Talking Cure dalam Pengungkapan Konflik Psikologis Tokoh Cerpen *Mungkin yang Ia Simpan Adalah Petasan* karya Sasti Gotama

Arzetty Tita Rullyandini[1]✉, Guntur Sekti Wijaya[2]
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya[1]
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya[2]
✉ titaarzetty@gmail.com[1] gswijaya1986@uinsa.ac.id[2]

Abstract:

This article aims to uncover the psychological conflicts of the protagonist in the short story Mungkin yang Ia Simpan Adalah Petasan by Sasti Gotama through the application of the talking cure. One of the earliest therapeutic methods in Sigmund Freud's psychoanalysis which involves the process of talking. This study employs a qualitative descriptive method, with the text of the short story Mungkin yang Ia Simpan Adalah Petasan serving as the data source. Data were collected through reading and note-taking techniques focused on narrative excerpts related to the process of revealing the character's psychological conflicts. The analysis was conducted by linking the literary text to Sigmund Freud's psychoanalytic talking cure approach. The results indicate that the psychological conflict experienced by the character Angel is linked to traumatic childhood experiences and repressed emotions, which give rise to various physical symptoms. The resolution of the conflict takes place through conversations with the doctor, resistance and defense mechanisms also emerge as the character's means of protection when confronting experiences that are difficult to express. The application of the talking cure in the short story serves as a means to help uncover the character's psychological conflict through the process of reopening repressed experiences.

Keyword: talking cure; character's psychological conflict; psychoanalysis; Sigmund Freud; Mungkin yang Ia Simpan Adalah Petasan

Abstrak:

Artikel ini bertujuan untuk mengungkap konflik psikologis tokoh dalam cerpen *Mungkin yang Ia Simpan Adalah Petasan* karya Sasti Gotama melalui penerapan *talking cure*. Salah satu metode terapi pertama dalam psikoanalisis Sigmund Freud melalui proses berbicara. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan sumber data berupa teks cerpen *Mungkin yang Ia Simpan Adalah Petasan*. Data dikumpulkan melalui teknik baca dan catat terhadap kutipan naratif yang berkaitan dengan proses pengungkapan konflik psikologis tokoh. Analisis dilakukan dengan mengaitkan teks sastra dengan pendekatan psikoanalisis *talking cure* Sigmund Freud. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konflik psikologis tokoh Angel berkaitan dengan pengalaman traumatis masa kecil dan emosi yang direpresi sehingga memunculkan berbagai gejala fisik. Pengungkapan konflik berlangsung melalui proses percakapan dengan dokter, muncul pula resistensi dan *defence mechanism* sebagai bentuk pertahanan tokoh ketika berhadapan dengan pengalaman yang sulit diungkapkan. Penerapan *talking cure* dalam cerpen menjadi sarana untuk membantu mengungkap konfik psikologis tokoh melalui proses membuka kembali pengalaman yang direpresi.

Kata kunci: *talking cure*; konflik psikologis tokoh; psikoanalisis; Sigmund Freud; *Mungkin yang Ia Simpan Adalah Petasan*

PENDAHULUAN

Manusia sebagai makhluk sosial yang kompleks mengalami berbagai interaksi sosial dari individu satu dengan yang lain. Jalinan interaksi tersebut dapat menjadi baik atau buruk, melahirkan berbagai kejadian yang nantinya akan terekam oleh memori. Setiap memori yang tersimpan menemani sepanjang perjalanan manusia, memengaruhi kehidupan mereka. Jika pengalaman itu baik, rekaman yang terulang akan terasa berkesan karena zat dopamin aktif sebagai tanda seseorang sedang merasakan kebahagiaan. Berbanding terbalik dengan pengalaman buruk, membuat seseorang mengingat bahkan merasakan kembali peristiwa yang menyakitkan.

Pengalaman buruk yang terjadi dapat menjadi trauma bagi seseorang. Trauma adalah sebuah respons yang mendalam bagi seseorang terhadap peristiwa buruk, menyakitkan, atau menakutkan (Ramadhanti, 2022). Respons tersebut dapat muncul secara emosional maupun fisik. Sebagai contoh, seorang anak yang hidup dalam keluarga yang kurang harmonis sering mendapati kedua orang tuanya sedang bertengkar menggunakan nada tinggi sebagai pelampiasan amarah. Penglihatan sekaligus pendengaran berulang yang dialami anak akan terekam dalam memori, dapat menjadi salah satu pengalaman traumatis berkepanjangan terhadap kejadian serupa walau pelaku bukan lagi kedua orang tuanya. Rangsangan yang dimiliki akan membangkitkan kembali ingatan dan rasa sakit, membuatnya merasakan emosi dan ketakutan yang kuat secara mendadak. Trauma tidak hanya menghantui seseorang dari ingatan menyakitkan di masa lalu, tetapi juga memengaruhi kehidupan mereka. Trauma yang tidak segera ditangani dengan baik akan selalu terbawa hingga seseorang dewasa, walau peristiwa menyakitkan terjadi pada masa kanak-kanak (Fadillah, 2010).

Seseorang seringkali salah dalam merawat luka batin dengan berusaha menyembunyikan apa yang sedang dirasa sebagai bentuk perlindungan dari kritik maupun rasa sakit penolakan atas apa yang ia sampaikan. Apabila seseorang mampu mengungkapkan hal-hal yang selama ini disimpan, menyakitkan, atau dianggap memalukan, proses tersebut dapat menjadi bagian dari pemulihan. Pengungkapan membantu seseorang memperoleh kembali kemampuan untuk menjalani kehidupan secara lebih normal serta meningkatkan kapasitasnya dalam memahami dan merefleksikan kehidupannya (Corcoran, 2018). Sayangnya, tidak setiap individu memiliki hak istimewa atas manusia dan lingkungan yang mendukung, sehingga konflik batin yang dirasakan tidak tersampaikan dan tertangani dengan baik. Kondisi kesulitan mengungkapkan pengalaman dan persoalan dalam diri dipandang sebagai bentuk gangguan psikologis hingga berpotensi menjadi gejala.

Sastra sebagai salah satu seni yang menghibur, hidup berdampingan dengan manusia. Karya sastra memuat rekaan sebagai media untuk menyampaikan pikiran, perasaan, dan keindahan. Namun, di samping itu karya sastra bukan hanya sekadar karangan indah, tetapi juga merepresentasikan kehidupan masyarakat melalui bahasa sebagai alatnya. Berbagai jenis karya sastra seperti prosa (novel dan cerita pendek), puisi, dan drama dijadikan wadah untuk menuangkan hasil rekaman pengalaman manusia, termasuk konflik batin dan tekanan psikologis.

Dalam penulisan karya sastra, trauma dimaknai sebagai wujud pengalaman emosional yang menyakitkan bagi tokoh sehingga sulit diungkapkan jika ditangkap oleh akal sehat maupun disampaikan melalui bahasa yang eksplisit (Juidah et al. dalam Serli Rosida & Ahmad Ilzamul Hikam, 2025).

Kondisi psikologi tokoh dalam karya sastra dapat dilihat melalui tindakan, pikiran, dialog, perilaku, serta pengalaman yang ditampilkan. Penglihatan kondisi tersebut kemudian dapat dianalisis menggunakan pendekatan psikologi sastra. Psikologi sastra merupakan salah satu pendekatan dalam penelitian sastra yang berfokus pada aspek kejiwaan manusia. Pendekatan ini mengkaji karya sastra dengan memanfaatkan konsep-konsep psikologi yang relevan untuk memahami kondisi psikologis yang terdapat dalam karya (Ratna dalam Septriani & Mulyasih, 2022). Pembaca dapat memahami lebih dalam mengenai pengalaman traumatis tokoh pada masa lalu, dorongan-dorongan yang berada di alam bawah sadar, serta perkembangan kondisi psikologis yang berlangsung selama cerita. Psikologi sastra menawarkan cara membaca yang bersifat interpretatif dan analitis, bukan hanya deskriptif. Pendekatan ini membantu memandang tokoh tidak semata-mata sebagai unsur fiksi, tetapi juga sebagai representasi kompleksitas kehidupan psikologis manusia (Serli Rosida & Ahmad Ilzamul Hikam, 2025).

