

# Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Utama dalam Novel *Sayap-Sayap Asa Karya Ramanda Maharani: Kajian Psikologi Sastra Sigmund Freud*

Nur Hidayah<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Tidar, Indonesia

E-mail: [hidayah@students.untidar.ac.id](mailto:hidayah@students.untidar.ac.id)

## Article Info

### Article history:

Received March 20, 2026

Revised April 10, 2026

Accepted April 11, 2026

### Keywords:

Defense Mechanisms, Main Character, Novel, Literary Psychology, Sigmund Freud.

## ABSTRACT

*This study focuses on analyzing the main character's defense mechanisms in Ramanda Maharani's novel Sayap-Sayap Asa: a literary-psychological analysis based on Sigmund Freud's theories. This study employs a qualitative approach combined with descriptive-analytical methods, which include reading the novel from beginning to end, organizing the data, analyzing and presenting the findings, and drawing conclusions. The results of the study indicate that social pressures, such as trauma, can influence the main character's defense mechanisms. The main character employs defense mechanisms such as repression, rationalization, and sublimation, as well as denial, when facing situations of social pressure and trauma. The objective of this study is to analyze how social pressure influences the main character's defense mechanisms in facing life's challenges, as well as to identify the forms of the main character's defense mechanisms in the novel Sayap-Sayap Asa by Ramanda Maharani: a literary psychology study of Sigmund Freud viewed through psychoanalytic theory.*

*This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.*



## Article Info

### Article history:

Received March 20, 2026

Revised April 10, 2026

Accepted April 11, 2026

### Kata kunci:

Mekanisme Pertahanan Diri, Tokoh Utama, Novel, Psikologi Sastra, Sigmund Freud.

## ABSTRAK

Penelitian ini berorientasi terhadap analisis mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam novel *Sayap-Sayap Asa* karya Ramanda Maharani: kajian psikologi sastra Sigmund Freud. Riset ini memanfaatkan metode kualitatif disertai metode deskriptif analisis dengan teknik baca novel dari awal hingga akhir, mengelompokkan data, menganalisis, dan menyajikan data, serta menarik simpulan. Hasil riset menunjukkan tekanan sosial seperti trauma mampu memengaruhi mekanisme pertahanan diri tokoh utama. Tokoh utama menggunakan mekanisme pertahanan diri represi, rasionalisasi, dan sublimasi, serta denial ketika menghadapi situasi tekanan sosial dan trauma. Tujuan dari riset ini ialah menganalisis tekanan sosial memengaruhi mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam menghadapi permasalahan hidup, serta menemukan bentuk mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam novel *Sayap-Sayap Asa* karya Ramanda Maharani: kajian psikologi sastra Sigmund Freud ditinjau dari teori psikoanalisis.

*This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.*



## Corresponding Author:

Nur Hidayah<sup>1</sup>

Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Tidar, Indonesia

---

## PENDAHULUAN

Novel sebagai salah satu genre karya sastra menempatkan konstruksi fiksi yang di dalamnya menceritakan tentang kehidupan nyata dengan peristiwa dan karakter. Melalui karya sastra, penulis berusaha mengungkapkan sisi kepribadian karakter tokoh yang diceritakan. Kendati demikian, dapat diakui bahwa terdapat korelasi yang tidak dipisahkan antara sastra, khususnya karya sastra fiksi (novel dan cerita pendek) dan psikologi. Menurut Kartono (dalam Al-Ma'ruf dan Nugrahani, 2017), psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang tingkah laku dan psikis (jiwa) dalam diri manusia. Konflik, kelainan perilaku, dan bahkan kondisi psikologis yang lebih parah ialah beberapa contoh masalah kejiwaan yang dapat menyebabkan kesulitan dan tragedi (Minderop, 2010:1).

Menurut Minderop (2010), psikologi sastra memosisikan karya sastra sebagai pantulan situasi atau kondisi psikologis tokoh yang dapat dianalisis melalui berbagai macam teori psikologi. Salah satu kajian teori yang diterapkan dalam penelitian ini ialah teori psikoanalisis tentang mekanisme pertahanan diri Sigmund Freud. Mekanisme pertahanan diri adalah proses psikologis yang dilakukan individu untuk melindungi diri dari kecemasan dan tekanan yang mengancam kestabilan mental. Kasih (2024), mekanisme pertahanan diri dalam karya sastra dapat menjadi dasar teori untuk menemukan bagaimana tokoh utama menghadapi kecemasan dan perlindungan dari ancaman internal maupun eksternal dengan cara membiasakan realitas atau kenyataan menggunakan berbagai cara.

