea yang

belum tuntas, yang mana kebutuhan untuk melampiaskan tekanan emosional bertemu dengan usaha untuk mengendalikan rasa sakit tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Audita, E. (2024). Struktur Kepribadian Dan Mekanisme Pertahanan Tokoh-Tokoh Dalam Novel *Leiden* Karya Dwi Nur Rahmawati Dan Implementasinya Sebagai Bahan Ajar Materi Teks Narasi Di SMP. *Aksara: Jurnal Ilmiah Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 2(2). <https://doi.org/10.33087/aksara.v2i2.71>.
- Harusu, C. F., Qadriani, N., Suryati, N., Indonesia, P. S., Budaya, F. I., & Oleo, U. H. (2024). TRAUMA PADA TOKOH UTAMA DALAM NOVEL NAGA KUNING KARYA YUSIANA BASUKI (KAJIAN PSIKOLOGI SASTRA). *Jurnal Penelitian Bahasa Dan Sastra*, 2(3025), 1–12.
- Khansa, R. M., & Ahmadi, A. (2024). Bentuk Trauma Dan Respons Trauma Tokoh Kina Dalam Novel *Halaqah Cinta* Karya Lin Aiko. *Bapala*, 11 no 3(trauma), 400–411.
- LBS, N., Muchtar, M., & Ridha, Z. (2023). Psikoanalaisi Sigmund Freud Dalam Penerapan Pembinaan Akhlak Siswa Di Kelas VII MTsN 1 Langkat. *Cybernetics: Journal Educational Research and Social Studies*, 4(1), 215.
- Muslikhah, A. V. (2024). Kondisi Trauma Tokoh Utama Novel *Leiden* Karya Dwi Nur Rahmawati (Kajian Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V). *Sabda: Jurnal Kajian Kebudayaan*, 19(2), 53–69. <https://doi.org/10.14710/sabda.19.2.53-69>.
- Ningrum, A. P., Rizaldi, A. F., Astuti, L. P., & Maemunah, S. (2025). Trauma Kehilangan dan Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Anjani dalam Novel *Laut Bercerita* Karya Leila S. Chudori. *Journal Sains Student Research*, 3(5), 641–653.
- Paramitha, P. E. P., Perdana, I., & Bungai, J. (2025). Psikososialitas dalam Teori Freud Merunut Kontribusi dan Kontroversi Sang Bapak Psikoanalisis dalam Studi Manusia. *Metta : Jurnal Ilmu Multidisiplin*, 5(1), 101–115. <https://doi.org/10.37329/metta.v5i1.3531>.
- Pratiwi, K. D. P. D., Sudiana, I. N., & Artika, I. W. (2024). Analisis Kekerasan Terhadap Perempuan Dalam Novel *Sunyi Di Dada Sumirah* Karya Artie Ahmad. *Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 14(4), 518–539.
- Saputra, M. R., Mukti, D. A. C., Angelina, R., Maharani, P. A., Yuniarti, B. D., Fitria, S., Saefullah, N. R., Nisrina, H., Aprilia, N. J., & Hidayat, R. (2022). Kerentanan

Self Harm Pada Remaja Di Era Modernisasi. *PROCEEDING CONFERENCE ON PSYCHOLOGY AND BEHAVIORAL SCIENCE*, 1(1), 28–33.
<https://doi.org/10.24042/kons.v10i2.17905>.

Sebo, F., & Nursi, A. E. (2024). Aktualisasi Cinta dalam Novel di Tepi Sungai Piedra Aku Dudukdan Menangis Karya Paulo Coelho Menurut Psikologi Erich Fromm. *Ranah Research : Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 6(5), 1623–1635. <https://doi.org/10.38035/rrj.v6i5.989>.

Soliha, L., & Karlina, E. M. (2025). TRAUMA MASA LALU DAN MEKANISME PENGENDALIAN DIRI TOKOH KARANG DALAM NOVEL AKU TAK MEMBENCI HUJAN: PENDEKATAN PSIKOANALISIS. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(2), 318–335.