Sasti Gotama, penulis buku kumpulan cerpen *Akhir Sang Gajah di Bukit Kupu-kupu* menghadirkan dua puluh ragam cerita pendek mengenai sisi kehidupan manusia. Lebih spesifik, Sasti mengangkat isu kesehatan mental dalam beberapa cerpennya. Cerpen *Mungkin yang Ia Simpan Adalah Petasan* karya Sasti Gotama mengisahkan Angel, seorang ibu yang mengalami berbagai keluhan fisik terutama sakit kepala hebat yang tidak kunjung teratasi. Dalam pertemuannya dengan seorang dokter, Angel diberi ruang untuk berbicara mengenai kehidupannya. Seiring berjalannya sesi, terungkap bahwa Angel adalah seorang ibu yang tertekan dan memiliki trauma masa kecil karena tidak diizinkan untuk mengeluarkan emosi yang sedang ia rasakan. Trauma tersebut semakin memburuk ketika suaminya juga berbuat demikian pada Angel. Ia menceritakan rasa bersalahnya, terutama terkait hubungannya dengan putranya Bri. Cerpen ini mengungkap pengalaman masa lalu, tekanan emosional, serta konflik dengan keluarga yang selama ini dipendam.

Menggunakan kacamata psikologi sastra dengan pendekatan psikoanalisis, cerpen ini dapat dibaca melalui metode *talking cure*. Menurut Atterton, *talking cure* merupakan metode terapeutik yang dilakukan dengan membantu pasien mengungkapkan dan membicarakan pengalaman masa lalunya. *Talking cure* menekankan proses dialog antara pasien dan terapis sebagai bagian penting dalam memahami serta menangani persoalan psikologis yang dialami pasien. Metode ini dikemukakan oleh Sigmund Freud dan Joseph Breuer pada era awal psikoanalisis, yang kemudian berkembang menjadi metode *free association* (Fadillah, 2010). Pada dasarnya, *talking cure* menjadi salah satu metode terapi bicara pertama yang memberikan kesempatan kepada pasien untuk menceritakan setiap peristiwa dalam hidupnya (Yulianti et al., 2024).

Ketika emosi ditekan atau disamarkan dalam wilayah "bawah sadar" atau "ketidaksadaran", ia membutuhkan proses untuk dibawa ke kesadaran masa kini dari hal-hal yang seolah-olah telah "dilupakan". Akan tetapi, menurut Freud hal tersebut sebenarnya sedang direpresi, disembunyikan, atau dialihkan serta diproyeksikan secara keliru dalam pikiran, perilaku, dan "gejala" (Corcoran, 2018). Cerpen *Mungkin yang Ia Simpan Adalah Petasan* karya Sasti Gotama

secara eksplisit menggambarkan persoalan emosi yang dipendam, proses tokoh mulai berbicara mengenai pengalaman masa lalu, serta perubahan kondisi psikologis setelah melakukan pengungkapan. Penelitian ini membahas bentuk konflik psikologis tokoh Angel dan penggunaan konsep *talking cure* melalui proses pengungkapan konflik tersebut dalam cerpen.

Isu ini penting diteliti karena pengalaman traumatis dan konflik psikologis yang tidak diungkapkan dapat memengaruhi kondisi psikologis seseorang serta kehidupan sosialnya. Melalui kajian terhadap tokoh Angel yang tidak mempunyai tempat untuk menyalurkan emosinya, penelitian ini dapat menunjukkan bagaimana pengalaman menyakitkan di masa lalu yang dipendam dapat muncul dalam bentuk konflik batin maupun gejala tertentu, serta bagaimana proses berbicara atau mengungkapkan pengalaman tersebut berperan dalam memahami kondisi psikologis tokoh. Penelitian ini memperluas penerapan psikologi sastra dan psikoanalisis, khususnya metode *talking cure* dalam memahami representasi trauma serta proses pengungkapan diri dalam karya sastra. Sementara itu, penelitian ini dapat memberikan pemahaman bagi masyarakat bahwa pengalaman emosional yang dipendam membutuhkan ruang yang aman untuk diungkapkan dan didengarkan, sehingga pentingnya komunikasi dan perhatian terhadap kondisi psikologis seseorang dapat lebih disadari.

Penelitian mengenai psikologi tokoh dalam karya sastra telah dilakukan dengan berbagai pendekatan. Penelitian berjudul *An Analysis of Talking Cure Method by Hannibal Lecter in Healing Clarice Starling's Trauma* (Fadillah, 2010) memiliki relevansi paling dekat dengan penelitian ini karena sama-sama membahas metode *talking cure* dalam menangani kondisi psikologis tokoh. Namun, penelitian tersebut berfokus pada penggunaan *talking cure* oleh tokoh Hannibal Lecter dalam membantu penyembuhan trauma Clarice Starling dan perbedaan antara *talking cure* yang dilakukan Lecter dengan psikiater dalam kehidupan nyata. Ditemukan hasil bahwa Lecter memodifikasi melalui cara *quid pro quo*, penggunaan obat dan proses *hipnosism* serta terapi kejut. Sementara itu, penelitian yang berjudul *Analisis Konflik Psikologis Tokoh Lathifah dalam Novel Cincin Kalabendu Karya Liza Samchah* (Rofiq & Naima, 2023) membahas konflik psikologis tokoh serta usaha penyelesaian konflik, tetapi tidak berfokus pada proses pengungkapan konflik tersebut melalui metode *talking cure* melainkan dimensi fisiologis, dimensi sosiologis, dan dimensi psikologis. Selanjutnya, penelitian yang berjudul *Analisis Psikologis Tokoh Utama dalam Novel Ancika Karya Pidi Baiq sebagai Alternatif Bahan Ajar Novel* (Wachyudin et al., 2025) juga mengkaji aspek psikologis tokoh menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud tetapi berfokus pada tiga struktur kepribadian id, ego, dan superego. Pembahasan diarahkan pada kondisi psikologis tokoh utama dan pemanfaatannya sebagai bahan ajar.

Berdasarkan penelitian terdahulu tersebut, belum ditemukan penelitian yang secara khusus mengkaji metode *talking cure* sebagai proses pengungkapan konflik psikologis tokoh dalam cerpen *Mungkin yang Ia Simpan adalah Petasan* karya Sasti Gotama. Kebaruan penelitian terletak pada fokus terhadap proses *talking cure* yang dilakukan melalui interaksi antara tokoh dengan psikolog atau dokter untuk mengungkap konflik psikologis yang dialami tokoh. Penelitian menyoroti proses berbicara sebagai jalan pengungkapan konflik psikologis, bukan sekadar mengidentifikasi kondisi psikologis tokoh. Penelitian ini diharapkan dapat menunjukkan bagaimana proses percakapan tersebut melalui metode *talking cure* berperan dalam mengungkap kondisi psikologis tokoh

berdasarkan perspektif psikoanalisis Sigmund Freud.