Novel *Sayap-Sayap Asa* karya Ramanda Maharani (2021), menampilkan tokoh utama bernama Alisa. Alisa ialah seorang perempuan muda yang baru belajar menggunakan jilbab. Kehidupan Alisa yang berada di pedesaan, membuatnya hidup dengan tuntutan untuk menjaga kesetiaan pada laki-laki (Krisna) yang dipilih oleh ayahnya. Meski sejak awal Alisa merasa nyaman dengan kehidupan sendirinya, tetapi ayahnya selalu berupaya menjodohkannya dengan laki-laki yang dianggap layak. Namun, usaha tersebut terhalang oleh tragedi untuk mencapai penyatuan mereka. Selain itu, hadirnya orang ketiga yang mengaku siap menghiraukan semua lara juga menambah kompleksitas hubungan Alisa dan Krisna. Novel ini juga menampilkan kisah cinta dan perjuangan untuk menemukan jalah hidup sesuai dengan keyakinan dan keteguhan hati yang terus berkembang.

Keteguhan hati Alisa sekaligus kedua orang tuanya diuji tatkala menjadi bahan cemooh warga desa setelah pertunangannya pupus tiga kali di usia muda, yakni 25 tahun. Alisa pun melajang di usia tersebut. Bagi masyarakat sekitar khususnya di daerah pedesaan, usia tersebut dianggap terlalu tinggi untuk belum menikah. Alih-alih merasa cemas, situasi tersebut justru membuat Alisa tetap semangat dan memiliki sikap positif dalam menjalani kehidupan. Sementara itu, harapannya ditumpukan kepada Krisna, laki-laki pilihan sang ayah. Kendati demikian, tekanan sosial yang dialami tokoh Alisa tidak hanya kegagalan dalam membangun rumah tangga, tetapi juga menyangkut pandangan masyarakat tentang usia, status, dan martabat seorang perempuan. Situasi ini menempatkan tokoh Alisa pada posisi dilematis yang sarat dengan beban psikologis.

Pertahanan diri tokoh utama dalam menghadapi berbagai tekanan sosial yang kompleks menarik untuk dianalisis dari perspektif psikologi sastra, khususnya tentang mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam menghadapi tekanan. Sahari dan Putra (2024) berpendapat bahwa analisis mekanisme pertahanan diri dalam novel dapat mengungkap dinamika psikologis tokoh yang tidak hanya berperan dalam perkembangan cerita, tetapi juga mencerminkan realitas sosial yang dihadapi tokoh. Sejalan dengan penelitian oleh Kasih (2024), kajian psikologi mencakup mekanisme pertahanan diri. Pendekatan ini digunakan untuk mengidentifikasi mekanisme pertahanan diri yang dihadapi tokoh utama dalam karya sastra. Dengan demikian, mekanisme pertahanan diri menjadikan tokoh utama ketika



menghadapi tekanan dan kecemasan untuk selalu mempersiapkan diri dalam menghadapi kemungkinan terburuk yang terjadi.

Tinjauan mengenai mekanisme pertahanan diri tokoh utama sebelumnya telah banyak dilakukan pada berbagai novel Indonesia. Wulandari, dkk (2021), misalnya, mengkaji mekanisme pertahanan diri tokoh-tokoh dalam novel *Magic Hour* karya Tissa Ts dan Stanley Meulen melalui tinjauan psikologi sastra. Sementara itu, Nadiyah & Riyadi (2023) memmanifestasi mekanisme pertahanan diri dalam novel *Adzra' Jakarta* karya Najib Kaelani menggunakan psikoanalisis Sigmund Freud. Kajian lain dilakukan oleh Prastya, dkk (2023) yang menempatkan mekanisme pertahanan diri Sigmund Freud pada tokoh Margio dalam novel *Lelaki Harimau* karya Eka Kurniawan. Penelitian serupa dilakukan oleh Kasih (2024) menganalisis mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam *Genduk Duku* karya Yb Mangunwijaya. Analisis mekanisme pertahanan diri tokoh utama juga dilakukan pada novel *Lembata* karya F. Rahardi oleh Sahari & Putra (2024), dan lain-lain.

Berdasarkan paparan yang telah diuraikan, penelitian mengenai mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam novel *Sayap-Sayap Asa* karya Ramanda Maharani: kajian psikologi sastra Sigmund Freud layak untuk diterapkan guna mengungkap mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam menghadapi berbagai cobaan kehidupan. Selain itu, penelitian tentang kajian ini belum pernah dilakukan sebelumnya. Melalui penelitian ini, peneliti berfokus untuk menemukan bagaimana tokoh utama menggunakan mekanisme pertahanan diri kajian psikologi sastra Sigmund Freud yang ditinjau dari teori psikoanalisis dan menemukan bagaimana tekanan sosial memengaruhi mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam menghadapi permasalahan hidup.

## METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif disertai metode deskriptif analisis. Pemilihan metode disesuaikan berdasarkan capaian penelitian yakni menganalisis dan menemukan mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam novel *Sayap-Sayap Asa*. Selain itu, penelitian ini bersifat deskriptif dikarenakan untuk menganalisis tekanan sosial memengaruhi mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam menghadapi permasalahan hidup sebagaimana yang tertuang di dalam novel.