LANDASAN TEORI

Penelitian ini menerapkan teori psikoanalisis Sigmund Freud, khususnya metode *talking cure* dalam mengungkap konflik psikologis tokoh dalam cerpen. Teori psikoanalisis dipilih karena metode *talking cure* merupakan bagian dari studi psikoanalisis. Psikoanalisis merupakan teori sekaligus metode yang dikembangkan oleh Sigmund Freud, seorang psikiater asal Wina pada akhir abad ke-19 hingga awal abad ke-20 untuk memahami kehidupan psikis manusia (Utomo, 2016). Teori ini memandang bahwa perilaku seseorang tidak semata-mata dipengaruhi oleh aspek yang disadari, tetapi juga oleh dorongan, ingatan, dan konflik yang tersimpan dalam alam bawah sadar. Psikoanalisis berusaha mengungkap hal yang tersembunyi tersebut melalui penelusuran gejala, pengalaman, pikiran, dan konflik yang dialami individu.

Sigmund Freud memandang bahwa siapa kita hari ini adalah bagaimana masa lalu dan dorongan internal memengaruhi. Pengalaman yang terjadi pada masa lalu, khususnya pada periode kanak-kanak turut berperan dalam membentuk kepribadian serta memengaruhi respons emosional individu pada tahap kehidupan berikutnya (Nurjanah et al., 2026). Sigmund Freud memulai aliran psikoanalisis dalam bidang ilmu psikologi melalui pemikirannya mengenai kehidupan manusia. Freud membagi tiga tingkatan pikiran manusia menjadi kesadaran (*conscious*), prasadar (*preconscious*), dan ketidaksadaran (*unconscious*). Konsep tersebut memercayai adanya alam bawah sadar yang menjadi kemudi bagi sebagian besar perilaku manusia.

Dalam metafora gunung es (*iceberg metaphor*), kesadaran (*conscious*) digambarkan sebagai bagian kecil dari gunung es yang tampak di atas permukaan laut. Bagian tersebut merepresentasikan sebagian kecil dari keseluruhan pikiran manusia. Adapun prasadar (*preconscious*) digambarkan sebagai bagian gunung es yang berada di bawah permukaan air tetapi masih dapat terlihat secara samar. Hal ini menunjukkan bahwa isi prasadar (*preconscious*) masih memungkinkan untuk dibawa ke dalam kesadaran melalui upaya tertentu. Sementara itu, ketidaksadaran (*unconscious*) merupakan bagian gunung es yang berada paling dalam dan tidak terlihat dari permukaan, sekaligus mencakup bagian terbesar dari keseluruhan kehidupan psikis manusia. Penekanan terhadap peran ketidaksadaran (*unconscious*) dalam menjelaskan perilaku manusia menjadi salah satu ciri penting pemikiran Freud serta memberikan kontribusi terhadap perkembangan psikologi pada masa ketika kajian mengenai kesadaran masih mendominasi (Hall dalam Utomo, 2016).

Selanjutnya, Freud mengembangkan tiga model struktur kepribadian yang lebih terstruktur dan menggambarkan ide aslinya tentang proses sadar dan tidak sadar. Tiga komponen tersebut meliputi id, ego, dan superego. Id merupakan bagian paling dasar dalam struktur kepribadian yang menjadi sumber berbagai dorongan dan keinginan manusia. Id beroperasi berdasarkan prinsip kesenangan (*pleasure principle*), yaitu berusaha memperoleh kepuasan dan menghindari rasa tidak menyenangkan. Oleh karena itu, dorongan yang muncul dari id cenderung menuntut pemenuhan secara segera tanpa mempertimbangkan konsekuensi dari pemenuhannya (Aprilianti et al., 2025). Ego berperan dalam mengatur dan mengendalikan dorongan yang berasal dari id dengan mempertimbangkan kondisi nyata serta norma yang berlaku di lingkungan sosial. Ego membantu

individu memenuhi kebutuhannya melalui cara yang dapat diterima secara sosial. Superego merupakan bagian kepribadian yang berkaitan dengan nilai moral, norma, dan prinsip yang menjadi pedoman individu dalam menentukan sikap serta perilakunya (*reality principle*). Superego juga berfungsi sebagai pengendali moral terhadap dorongan yang muncul dalam diri individu (Yulianti et al., 2024).

Alam bawah sadar merupakan bagian dari kehidupan psikis yang menyimpan berbagai ingatan, keinginan, insting, serta pengalaman traumatis yang ditekan dan secara tidak disadari dapat memengaruhi ucapan, pola pikir, emosi, dan perilaku seseorang. Seseorang mungkin menyadari tindakan yang dilakukannya, tetapi belum tentu memahami proses mental yang menjadi dasar munculnya tindakan tersebut. Sebagai contoh, seseorang dapat merasa sangat tidak nyaman ketika berada di tempat tertentu, tetapi tidak mengetahui bahwa perasaan tersebut berkaitan dengan pengalaman masa lalu yang telah lama dilupakannya. Menurut Freud, keberadaan alam bawah sadar tidak dapat diketahui secara langsung, melainkan dapat dipahami melalui berbagai gejala atau manifestasi yang muncul dalam kehidupan sadar. Alam bawah sadar berperan dalam menjelaskan berbagai perilaku atau pengalaman mental yang tidak sepenuhnya dapat diterangkan oleh kesadaran individu (Aprilianti et al., 2025).

Freud berpendapat bahwa sebagian besar dorongan manusia bersumber dari alam bawah sadar (*unconscious*). Di dalamnya terdapat pengalaman atau ingatan yang menyakitkan dan ditekan secara tidak sadar (*repressed memories*), fantasi, serta keinginan yang belum terpenuhi (*unfulfilled wishes*). Meskipun berada di luar kesadaran, berbagai hal tersebut tetap dapat memengaruhi kehidupan psikis individu. Ketika seseorang semakin tidak mampu mengenali atau justru menekan proses-proses yang berlangsung dalam alam bawah sadarnya, kemungkinan munculnya perilaku yang sulit dijelaskan melalui kesadaran individu menjadi semakin besar (Miller dalam Utomo, 2016). Oleh karena itu, psikoterapi dalam pandangan Freud diarahkan untuk membantu individu membawa proses-proses yang sebelumnya tidak disadari ke dalam kesadaran, sehingga individu dapat memahami bagian-bagian pengalaman psikis yang sebelumnya tidak dapat dijelaskan secara sadar.

Dalam penelitian sastra, pendekatan psikoanalisis dapat digunakan untuk memahami kondisi kejiwaan tokoh melalui perilaku, dialog, pikiran, maupun konflik yang ditampilkan dalam karya sastra. Pada tahun 1895, Freud dan Breuer menerbitkan karya berjudul *Studies on Hysteria* yang membahas penerapan terapi melalui komunikasi dalam penanganan gejala histeria (Muhibbu, 1963). Mereka membahas salah satu metode dalam pendekatan psikoanalisis yang disebut *talking cure*. Metode *talking cure* tercipta ketika Freud masih menjalani pendidikan kedokterannya dan bersahabat dengan seorang dokter terkemuka di Wina Bernama Joseph Brueur saat menangani pasien histeria bernama Anna O.