Tahapan penelitian meliputi (1) membaca novel dari awal hingga akhir, (2) mengelompokkan berdasarkan jenis dan bentuk mekanisme pertahanan diri, (3) menganalisis data menggunakan teori psikologi sastra Sigmund Freud, dan (4) menyajikan data dari hasil temuan mengenai tekanan sosial yang memengaruhi mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam menghadapi permasalahan hidup dan bentuk-bentuk mekanisme pertahanan diri, serta (5) menarik simpulan.

Melalui penelitian ini, mekanisme pertahanan diri ialah sesuatu dari pengalaman tokoh utama dalam novel *Sayap-Sayap Asa* karangan Ramanda Maharani, penelitian ini memanfaatkan cara pengumpulan data dengan membaca novel dari awal hingga akhir secara kritis dan teliti.

Beberapa tahapan dalam sistem mengumpulkan data dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Menyediakan dan menyiapkan bahan penelitian berupa novel *Sayap-Sayap Asa* yang dikarang oleh Ramanda Maharani.
2. Membaca novel *Sayap-Sayap Asa* yang dikarang oleh Ramanda Maharani dari awal hingga akhir dengan kritis dan teliti.
3. Memberikan tanda pada bagian teks dan mencatat data yang sesuai dengan teori mekanisme pertahanan diri tokoh utama psikoanalisis Sigmund Freud, termasuk kalimat-kalimat dan bagian tertentu dalam cerita.
4. Memberikan kode atau label terhadap data yang telah ditandai berdasarkan karakteristik yang ada pada tokoh utama dalam novel *Sayap-Sayap Asa*.

5. Mereduksi kata yang diberi kode atau label dengan mengklasifikasikannya berdasarkan tanda-tanda yang telah ditetapkan. Menurut Supriatna & Supriatna (2023) reduksi adalah merangkum dan memilah data serta informasi yang diperoleh di lapangan untuk menjadi lebih mudah bagi peneliti sehingga dalam melanjutkan proses pengumpulan data meneliti juga memahami dengan mudah.

Selain itu, peneliti membuat rancangan berupa kode-kode dalam data yang tertuang dalam novel. Kode-kode yang dirancang ini berbentuk singkatan untuk memudahkan dalam mengumpulkan dan menganalisis data.

**Tabel 1.** Pengkodean Data

No.	Keterangan	Kode Data
1.	Mekanisme Pertahanan Diri	MPD
2.	Sayap-Sayap Asa	SSA

**Tabel 2.** Kode Tokoh

No.	Nama Tokoh	Kode Tokoh
1.	Ramanda Maharani	RM

**Tabel 3.** Kode Mekanisme Pertahanan Diri

No.	Nama Tokoh	Kode Tokoh
1.	Represi	RPR
2.	Rasionalisasi	RSN
3.	Sublimasi	SBM
4.	Denial	DNL

Setelah peneliti menguraikan bentuk rancangan pengkodean data, lalu dalam penelitian ini ialah akan dilakukan uraian contoh reduksi data. Contoh reduksi data diwujudkan sebagai berikut.

**Tabel 4.** Reduksi Data

No.	Data	Kode
1.	“Mau gimana, jodohnya saja baru datang, Paklek.” Sama sekali tak merasa tersinggung.	SSA/RM/RPR/h.183.
2.	“Iya, Bah, tapi apa tak terlalu cepat? Baru dua bulan lalu kita membatalkan pertunangan.” Ia meremas jari-jarinya.	SSA/RM/RSN/h.5.
3.	“Tolong bilang sama Abah, Buk. Ponsel itu bukan cuma buat main, aku bisa belajar banyak dari sana. Kita juga bisa cari resep kue kering, Ibuk bisa masak sama aku.”	SSA/RM/SBM/h.32.
4.	“Mungkinkah Mas menghilang juga karena Violet? Aku sudah menduga saat melihat Bu Tina bergurau dengannya. Jika memang Mas mau melanjutkan hubungan itu, maka bilang saja. Aku sudah terbiasa ditinggal.”	SSA/RM/DNL/h.209-210.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Analisis terhadap novel berjudul *Sayap-Sayap Asa* karya Ramanda Maharani yang diterbitkan oleh Pustaka Rumah Cinta tahun 2021 dengan nomor ISBN yaitu 978-623-6140-73-4. Penelitian ini berpedoman pada teori yang diprakarsai Sigmund Freud tentang tekanan sosial memengaruhi mekanisme pertahanan diri tokoh utama ketika menghadapi



permasalahan hidup, serta bentuk pertahanan diri tokoh utama yang digunakan ketika menghadapi tekanan sosial. Pada analisis penelitian ini ditemukan tekanan sosial (trauma) mampu memengaruhi mekanisme pertahanan diri tokoh beserta bentuk pertahanan diri tokoh utama ketika menghadapi tekanan sosial.