Breur memperkenalkan metode “katarsis”, suatu teknik untuk meredakan gejala histeria dengan cara membicarakan pengalaman yang berkaitan dengan gejala tersebut. Dalam penerapannya, Breuer meminta pasien mengungkapkan secara mendalam mengenai gejala yang dialami serta peristiwa yang menjadi awal kemunculannya. Melalui teknik hipnosis, Breuer menemukan bahwa gejala histeria yang dialami Anna berkaitan dengan proses emosional yang tersembunyi. Kondisi tersebut berakar pada pengalaman traumatis di masa lalu, termasuk pengalaman yang terjadi pada masa kanak-kanak. Menurut Breuer, emosi yang tidak tersalurkan

akan mengalami penekanan dan kemudian muncul dalam bentuk gejala. Hipnosis memberikan kesempatan bagi Anna untuk mengungkapkan dan melepaskan emosi yang selama ini terpendam. Anna kemudian menyebut proses terapi tersebut sebagai *talking cure* atau *chimney sweeping* (Heller dalam Fadillah, 2010).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif, berkaitan dengan analisis data berupa kata-kata. Menurut Bogdan dan Taylor dalam Moleong, penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata, baik secara lisan maupun tertulis serta perilaku yang dapat diamati dari subjek penelitian (Safrudin et al., 2023). Penyajian data secara deskriptif menghasilkan paparan yang bertujuan untuk memberikan gambaran cerpen *Mungkin yang Ia Simpan Adalah Petasan* karya Sasti Gotama melalui konsep *talking cure*. Analisis berisi bagaimana kaitan antara gejala yang diderita tokoh Angel dengan proses pengungkapan konflik psikologis melalui metode *talking cure*. Sumber data pada penelitian ini yaitu cerpen *Mungkin yang Ia Simpan Adalah Petasan* karya Sasti Gotama. Adapun data pada penelitian ini diperoleh dari narasi dan dialog yang ditulis, berbentuk kutipan kalimat dalam cerpen yang berkaitan dengan proses pengungkapan konflik psikologis tokoh Angel oleh dokter. Sedangkan data sekunder berasal dari berbagai sumber relevan sebagai pendukung penelitian, seperti buku dan artikel ilmiah yang memiliki kaitan dengan konsep *talking cure*, pendekatan terapeutik yang melibatkan kegiatan membicarakan atau mengungkapkan emosi yang ditekan.

Analisis data dilakukan melalui beberapa tahap. Tahap pertama peneliti mengidentifikasi data berupa dialog, narasi, dan tindakan tokoh yang berkaitan dan relevan dengan kondisi psikologis serta proses *talking cure*. Kutipan data menampilkan proses percakapan dokter dengan tokoh yang bertujuan untuk mengungkap konflik psikologis yang diderita. Kedua, data yang telah ditemukan kemudian diklasifikasi berdasarkan konsep psikoanalisis Sigmund Freud yang relevan. Peneliti akan menyajikan data dari hasil pengelompokkan tersebut. Ketiga, data dianalisis untuk mengetahui bentuk dan proses *talking cure* dalam mengungkap konflik psikologis tokoh. Keempat, hasil analisis diinterpretasikan berdasarkan teori yang digunakan. Data disajikan dalam bentuk deskriptif naratif, analisis dari penelitian ini menunjukkan hubungan antara teks dan konsep *talking cure*.

Pada penelitian ini pengumpulan data dilakukan dengan teknik baca dan catat, yaitu menelaah sumber penelitian secara cermat dan mencatat bagian-bagian yang sesuai dengan kebutuhan analisis (Hanifa & Sugiarti, 2022). Pembacaan dilakukan secara berulang atau *close reading* untuk memperoleh pemahaman yang menyeluruh terhadap isi dan makna dalam teks. Menurut Janicke dkk. dalam Nugraha & Suyitno, *close reading* merupakan metode pembacaan dan penafsiran teks secara mendalam dengan berfokus pada tema tertentu serta menganalisis perkembangan makna yang terdapat dalam teks (Ardianto et al., 2026).

PEMBAHASAN

A. Kisah Cerpen *Mungkin yang Ia Simpan Adalah Petasan*

Cerpen *Mungkin yang Ia Simpan Adalah Petasan* karya Sasti Gotama mengisahkan seorang ibu setengah baya bernama Angel yang mengalami berbagai keluhan fisik hebat seperti sakit perut, sesak napas, dan sakit kepala hingga menganggu kehidupan sehari-harinya. Gejala

tersebut sudah dibawa Angel ke beberapa dokter terbaik sekalipun, hingga ia mengomsumsi berbagai macam obat tetapi tidak ada satupun usaha tersebut menghilangkan keluhan yang ia derita. Angel kemudian berobat ke salah satu dokter terpencil yang jauh dari hiruk piruknya perkotaan atas rekomendasi sepupunya. Di sana, dokter dapat melihat bahwa keluhan fisik yang dialami oleh Angel bukan semata-mata terjadi karena hal medis, namun adanya konflik psikologis yang selama ini direpresi. Dokter kemudian membantu dengan menggali ingatan-ingatan Angel mengenai emosi yang selama ini terpendam di dalam dirinya. Terungkap bahwa Angel memiliki pengalaman traumatis di masa lalu terhadap ibunya, memiliki suami yang kurang mendukung, lelah mengurus anaknya yang istimewa, serta tidak adanya kerabat atau teman dekat. Kondisi tersebut membuat Angel kehilangan wadah untuk mengungkapkan segala emosi yang selama ini dirasakan, sehingga hasil represi tersebut berubah menjadi sebuah gejala fisik yang sekarang ia alami.

Sasti Gotama dikenal sebagai penulis, editor, dan penerjemah Indonesia. Ia mulai aktif menulis cerpen sekitar 2019 dan menjadikan aktivitas menulis sebagai sarana katarsis sekaligus ruang untuk mengolah berbagai kegelisahan dan pengalaman. Kumpulan cerpennya *Mengapa Tuhan Menciptakan Kucing Hitam?* (2020) mendapat perhatian dalam dunia sastra, antara lain masuk dalam rekomendasi Tempo 2020 dan menjadi nomine Penghargaan Sastra Badan Bahasa 2021. Ia kemudian menerbitkan *B: Kumpulan Cerita* (2022) dan *Akhir Sang Gajah di Bukit Kupu-Kupu*, yang mengantarkannya meraih penghargaan Kusala Sastra Khatulistiwa 2025 kategori cerpen. Karya-karya Sasti banyak mengeksplorasi persoalan kemanusiaan, pengalaman batin, serta isu perempuan dan gender, sehingga cerpen-cerpennya kerap menghadirkan tokoh dan konflik dengan dimensi psikologis yang kuat.

B. Konflik Psikologis dan Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Angel

Hal pertama yang dapat dilihat bahwa adanya konflik psikologis pada tokoh Angel adalah sikapnya saat ia sampai di tempat praktik dokter. Di sana ditunjukkan bahwa Angel datang lebih awal, namun ia meminta kepada perawat agar daftar gilirannya berkonsultasi diletakkan pada baris paling akhir. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> Perawat mengatakan ia datang pukul 08.00, tetapi meminta untuk bertemu denganku belakangan.
> (hlm. 85)

Sikap tersebut tidak normal karena manusia pada dasarnya membenci ketidakadilan dan ingin agar segala urusannya cepat terselesaikan. Berbeda dengan Angel yang tidak lagi memiliki hasrat atau keinginan tersebut karena ditekan dalam lapisan ketidaksadaran. Sikap tersebut juga menunjukkan adanya rasa keputusasaan karena usaha berobat yang selama ini dilakukan tidak ada hasilnya. Rasa keputusasaan tersebut juga didukung dalam kutipan lain sebagai berikut.

> “Saya sudah minum berbagai macam obat yang diresepkan dokter. Beberapa membuat saya mual, yang lainnya membuat saya tidur lama dan membuat saya tak terbangun lagi. Saya ingin ini berakhir.”