Berdasarkan hasil analisis terhadap novel *Sayap-Sayap Asa* karya Ramanda Maharani, secara keseluruhan ditemukan analisis tekanan sosial yang memengaruhi mekanisme pertahanan diri dan bentuk mekanisme pertahanan diri sebanyak 7 data. Tujuh data yang dimaksudkan memuat bentuk mekanisme pertahanan diri tokoh utama yang digunakan dalam menghadapi tekanan sosial. Bentuk mekanisme pertahanan diri tokoh utama represi sejumlah 1, rasionalisasi sebanyak 3, dan sublimasi sejumlah 1, serta denial sebanyak 2.

## Pembahasan

Berdasarkan analisis yang peneliti lakukan, berikut ini terdapat sejumlah temuan mengenai analisis mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam novel *Sayap-Sayap Asa* karya Ramanda Maharani: kajian psikologi sastra Sigmund Freud. Ditemukan analisis tekanan sosial yang memengaruhi mekanisme pertahanan diri dan empat bentuk mekanisme pertahanan diri 1) represi, 2) rasionalisasi, dan 3) sublimasi, serta 4) denial.

### A. Tekanan Sosial Memengaruhi Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Utama dalam Menghadapi Permasalahan Hidup

Tekanan sosial merujuk pada tekanan psikologis yang muncul dari hubungan timbal balik individu dengan norma, angan-angan, dan struktur masyarakat, sehingga dapat memunculkan stres atau gejala psikis. Hasanah dan Hikam (2025:53) memperkuat pandangan yang dikemukakan oleh Sigmund Freud, menyatakan seluruh kejadian emosional di periode awal, khususnya yang mengarah rasa trauma dan sakit akan membekas di bagian bawah sadar dan menjadi sarang gejala jiwa sampai dengan dewasa.

Contohnya trauma akan kehilangan, penolakan, dan atau jaringan yang tidak konsisten di masa anak-anak mengakibatkan cacat emosi sehingga sulit disembuhkan serta berdampak ke tingkah laku, pola pikir, dan relasi sosial kepada orang lain. Tekanan ini tidak hanya bersifat eksternal, tetapi juga memengaruhi struktur kepribadian misalnya, superego (yang terbentuk dari norma sosial) dapat bertentangan dengan id, sehingga memaksa ego untuk menggunakan mekanisme pertahanan diri.

Pada penelitian ini, tekanan sosial dalam novel *Sayap-Sayap Asa* ditunjukkan melalui bentuk gejala sosial seperti, ekspektasi keluarga, norma gender, dan stigma sosial yang memicu respons psikologis yang dialami tokoh Alisa sehingga memicu respons psikologis sebagai bentuk penyesuaian diri. Misalnya, tekanan dalam tiga kali kegagalan pertunangan di usia 25 tahun dapat menyebabkan kecemasan yang diatasi melalui mekanisme pertahanan seperti, *denial*, *represi*, dan *rasionalisasi*, serta *sublimation*.

Analisis ini memungkinkan peneliti untuk mengkorelasikan tekanan sosial dengan mekanisme pertahanan diri, menguraikan bagaimana novel merefleksikan realitas sosial masa kini terhadap individu seperti tokoh Alisa harus menavigasi norma yang menindas untuk mempertahankan identitas dan kesejahteraan psikologis. Dengan demikian, tekanan sosial menjadi landasan untuk menelaah konteks eksternal yang mendorong dinamika internal tokoh dan mengeksplorasi analisis psikologis dengan dimensi sosial yang lebih luas.

### B. Bentuk-Bentuk Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Utama dalam Novel *Sayap-Sayap Asa* Karya Ramanda Maharani: Kajian Psikologi Sastra Sigmund Freud Ditinjau dari Teori Psikoanalisis

Minderop (2010:32) menjelaskan pandangan yang dikemukakan oleh Freud, bahwa kemauan-kemauan yang menentang terhadap struktur kepribadian dapat menemukan hasil



sebuah anxitas. Contohnya pada saat ego menahan kemauan menghasilkan nikmat dari id, anxitas dari internal merasakan. Ego tersebut mampu merambah dan memunculkan situasi sama sekali tidak nyaman saat ego menyadari id yang menjadikan gangguan individu. Anxitas mewaspadaikan ego guna mengatasi permasalahan dengan mekanisme pertahanan ego, memberikan kenyamanan ego bersamaan memangkas anxitas dari hasil permasalahan (Santrock dalam Minderop, 2010:32).

Melalui analisis ini terdapat empat jenis mekanisme pertahanan diri Sigmund Freud yang merepresentasikan kondisi psikologis tokoh Alisa dalam novel *Sayap-Sayap Asa*. Bentuk-bentuk mekanisme pertahanan diri yang dimaksudkan antara lain 1) represi, 2) rasionalisasi, 3) sublimasi, dan 4) denial sebagai berikut.