(hlm. 87)

Seperti apa yang sudah disampaikan oleh Freud dalam pemikirannya, bahwa perilaku kita dapat dipengaruhi oleh pengalaman yang terjadi pada masa kanak-kanak walaupun kita sudah dewasa. Petunjuk lain adanya konlik psikologis pada Angel ditunjukkan dengan sikap sopannya yang berlebihan saat ia pertama kali bertemu dokter. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> Yang berbeda adalah gerak-geriknya yang ragu dan kata-katanya yang kelewat sopan. Ia meminta maaf untuk setiap tindakan saat masuk ruangan, saat akan duduk, ...
> (hlm. 85)

Ada sesuatu yang tersimpan di dalam diri Angel berkenaan dengan pengalaman traumatis yang ia alami, ingatan tersebut terbawa di lapisan ketidaksadaran dan secara tidak sadar pula akan otomatis dikeluarkan melalui perilaku yang tercermin. Gerak-gerik kesopanan Angel yang berlebihan dapat dipengaruhi oleh pengalaman traumatis yang membuatnya takut melakukan kesalahan sehingga ia sangat berhati-hati melalui sikap yang ditunjukkan.

Dalam proses terapi, tokoh Angel menunjukkan mekanisme pertahanan diri (*defense mechanism*), suatu respons psikologis yang berlangsung secara tidak sadar untuk melindungi individu dari kecemasan, ancaman terhadap harga diri, serta berbagai hal yang sulit diterima, dipikirkan, atau dihadapi (Muthmainah et al., 2025). Bentuk mekanisme pertahanan Angel yakni *denial*, merupakan mekanisme pertahanan diri ketika ego menolak atau mengabaikan pengalaman yang tidak menyenangkan dengan tidak mengakui maupun menerima kenyataan yang sedang terjadi (Muthmainah et al., 2025). Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> … dan saat akan memulai perbincangan-dan menyisipkan kata-kata yang menunjukkan keraguan, seperti mungkin, bisa jadi, dan sepertinya.
> (hlm. 85)

Dalam proses terapi yang ia lakukan dengan dokter, pembicaraan Angel mengenai diri dan konflik psikologis yang diderita penuh dengan ketidakyakinan bahwa ia memang merasakan emosi tersebut. Hal tersebut menunjukkan adanya penyangkalan sebagai mekanisme pertahanan yang secara tidak sadar terbentuk dalam dirinya. Ketika pengalaman traumatis yang dialami mengendap menjadi ingatan dan emosi yang tidak memiliki wadah untuk dikeluarkan, ego akan menjadi penghalang utama agar emosi tersebut tetap tertahan dan tidak memasuki alam sadar sepenuhnya.

Pada kutipan lain, saat Angel membeberkan alasan mengapa ia memutuskan untuk berobat ke dokter, terdapat sedikit keberhasilan emosi yang tertahan dalam ketidaksadaran mulai memasuki alam sadar. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> “Mungkin itu karena mereka, para dokter spesialis itu, lebih percaya fakta medis, daripada cerita saya. Mereka tak mendengar saya. Kata sepupu jauh saya, Dokter mungkin bisa memahami dan menolong saya.”
> (hlm. 86)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keinginan Angel yang berada di alam bawah sadar mulai berjalan ke kesadaran, karena menunjukkan kesadarannya untuk berusaha sembuh dengan mencari pertolongan dan membutuhkan tempat untuk mengungkapkan segala hal yang sampai sekarang menyakitkan baginya. Akan tetapi, sama seperti ibu dan suaminya, sayangnya ia tidak mendapatkan "telinga" itu lagi.

C. Metode *Talking Cure* dalam Cerpen

Metode dimulai dengan ketersediaan dokter dalam menyiapkan dirinya untuk membantu Angel. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> Aku mendorong kursiku ke belakang, menyandarkan punggung, dan menyiagakan telinga.
> (hlm. 86)

Seperti sesi konsultasi pada umumnya, terapi dimulai dengan Angel memperkenalkan diri dan menceritakan keluhan fisik yang ia derita. Angel menderita berbagai keluhan fisik aneh yang berbeda-beda dan berulang. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> "Saya menderita keluhan aneh berulang-ulang, awalnya sakit perut yang parah sehingga membuat saya menggelepar-gelepar di dipan, kemudian sesak napas seolah-olah ada kodok besar yang menyumbat tenggorokan saya, lalu akhir-akhir ini sakit kepala hebat yang membuat saya susah tidur."
> (hlm. 86)

Saat Angel menceritakan keluhan fisik yang ia derita, selain mendengarkan, dokter juga mengamati gerak-geriknya. Terlihat bahwa jari-jari Angel bergetar halus yang menunjukkan adanya rasa cemas. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> Bisa kulihat geletar halus di jari-jari Angel yang termanikur yang tengah memegang dompet lebar berwarna ungu gentian yang terbuat dari kulit ular.
> (hlm. 86)

Angel melakukan resistensi saat ia mulai terbuka menceritakan rasa keputusasaannya dan keinginannya untuk segera keluar dari derita penyakit yang ia rasakan. Resistensi merupakan berbagai bentuk upaya yang dilakukan pasien untuk menghalangi munculnya materi atau pengalaman yang berada di alam bawah sadar ke dalam kesadaran (Wahidah, 2017). Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> "Bukan berarti saya tak bahagia. Hidup saya baik-baik saja. Hanya saja, saya bosan dengan penyakit ini. Kata dokter saraf, tak ada yang salah dengan tubuh saya. Ia pikir saya mengada-ada. Begitu pula menurut suami saya. Namun, saya tahu, ada yang salah dengan tubuh saya."
> (hlm. 87)

Memang benar bahwa Angel menyadari gejala fisik yang diderita. Terdapat usaha untuk

mencari kesembuhan atas keluhan fisik yang diderita. Hal tersebut ditampilkan pada beberapa kutipan berikut.

> Ia menyodorkan satu map besar dengan logo rumah sakit besar tengah kota yang berisi foto CT-scan beserta hasil laborat.
> (hlm. 85)

> "Saya sudah berkeliling dari satu dokter ke dokter lain, semua tanpa hasil."
> (hlm. 86)

Akan tetapi, Angel tidak sepenuhnya menyadari bahwa gejala fisik tersebut tidak dengan sendirinya datang. Gejala muncul akibat emosi yang direpresi dalam lapisan ketidaksadaran. Resepsi adalah salah satu upaya ego menghambat ingatan yang mengganggu atau pikiran yang mengancam agar tidak sepenuhnya masuk ke dalam kesadaran, dengan menekannya kembali ke alam bawah sadar (Muthmainah et al., 2025). Ketika emosi tersebut terus ditekan dalam alam bawah sadar, ia akan menjelma menjadi perilaku hingga gejala fisik seperti yang diderita oleh Angel.

Hal yang penting bagi konselor adalah mengidentifikasi dan menembus mekanisme pertahanan diri klien agar dapat diamati, kemudian dianalisis dan ditafsirkan sehingga klien mampu memahami alasan munculnya resistensi tersebut (Wahidah, 2017). Terapis perlu menunjukkan sikap empatik dan perhatian kepada pasien selama proses terapi. Oleh karena itu, di sini dokter berusaha menembus pertahanan diri Angel dengan memahami dan menaruh kepercayaan padanya atas segala yang diungkapkan. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> "Saya paham. Saya percaya kamu, Angel. Ambang nyeri tiap orang memang berbeda. Seperti lambung juga. Ada yang tahan dengan satu kilo cabai sekali makan, ada yang baru makan ujungnya saja sudah mual dan muntah-muntah."
> (hlm. 87)

Dalam artikel Ana-Maria Rizzuto yang berjudul *The Talking Cure and the Analyst's Intentions*, dijelaskan bahwa metode *talking cure* berawal dari upaya Breuer dan Freud dalam memahami gejala yang dialami pasien melalui kegiatan mendengarkan serta mendorong pasien untuk menceritakan gejala dan pengalaman tentang dirinya (Fadillah, 2010). Oleh karena itu, dokter kemudian berusaha menembus tembok pertahanan Angel dengan memosisikan dirinya sebagai temannya dan memberikan "telinga" yang selama ini tidak pernah Angel dapatkan. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> "Anggap saya salah satu temanmu, dan kamu bebas berbicara apa saja. Saya sepenuhnya telinga," ucapku sambil menyentil ujung bawah daun telinga kiriku.
> (hlm. 87)