### 1. Represi

Menurut Clark dalam Minderop (2010:32) Freud menyatakan bahwa represi, atau penekanan, adalah pertahanan ego yang paling kuat dan luas. Tugas represi adalah mendorong rangsangan identitas yang tidak diterima keluar dari alam sadar dan kembali ke alam bawah sadar. Semua mekanisme pertahanan ego bekerja dengan cara represi. Tujuan dari semua mekanisme ini adalah untuk menekan atau mendorong rangsangan yang mengancam agar keluar dari alam sadar. Jadi, manusia menggunakan represi, mekanisme pertahanan diri ego, untuk mengurangi kecemasan akibat konflik. Represi adalah upaya untuk melupakan sebagian pengalaman traumanya. Akibatnya, mereka tidak menyadari rangsangan yang menyebabkan anxitas dan tidak mengingat pengalaman emosional dan traumatik sebelumnya (Minderop, 2010:33).

#### Data 1 (SSA/RM/RPR/h.183)

Paklek: “*Syukur, to. Anakku wae wis ndue bocah gede-gede. Harusnya anakmu pun sudah sebesar cucuku.*”

Alisa: “*Mau gimana, jodohnya saja baru datang, Paklek.*” Sama sekali tak merasa tersinggung.

Analisis teks:

Berdasarkan dinamika mekanisme pertahanan diri yang ditampilkan dalam teks berupa dialog, dapat diamati bahwa tokoh utama sedang berada pada situasi dilema dengan penuh kecemasan dan tekanan. Alisa berusaha menyesuaikan diri sesuai kenyataan bahwa jodohnya memang baru saja datang setelah sebelumnya gagal bertunangan dengan beberapa pria atas kehendak ayahnya. Pada akhirnya Alisa menunjukkan sikap hormat dan menghargai sesama manusia dengan melupakan sebagian trauma pada masa lalunya.

Tindakan itu dapat diamati bahwa tokoh utama bukan hanya memikirkan diri sendiri, melainkan memikirkan tentang orang tua, tetangga, dan pandangan orang lain. Ketika Alisa mengalami situasi dengan beban psikologis ini, ia mampu bertahan secara mental. Di sinilah mekanisme pertahanan diri represi muncul dengan dibuktikan bahwa ia mampu membuang ingatan dan perasaan menyakitkan dari kesadaran agar tidak muncul kecemasan.

### 2. Rasionalisasi

Rasionalisasi memiliki dua tujuan. Pertama, untuk memberikan alasan atau maksud yang dapat diterima untuk tindakan atau perilaku tertentu. Kedua, untuk mengurangi keputusasaan saat gagal mencapai tujuan (Hilgard dalam Minderop, 2010:35). Rasionalisasi merupakan pertahanan mekanisme diri yaitu individu akan berusaha untuk mencari alasan yang baik demi menjelaskan ego dan jenis emosi yang dimiliki. Contoh rasionalisasi: Pertama, rasa suka atau tidak suka sebagai alasan: Seorang gadis yang tidak diundang ke rapat kerja mengatakan bahwa ia tidak akan pergi meskipun diundang karena beberapa orang yang tidak disukainya hadir. Kedua, gunakan alasan untuk menyalahkan orang lain atau lingkungan Anda.

### Data 1 (SSA/RM/RSN/h.5)

Abah: “*Nduk*, kamu dengar, ‘kan?”

Alisa: “Iya, Bah, tapi apa tak terlalu cepat? Baru dua bulan lalu kita membatalkan pertunangan.” Ia meremas jari-jarinya.

Analisis teks:

Apabila diamati dari dinamika mekanisme pertahanan diri yang ditunjukkan dalam teks berupa dialog, tokoh utama merasa cemas ketika sedang berbicara kepada Abahnya tentang pertunangan lagi dengan dibuktikan meremas jari. Kondisi itu dilengkapi dengan ekspresi tokoh utama yang secara naluri muncul akibat rasa takut, trauma, dan sedih akan terulang lagi. Tokoh utama mencari alasan untuk mengundur hari pertunangan selanjutnya karena baru saja membatalkan pertunangan sebelumnya.

Mekanisme pertahanan diri yang digunakan tokoh utama merasionalisasi pertimbangan berat dengan alasan yang logis dan dapat diterima orang lain. Alisa sebenarnya merasa takut pertunangan kali ini akan gagal lagi, namun ia bisa mengendalikan kecemasan dengan berbagai alasan yang baik tanpa menyalahkan orang lain. Jika diamati berdasarkan analisis tersebut, di sinilah mekanisme pertahanan diri rasionalisasi muncul, yaitu individu akan berusaha untuk mencari alasan yang baik demi menjelaskan ego dan jenis emosi yang dimiliki.

### Data 2 (SSA/RM/RSN/h.5)

Alisa: "Maafkan aku, Bah. Tapi, kurasa ini bukan waktu yang tepat."

Analisis teks:

Jika dilihat terhadap dinamika mekanisme pertahanan diri yang ditampilkan dalam teks berupa dialog, tokoh utama menunjukkan rasa takut disertai alasan baik berupa permintaan maaf kepada Abah. Tokoh utama sebenarnya merasa cemas dan takut bahwa pertunangan kali ini akan gagal lagi karena waktu yang tidak tepat. Namun, alih-alih merasa cemas, takut, dan marah ia justru menggunakan kemampuan pertahanan diri berupa rasionalisasi.

Mekanisme pertahanan diri rasionalisasi yang digunakan tokoh utama mampu mencari alasan baik demi menjelaskan ego atau emosi yang dimiliki. Alisa tidak segan-segan marah kepada Abahnya atas rencana waktu untuk pertunangannya, tetapi Alisa merasionalisasi menggunakan alasan baik dan logis sehingga keputusannya dapat diterima. Apabila dilihat dari kacamata mekanisme pertahanan diri tersebut, di sinilah rasionalisasi muncul ketika individu akan berusaha untuk mencari alasan yang baik demi menjelaskan ego dan jenis emosi yang dimiliki.

### Data 3 (SSA/RM/RSN/h.294)

Alisa: “Mas tidak salah, justru kesalahannya ada padaku.”

Krisna: “Tolong bicara yang jelas,” pinta Krisna yang makin dipenuhi waswas.

Alisa: “Mas kan sudah tahu jika usiaku lebih tua dua tahun. Jadi, mungkin akan lebih baik kalau pernikahan ini dibatalkan saja. Yang lebih muda co--.” Belum selesai menjelaskan, kalimatnya disela.

Analisis teks:

Apabila diamati dari dinamika mekanisme pertahanan diri yang ditunjukkan dalam teks berupa dialog, tokoh utama sebenarnya ingin mengurangi keputusan saat gagal mencapai tujuan. Alisa sebenarnya takut jika pertunangan kali ini akan gagal lagi karena terikat umur dengan jarak dua tahun yang lebih tua daripada Krisna. Akan tetapi, alih-alih ia merasa cemas, takut, dan putus asa ia justru menggunakan kemampuan pertahanan diri berupa rasionalisasi.

Mekanisme pertahanan diri rasionalisasi yang digunakan tokoh utama mampu mencari alasan lain yang lebih baik demi menjelaskan ego atau emosi yang tengah dialami. Alisa tidak marah dan menolak mentah-mentah mengenai pertunangan dengan Krisna,



meskipun melampaui jarak usia dua tahun lebih tua. Namun, Alisa merasionalisasi menggunakan alasan baik dan logis berupa ungkapan bahwa perempuan yang lebih muda cocok dengannya.

Alisa menggunakan alasan dengan dalih bahwa umurnya lebih tua, sehingga ia berpendapat bahwa lebih baik pernikahannya dibatalkan saja. Apabila dilihat dari kacamata mekanisme pertahanan diri tersebut, di sinilah rasionalisasi muncul ketika individu akan berusaha untuk mencari alasan yang baik demi menjelaskan ego dan jenis emosi yang dimiliki

### 3. Sublimasi

Sublimasi, pada dasarnya adalah jenis pengalihan, terjadi apabila tindakan yang bermanfaat secara sosial dapat dilakukan sebagai pengganti perasaan tidak nyaman. Misalnya, ketika seseorang memiliki dorongan konflik batin yang tinggi, mereka menggunakan perasaan tidak nyaman mereka untuk bertindak dengan cara yang dapat diterima secara sosial (Minderop, 2010:34).

Sublimasi ditampilkan oleh tokoh untuk mencegah kecemasan dengan cara mengubah dan menyesuaikan dorongan yang menjadi penyebab kecemasan ke dalam tingkah laku yang dapat diterima masyarakat. Sublimasi ini menunjukkan proses kedewasaan dengan cara mengubah hal buruk yang dimiliki tokoh menjadi hal yang lebih bermanfaat bagi orang lain.

#### Data 1 (SSA/RM/SBM/h.32)

Alisa: “Tolong bilang sama Abah, Buk. Ponsel itu bukan cuma buat main, aku bisa belajar banyak dari sana. Kita juga bisa cari resep kue kering, Ibuk bisa masak sama aku.”

Ibuk: “Sudahlah, *Nduk*. Yang ada Abah malah marah kalau minta itu. Sudah, ya, jangan dibahas lagi, *Nduk*. Kalau sudah saatnya, kamu pasti bisa dapat hal yang kamu mau.”

Analisis teks:

Jika dilihat terhadap dinamika mekanisme pertahanan diri yang ditampilkan dalam teks berupa dialog, tokoh utama menunjukkan kecemasan berupa kegelisahan akan keinginan yang belum terpenuhi. Alisa ingin sekali mendapatkan ponsel dengan izin Abahnya. Alih-alih ia merasa cemas dan putus asa, ia mengubah hal buruk menjadi hal baik. Alisa menggunakan tindakan yang bermanfaat bahwa ponsel yang akan ia miliki nantinya digunakan untuk mencari resep kue bersama ibunya.