Namun, resistensi lain muncul setelahnya melalui respons spontan setelah mendengar ketersediaan dokter untuk mendengarkannya. Seolah-olah baru kali ini ia merasa benar-benar

didengarkan, sehingga ada keraguan apakah yang ia lakukan merupakan kebenaran. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> Kembali ia tertawa canggung, diam, lalu tersenyum ganjil, seolah-olah merasa semua yang bibirnya lakukan adalah salah dan tak pada tempatnya. “Maaf. Bukan maksud saya menertawakan tawaran Dokter. Tapi, saya tak punya teman. Saya tak tahu, harus bagai …” Kembali ia mengerem kata-katanya mendadak, seolah merasa yang ia katakan barusan adalah pilihan kata yang salah.
> (hlm. 87-88)

Dalam kutipan tersebut juga menunjukkan bahwa Angel tidak mempunyai seorang teman, sehingga percakapan dalam proses mengungkap diri yang dilakukan dengan dokter menjadi sebuah hal baru baginya. Dengan demikian, ia merasa bingung dan penuh keraguan dalam meresponsnya. Melihat itu, dokter memiliki peluang untuk perlahan meruntuhkan pertahanan diri Angel. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> ”Berarti sekarang kamu punya.” Kuharap senyumku dapat menenangkan dirinya yang tampak tidak nyaman.
> (hlm. 88)

Dalam terapi psikoanalisis, hubungan terapeutik menjadi aspek penting yang mencakup interaksi interpersonal dan kerja sama profesional antara terapis dan klien. Terapis perlu membangun suasana yang nyaman, tenang, dan aman agar klien dapat terbuka dalam menyampaikan permasalahan serta alasan menjalani terapi (Wahidah, 2017). Setelah menetapkan bahwa tidak adanya jarak antara seorang terapis dengan pasien, dokter kemudian menerobos lagi dengan memberikan seluruh waktu yang ia miliki padahal waktu praktik sudah berakhir. Dokter memulai pertanyaan dasar bagaimana keseharian dan hubungan keluarga sebagai upaya penggalian diri Angel. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> “Kamu punya seluruh waktuku. Kamu bisa bicara apa saja. Sekarang saya temanmu, bukan? Bagaimana dengan kegiatan sehari-harimu? Kamu bisa ceritakan tentang anak dan atau suamimu.”
> (hlm. 88)

Pertanyaan tersebut mendapatkan respon positif, Angel mulai terbuka dan menceritakan bagaimana keseharian hidup bersama anak dan suaminya. Terungkap bahwa Angel memiliki anak istimewa bernama Bri. Tidak mudah mengurus anak dengan keistimewaan yang membuat perilakunya berbeda daripada anak lain pada umumnya. Kondisi tersebut membuat Angel berpikir bahwa ia adalah ibu yang buruk karena kurang tabah saat mengurus Bri, sesekali ia memarahi dan mencubitnya. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> “Hanya saja, saya memang ibu yang buruk. Sepertinya saya kurang tabah menghadapinya. Mungkin karena rasa sakit kepala yang saya rasakan. Tapi, teriakannya kadang membuat kepala saya seakan meledak. Beberapa kali kata-kata keras terlepas begitu saja dari mulut saya. Tanpa sadar, tangan saya mencubit pahanya. Oh, saya memang ibu yang benar-benar buruk. Betapa tidak beruntungnya ia memiliki ibu

bodoh seperti saya."
(hlm. 88-89)

Akibatnya, perasaan bersalah terus menghantui Angel. Pada hari-hari buruk seperti itu, ia pergi ke tempat pojok ruangan yang gelap dengan memeluk kedua lutut dan menggoyang-goyangkannya seperti pendulum. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> "Pada hari-hari terburuk seperti itu, saya merasa pojok ruangan yang gelap adalah tempat ternyaman. Di pojok gelap itu, saya merasa kembali dalam rahim, rumah pertama saya di dunia, melayang dalam ketuban yang hangat sambil mendengarkan detak jantung yang berdegup teratur. Tak ada yang perlu saya risaukan. Tak satu pun. Tapi, penyiar dalam kepala saya terus saja memaki. Kadang saya benturkan saja kepala ke dinding, atau saya pukuli dengan tangar agar suara itu bergenti mereoki hidup saya."
> (hlm. 89)

Ketika seseorang merasakan sebuah perasaan bersalah yang berlebihan dan tidak segera dikeluarkan, perasaan tersebut akan semakin menghantuinya. Pojok ruangan menjadi tempat Angel mencari pertolongan untuk mengeluarkan perasaan dan mengharapkan ketenangan, namun hal itu malah membuatnya semakin memikirkan perasaan bersalahnya. Tidak adanya seseorang yang memeluk dan mendukungnya, segala emosi yang ia rasakan membuat Angel melampiaskannya dengan cara menyakiti tubuhnya sendiri. Dokter yang saat ini berada di depannya mendengarkan cerita Angel menggantikan posisi pojok ruangan tersebut dengan tempat yang lebih baik, yakni dirinya sendiri sebagai terapis Angel. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> "Saya paham. Menjadi ibu memang tidak mudah, apalagi ibu dari anak istimewa seperti Bri," ucapku sambil mengangsurkan saputangan. Angel tampak kaget melihat saputangan bersulam bunga bakung itu. Ia meraba pipinya, dan tampak terkejut menemukan pipinya basah.
> (hlm. 89)

Ada sesuatu yang janggal di dalam diri Angel setelah ia menceritakan anaknya, dalam kutipan di atas Angel terkejut air matanya keluar membasahi pipinya. Respons tersebut dapat dilihat bahwa Angel selama ini jarang mengeluarkan emosinya, bahkan sekadar untuk menangis yang menjadi pelampiasan dasar saat seseorang sedang merasakan kesedihan. Dalam Atterton, ketika proses *talking cure* berlangsung terapis hanya boleh mengajukan pertanyaan tanpa menyisipkan komentar pribadi dan juga tidak boleh menghakimi pasien (Fadillah, 2010). Mengetahui hal tersebut, dokter pun memberikan pengertian kepada Angel bahwa tidak apa-apa untuk merasa sedih dan membiarkan emosi tersalurkan. Perasaan-perasaan tersebut merupakan bagian yang hadir dalam setiap kehidupan manusia. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> "Wajar kok untuk merasa kecewa, sedih, atau marah. Kamu bukanlah ibu yang buruk hanya karena merasakan hal-hal seperti itu. Biasanya kamu menceritakan perasaanmu kepada siapa? Suami, teman?" sambungku.