Mekanisme pertahanan diri sublimasi yang diterapkan tokoh utama mampu mencegah kecemasan dengan cara mengubah dan menyesuaikan dorongan yang menjadi penyebab kecemasan ke dalam tingkah laku yang dapat diterima masyarakat. Alisa tidak marah ingin sekali mendapatkan ponsel itu, tetapi ia mencegah kecemasan yang timbul dengan mengubah berupa alasan yang baik dan diterima orang lain. Sikap Alisa di sini juga menunjukkan kedewasaan bahwa ponsel yang akan ia miliki tidak hanya digunakan untuk bermain media sosial, tetapi ia bisa belajar untuk membuat resep kue dari sana.

Alisa mampu menggunakan pertahanan diri dengan mengubah hal buruk yang akan timbul menjadi hal baik serta diterima orang lain. Apabila dilihat dari kacamata mekanisme pertahanan diri tersebut, di sinilah rasionalisasi muncul ketika tindakan yang bermanfaat secara sosial dapat dilakukan sebagai pengganti perasaan tidak nyaman.

### 4. Denial

Denial adalah suatu bentuk penolakan atau penyangkalan terhadap kenyataan yang menyakitkan atau sulit diterima. Menurut Utami dan Haryanti (2025:66) penyangkalan atau penolakan adalah bentuk mekanisme pertahanan diri yang berfungsi dalam menolak ataupun menyangkal kenyataan yang sulit diterima. Dihadapkan dengan sesuatu yang sulit,



mengejutkan, dan menyakitkan, seseorang kiranya dapat menyangkal untuk melindungi dirinya.

Denial berperan sebagai respons psikologis tidak sadar untuk melindungi diri dari stres emosional seperti, tidak mengakui kesalahan, mengabaikan masalah kehidupan, dan menolak diagnosis penyakit serius. Denial termasuk dalam mekanisme pertahanan *ego* yang bertujuan untuk menunda beban emosional dan melindungi diri dari rasa sakit, meskipun pada akhirnya bisa menghambat pertumbuhan dan penyelesaian masalah.

#### Data 1 (SSA/RM/DNL/h.209-210)

Alisa: “Mungkinkah Mas menghilang juga karena Violet? Aku sudah menduga saat melihat Bu Tina bergurau dengannya. Jika memang Mas mau melanjutkan hubungan itu, maka bilang saja. Aku sudah terbiasa ditinggal.”

Krisna: “Kamu mulai ngelantur.”

Alisa: “Terus bagaimana lagi, Mas? Ayo, jawab.”

Analisis teks:

Berdasarkan dinamika mekanisme pertahanan diri yang ditampilkan dalam teks, dapat diamati bahwa tokoh utama sedang berada pada situasi dilema dengan penuh kecemasan dan tekanan. Alisa tidak bisa menyembunyikan kekecewaan yang bertubi-tubi, lalu ia berusaha menyesuaikan diri sesuai kenyataan bahwa ia memang sudah terbiasa ditinggal oleh beberapa tunangan sebelumnya. Pada akhirnya Alisa menunjukkan sikap hormat dan menghargai sesama manusia dan pasrah demi kebaikan dirinya.

Semua itu dapat diamati bahwa tokoh utama bukan hanya memikirkan tentang dirinya sendiri, melainkan juga memikirkan tentang kedua orang tua, tetangga, dan orang lain. Melalui situasi yang sangat mengecewakan ini, ia berusaha untuk tetap bertahan secara mental sesuai realitas yang lebih ringan dan mampu menerima. Di sinilah mekanisme pertahanan denial muncul sebagai bentuk penolakan atau penyangkalan terhadap kenyataan yang menyakitkan atau sulit diterima sehingga ia berusaha bertahan secara mental supaya ia juga mampu menjalani realitas kehidupan dan melindungi diri dari stres emosional.

#### Data 2 (SSA/RM/DNL/h.234-235)

Violet: “Kau tak punya kaca, ya? Terus saja menempel seperti lalat, sungguh menjijikkan.”

Alisa: “Jika ini menyangkut Mas Krisna, kalian bicarakanlah saja baik-baik. Kalau seandainya Mbak yang dipilih, aku pasti akan ikhlas.”

Analisis teks:

Apabila diamati dari dinamika mekanisme pertahanan diri yang ditunjukkan dalam teks berupa dialog, tokoh utama sebenarnya sakit hati atas kenyataan yang diterima. Tokoh utama menempatkan posisi pada situasi dilema dengan penuh kecemasan. Dilihat dari dialog di atas, di tengah pendekatan Alisa dan Krisna tiba-tiba muncul orang ketiga bernama Violet merupakan mantan kekasih Krisna. Alih-alih marah, sikap Alisa menunjukkan rasa hormat dan menghargai terhadap Violet. Alisa menunjukkan sikap baik-baik saja dengan mempersilakan Violet berbicara dengan Krisna bahkan jika Violet menjadi pilihannya, ia tetap mengikhlaskannya.

Mekanisme pertahanan diri denial yang diterapkan tokoh utama berupa penolakan rasa sakit dan kenyataan yang sulit diterima. Melalui situasi yang menyakitkan ini, Alisa berusaha untuk tetap bertahan secara mental sesuai realitas yang lebih ringan dan mampu menerima. Di sinilah mekanisme pertahanan denial muncul sebagai bentuk penolakan atau penyangkalan terhadap kenyataan yang menyakitkan atau sulit diterima sehingga ia berusaha bertahan secara mental supaya ia juga mampu menjalani realitas kehidupan dan melindungi diri dari stres emosional.



## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil riset yang peneliti telah laksanakan, dapat ditemukan simpulan dalam novel *Sayap-Sayap Asa* karya Ramanda Maharani: kajian psikologi sastra Sigmund Freud ditinjau dari teori psikoanalisis bahwa tekanan sosial seperti trauma mampu memengaruhi mekanisme pertahanan diri tokoh utama. Tekanan ini tidak hanya bersifat eksternal, tetapi juga memengaruhi struktur kepribadian misalnya, superego (yang terbentuk dari norma sosial) dapat bertentangan dengan id, sehingga memaksa ego untuk menggunakan mekanisme pertahanan diri.

Tokoh utama menggunakan empat mekanisme pertahanan diri sebagai bentuk penyesuaian diri untuk mengatasi tekanan. Mekanisme pertahanan diri yang dimaksudkan yaitu represi untuk melupakan sebagian pengalaman trauma, rasionalisasi untuk mencari alasan yang baik demi menjelaskan ego dan jenis emosi yang dimiliki, dan sublimasi untuk mencegah kecemasan dengan cara mengubah hal buruk menjadi hal baik, serta denial untuk menolak ataupun menyangkal kenyataan yang sulit diterima. Rasionalisasi sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri menjadi yang paling dominan digunakan oleh tokoh utama untuk mengatasi tekanan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A. (2015). *Psikologi sastra*. Penerbit Unesa University Press.
- Al-Ma'ruf, A. I., & Nugrahani, F. (2017). Pengkajian sastra. *Surakarta: CV. Djiwa Amarta*.
- Hasanah, L., & Hikam, A. I. (2025). Konflik Batin Tokoh Alena dalam Menghadapi Tekanan Sosial pada Novel *Lilin Karya Saniyyah Putri SS: Tinjauan Psikoanalisis Sigmund Freud*. *Morfologi: Jurnal Ilmu Pendidikan, Bahasa, Sastra dan Budaya*, 3(4), 46-63. <https://doi.org/10.61132/morfologi.v3i4.1879>
- Kasih, N. C. (2024). *Analisis Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Utama Dalam Novel Genduk Duku Karya YB Mangunwijaya* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).
- Maharani, R. (2021). *Sayap-sayap Asa*. Yogyakarta: Pustaka Rumah Cinta.
- Minderop, A. (2010). *Psikologi sastra: karya, metode, teori, dan contoh kasus*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Nadiyah, A. T., & Riyadi, M. (2023). Mekanisme Pertahanan Diri dalam Novel "Adzra' Jakarta" Karya Najib Kaelani (Psikoanalisis Sigmund Freud). *An-Nas*, 7(1), 27-36. <https://doi.org/10.32665/annas.v7i1.2035>
- Prastya, T. A., Muharram, F. I., & Kurniawan, E. D. (2023). Mekanisme Pertahanan Diri Sigmund Freud Pada Tokoh Margio Dalam Novel *Lelaki Harimau Karya Eka Kurniawan*. *HUMANUS: Jurnal Sosiohumaniora Nusantara*, 1(1), 111-121. <https://doi.org/10.62180/de4tpb88>
- Sahari, A., & Putra, C. R. W. (2024). Analisis Pertahanan Diri Tokoh Utama dalam Novel *Lembata Karya F. Rahardi*. *Semantik*, 13(1), 71-86. <https://doi.org/10.22460/semantik.v13i1.p71-86>
- Siswanto, W. (2008). *Pengantar teori sastra*. Grasindo.
- Supriatna, R. N., & Supriatna, N. (2023). Pelestarian Kesenian Gembyung di Padepokan Dangi Dongdo Kabupaten Subang. *SWARA*, 3(3), 95-102. <https://doi.org/10.17509/swara.v3i3.31407>
- Utami, B. F., & Haryanti, P. (2025). Mekanisme Pertahanan Diri Penyangkalan Tokoh Ryohei dalam Film *Okaasan Ore Wa Daijoubu*. *Mahadaya: Jurnal Bahasa, Sastra, dan Budaya*, 5(1), 63-72. <https://doi.org/10.34010/je0q2595>
- Wulandari, M., Dahlan, D., & Purwanti, P. (2021). Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh-tokoh Dalam Novel *Magic Hour Karya Tissa Ts Dan Stanley Meulen* Tinjauan Psikologi



Sastra. *Ilmu Budaya: Jurnal Bahasa, Sastra, Seni, dan Budaya*, 5(3), 554-566.  
<http://dx.doi.org/10.30872/jbssb.v5i3.4064>