(hlm. 90)

Pada kutipan tersebut dokter tidak ingin momentumnya hilang dan langsung melanjutkan pertanyaan mengenai orang-orang yang menjadi tempat untuk Angel menyalurkan emosinya. Angel kemudian menceritakan seseorang yang saat ini paling dekat dengannya, yaitu suaminya. Namun, seperti yang diduga alih-alih mendukung dan menenangkan Angel, suaminya memilih tidak mendengarkan bahkan membandingkan anaknya sendiri dengan ponakannya yang lebih pintar dan menyalahkan Angel atas semuanya. Angel yang sudah dihantui perasaan bersalah sebelumnya terhadap Bri, menjadi lebih tertekan lagi karena seseorang yang diyakini menjadi satu-satunya orang yang dapat dijadikan tempat pulang saat ini malah menghakiminya. Padahal Angel mengorbankan karirnya demi fokus mengurus Bri, itulah yang membuat ia juga tidak memiliki teman untuk berbincang. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> "Ketika saya menceritakan insiden pencubitan itu, suami saya melihat saya seolah-olah saya sesosok monster. Suami saya selalu berkata, saya seharusnya lebih sabar menghadapi Bri. Sering kali ia menceritakan Jati, kemenakannya, yang sudah pintar berhitung dan membaca padahal ia seusia Bri. Sedangkan Bri, jangankan melakukan semua itu, bicara yang ada maknanya saja, ia belum bisa. Suami saya berkata, saya kurang sabar dalam mengajari Bri. Padahal demi mengurus Bri, saya sudah keluar dari pekerjaan saya di perusahaan periklanan. Dunia saya hanya berotasi di sekitar Bri. Teman saya berbincang hanya tinggal sekeranjang pakaian yang harus dijemur atau setumpuk piring-piring kotor atau toilet duduk yang harus dibersihkan."
> (hlm. 90)

Setelah menceritakan semua kesedihan yang ia rasakan, Angel kembali melakukan resistensi dengan mengatakan bahwa ia baik-baik saja dan memuji suami beserta anaknya bahwa merekalah yang terbaik bagi Angel. Selain resistensi, ia juga masih belum sadar dan denial atas permasalahan sakit kepala yang ia derita disebabkan oleh konflik psikologis yang selama ini tidak diungkapkan. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> "Keluarga saya baik-baik saja. Saya sungguh beruntung memiliki mereka. Jadi, saya baik-baik saja. Satu-satunya masalah hanya sakit kepala yang membuat kepala saya ingin meledak. Karena itu saya datang ke sini."
> (hlm. 91)

Dalam *talking cure*, proses terapi berfokus pada penggalian informasi mengenai permasalahan klien serta pencermatan terhadap setiap ungkapan yang disampaikan untuk selanjutnya dianalisis (Wahidah, 2017). Dokter menyadari adanya resistensi yang sedang dilakukan oleh Angel dan terpasangnya pertahanan diri melalui jarak yang dibangun olehnya. Dokter kemudian menerapkan cara lain yaitu dengan menempatkan posisi yang sama dengan Angel, dengan tetap menekankan lagi bahwa ia sekarang adalah teman baginya. Dokter mulai membuka diri pada Angel, menceritakan hubungan dengan ibunya sebagai pancingan untuk menggali lebih jauh lagi mengenai masa lalu Angel. Sebagai upaya memutus kembali jarak antara terapis dan pasien yang dibuat olehnya, sehingga penggalian pada diri Angel dapat

dilakukan lebih jauh. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> Aku mengangguk. "Tentu. Kita akan menuju ke sana. Tapi, saya sekarang, saya adalah temanmu, bukan dokter. Ceritamu mengingatkanku kepada ibuku. Kalau kamu, bagaimana masa kecilmu?"
> (hlm. 91)

Terbukti Angel kembali menjadi rileks setelah mendengar ingatan masa kecil dokter dan mulai menceritakan bagaimana masa kecilnya. Sampailah saat Angel mulai menceritakan tentang ibunya. Terungkap bahwa Angel memiliki pengalaman traumatis yang membawanya menjadi individu sekarang, yaitu menahan segala emosi yang sedang dirasakan. Masa kecil Angel khususnya hubungan dengan ibunya menjadi awal mula represi yang terjadi padanya. Ditunjukkan saat ibunya tidak dapat berlaku adil kepada Angel, dengan lebih memihak adiknya yang terbukti salah. Angel dibiasakan tidak memiliki ruang untuk menyalurkan segala emosinya karena disuruh diam oleh ibunya sehingga emosi itu tertekan di dalam alam bawah sadarnya. Angel juga dilarang menangis, marah, dan merasa kecewa. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> "Tapi, Ma kemudian menjewer telingaku dan menyuruhku diam. Katanya, aku harus menjadi anak perempuan yang baik. Anak baik itu tak boleh marah dan meninggikan suara. Jeweran Ma memang membuat telingaku sakit, tapi lebih sakit hatiku karena Ma lebih membela Azazel yang telah mengotori komikku. Karena itu, aku menangis. Tapi, lagi-lagi, Ma melarangku menangis. Anak baik tak boleh menangis. Jadi, aku pun diam."
> (hlm. 92)

Setiap kejadian yang membuatnya sakit hati, Angel tidak diperkenankan untuk mengeluarkan perasaan tersebut. Kondisi tersebut mengakibatkan Angel mengalami konflik psikologis, berakibat munculnya gejala sebagai jalan lain untuk wadah dari represi yang dialami. Angel juga tumbuh menjadi anak yang kurang diapresiasi, sedari kecil ia tidak memiliki dukungan yang cukup dari ibunya. Kondisi tersebut membuat Angel merasakan perasaan bersalah yang berlebihan setiap melakukan kesalahan karena ia takut akan dihakimi seperti yang dilakukan ibunya. Tidak adanya dukungan emosional dari keluarga maupun kerabat dekat membuat Angel tidak memiliki siapapun untuk berbagi sehingga menahan perasaanya. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> "Aku tak lagi menangis, marah, atau kecewa sejak itu. Aku ingin jadi anak baik agar Ma melihatku. Tapi, Ma tak pernah melihatku. Di situ tertera aku ranking satu. Ma membetulkan kacamatanya yang melorot, lalu melirik angka-angka di sana. Dan, dia berkata, kenapa nilai bahasa Indonesiaku delapan? Seharusnya, jika aku benar-benar niat belajar, nilainya bisa sepuluh seperti nilai Matematika. Mendengar itu, aku ingin menangis. Tapi, aku ingat pesan Ma. Anak baik tidak menangis, tidak marah, tidak kecewa."
> (hlm. 92)

Angel bukan berarti tidak memiliki emosi, melainkan mengalami kesulitan dalam

mengungkapkan perasaan yang dialaminya. Keterbatasan tersebut membuatnya kesulitan menyampaikan kondisi emosionalnya. Melalui metode *talking cure* yang dilakukan oleh dokter dapat membantu Angel meringankan gejala yang dialami dengan cara mengungkapkan pengalaman dan konflik psikologis yang selama ini ditekan atau berada di alam bawah sadar melalui proses berbicara. Hal tersebut ditampilkan pada kutipan berikut.

> "Saya hanya memiliki satu masalah. Sakit kepala saya. Tapi, anehnya, rasa-rasanya sekarang setingkat lebih ringan. Dalam skala sepuluh, jika tadi level sebelas, bisa dikatakan sekarang di level lima."
> (hlm. 93)

Seperti analisis dokter, terdapat bungker yang dibangun oleh Angel di dalam dirinya yang disebabkan ibunya untuk menyimpan semua emosi dan perasaannya. Ditambah suaminya yang memaksanya untuk meredam seluruh emosinya dalam bungker yang sama. Sasti merepresentasikan emosi Angel yang terpendam melalui metafora petasan. Emosi yang tersimpan di dalam bungker tersebut kemudian meledak mejadi gejala-gejala fisik yang tak tertahankan. Ibunya mungkin menginginkan Angel tumbuh menjadi anak yang baik dan kuat, tetapi caranya salah. Dengan melarang Angel menangis dan meluapkan emosinya, ia seperti memaksa luka untuk tetap tertutup tanpa pernah dibersihkan. Dari luar mungkin terlihat baik-baik saja, tetapi luka yang tidak ditangani tetap tersimpan dan berpotensi menimbulkan masalah. Angel membutuhkan pelukan, serta tempat untuk menyalurkan dan membiarkan petasan tersebut agar meledak dengan indah di langit.

Pengungkapan emosi memiliki peran penting dalam kehidupan. Melalui pengungkapan tersebut, individu dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pikiran dan perasaannya, sehingga mampu menghindari, menghadapi, atau mengantisipasi situasi yang berpotensi menimbulkan konflik psikologis. Setiap orang memiliki pengalaman dan kemampuan yang berbeda dalam menghadapi tekanan. Dukungan keluarga dan kekuatan pribadi juga dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam mengelola beban dari alam bawah sadar. Bagi sebagian orang, usaha untuk menekan pengalaman atau pikiran yang mengganggu dapat menimbulkan tekanan yang lebih besar hingga menghambat aktivitas sehari-hari. Dalam kondisi tersebut, *talking cure* dapat menjadi sarana untuk secara perlahan mengungkap hal-hal yang selama ini ditekan dengan bantuan seorang ahli. Melalui proses berbicara, individu dapat mulai mengungkapkan pikiran dan perasaan yang sebelumnya sulit disampaikan, kemudian menyusunnya menjadi cerita yang lebih jelas dan dapat dipahami. Mengungkapkan hal-hal yang selama ini tersembunyi melalui bahasa dapat membantu individu mengurangi beban psikologis yang dirasakannya (Corcoran, 2018).

SIMPULAN

Hasil penelitian konflik psikologis tokoh Angel dalam cerpen *Mungkin yang Ia Simpan Adalah Petasan* karya Sasti Gotama berkaitan dengan pengalaman traumatis masa kecil dan emosi yang terus direpresi. Pengalaman menyakitkan tersebut membentuk kebiasaan Angel untuk menahan marah, sedih, kecewa, dan berbagai perasaan lainnya. Menyebabkan munculnya konflik psikologis melalui rasa bersalah, keputusasaan, mekanisme pertahanan diri, hingga yang utama

menjelma menjadi berbagai gejala fisik. Proses *talking cure* dalam cerpen berlangsung melalui percakapan antara Angel dengan dokter yang memberikan ruang aman baginya untuk berbicara dan didengarkan. Dalam proses tersebut, resistensi dan *defense mechanism* muncul sebagai bentuk pertahanan ketika Angel berhadapan dengan pengalaman yang sulit diungkapkan. Melalui pendekatan dokter yang empatik dan proses penggalian pengalaman secara bertahap, Angel akhirnya mampu mengungkap kembali pengalaman masa kecil yang menjadi sumber represi. Pengungkapan tersebut membantu Angel sedikit meringankan gejala fisik yang dialami. Metode *talking cure* dalam cerpen berfungsi sebagai sarana pengungkapan konflik psikologis melalui proses membuka kembali pengalaman yang direpresi serta memberikan ruang bagi tokoh untuk menyalurkan emosi yang selama ini terpendam.

DAFTAR PUSTAKA

Aprilianti, D., Aulia, R., & Khairat, I. (2025). Peran Alam Bawah Sadar Dalam Membentuk Perilaku : Kajian Literatur Berdasarkan Teori Psikoanalisis. *Pendas : Jurnah Ilmiah Pendidikan Dasar*.

Ardianto, D. D., Purwanto, J., Tourezza, Z., & Pradipta, S. S. (2026). ANALISIS KEPRIBADIAN TOKOH NASKAH DRAMA MAKAM DIPERTUAN KARYA WISRAN HADI MELALUI TEORI PSIKOANALISIS SIGMUND FREUD. *MEDIA AKADEMIK (JMA)*, *4*(5). https://jurnal.mediaakademik.com/index.php/jma/article/view/6081

Corcoran, P. (2018). Therapeutic self-disclosure: The talking cure. In *Disclosures*. https://doi.org/10.4324/9780429458835-6

Fadillah, A. (2010). An Analysis of Talking Cure Method by Dr. Lecter in Healing Starling's Trauma in Thomas Harris' Hannibal: a Freudian Psychoanalysis Approach [UNIVERSITAS AIRLANGGA]. In *Perpustakaan Universitas Airlangga*. https://repository.unair.ac.id/114167/

Hanifa, N., & Sugiarti. (2022). Analisis Sikap Keagamaan Tokoh Utama dalam Novel "Rentang Kisah" Karya Gita Savitri Devi. *Edukasi Lingua Sastra*, *20*(2). https://doi.org/10.47637/elsa.v20i2.539

Kartika Ayu Nurjanah, Margareta Widyasari, Aulia Kholifatul Jannah, S., Kusumaningrum, Allesheva Arka Fyandha Almachumi, M. N. R., & Putra, Radithya Ganendra, Bakhrudin All Habsy, S. J. K. (2026). *KONSEP DASAR PSIKOANALISIS: PROSES DAN TUJUAN KONSELING PSIKOANALISIS*. *9*(3). https://doi.org/10.22460/fokus.v9i3.

Muhibbu, A. (1963). Teori Psikoanalisis Sigmund Freud. *Cement and Concrete Research*, *2014*(860).

Muthmainah, Bali, E. N., Puspitasari, E., Novita, R., Suhendro, E., Windiarti, R., Fara, E. W., Pratiwi, H., Wijayanti, A., Nafi'ah, Q., & Zahratul Qalbi, W. K. (2025). Analisis Teori PAUD. In *Lex Localis - Journal of Local Self Government* (Vol. 23, Issue S6).

Ramadhanti, P. S. (2022). Guided Imagery for Trauma. *GUEPEDIA*.

Rofiq, A., & Naima, Z. (2023). ANALISIS KONFLIK PSIKOLOGIS TOKOH LATHIFAH DALAM NOVEL CINCIN KALABENDU KARYA LIZA SAMCHAH. *Jurnal Tarbiyatuna: Jurnal Kajian Pendidikan, Pemikiran Dan Pengembangan Pendidikan Islam*, *3*(2). https://doi.org/10.30739/tarbiyatuna.v3i2.1937

Safrudin, R., Zulfamanna, Kustati, M., & Sepriyanti, N. (2023). Penelitian Kualitatif. *Journal Of Social Science Research*, *3*(2).

Septriani, H., & Mulyasih, E. (2022). ANALISIS TOKOH DALAM CERPEN TAMU KARYA BUDI DARMA: KAJIAN PSIKOLOGI SASTRA. *Media Bahasa, Sastra, Dan Budaya Wahana*, *28*(2). https://doi.org/10.33751/wahana.v28i2.6429

Serli Rosida, & Ahmad Ilzamul Hikam. (2025). Analisis Psikoanalisis Sastra Terhadap Trauma dan Ingatan Kolektif dalam Novel Laut Bercerita Karya Leila S. Chudori. *Morfologi : Jurnal Ilmu Pendidikan, Bahasa, Sastra Dan Budaya*, *3*(4). https://doi.org/10.61132/morfologi.v3i4.1880

Utomo, N. L. (2016). Pengantar Psikoanalisis: Kepribadian, Psikopatologi, dan Terapi. *Academia*.

Wachyudin, W., Rakhmat, M., Permana, N. M., & Juariah, J. (2025). Analisis Psikologis Tokoh Utama dalam Novel Ancika Karya Pidi Baiq sebagai Alternatif Bahan Ajar Novel. *Bahasa: Jurnal Keilmuan Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, *7*(2). https://doi.org/10.26499/bahasa.v7i2.1542

Wahidah, E. Y. (2017). Resistensi dalam Psikoterapi Terhadap Trauma KDRT Pada Anak (Perspektif Psikoanalisa). *Al Murabbi*, *3*(2). https://jurnal.stiti-kp.ac.id/index.php/murabbi/article/view/2588

Yulianti, Rahmayanty, D., Harahap, N. H., Putri, A. A., Salsabila, P. A., Rahayu, T., Anisa, F., Putri, R. S. D., Rahmatullah, H. A., Setio, M. R. C., & Vieannisatama, H. (2024). Teori Model-Model Konseling. *Penerbit Tahta Media*.