



Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Zee Dalam Novel *Insecure* Karya Seplia

Syakira Nayla Azizah , Fidela Novi Alifia , Eva Dwi Kurniawan

Fakultas Bisnis dan Humaniora, Universitas Teknologi Yogyakarta

Jl. Ring Road Utara, Mlati Krajan, Sumberadi, Kec. Mlati, Kabupaten Sleman,
Daerah Istimewa Yogyakarta 55284

Korespondensi Penulis: syakira.5221111063@student.uty.ac.id

Abstract. *Literary works are works of art that are expressed through the author's feelings, thoughts and experiences. One type of literary work is a novel. A novel can be studied psychologically, which is called literary psychology. This research is considered important because it relates to human behavior. The title of this research is the self-protection mechanism of the character Zee in the novel Insecure by Seplia. The problem in this writing is to describe and analyze a person's background, attitudes and experiences which ultimately form a self-defense mechanism. The data source for this research is the novel entitled Insecure by Seplia, published by PT Gramedia Pustaka Utama, 2016. This research uses descriptive methods. The descriptive method is intended to describe and critically analyze text data in the novel. The results of this research is that the character Zee uses 5 self-defense mechanisms: denial, repression, avoidance, focus and projection. And what is often used is the self-defense mechanism of denial and avoidance.*

Keywords: *Novel; Selfdefense; Psychoanalysis; Sigmund Freud.*

Abstrak. Karya sastra merupakan karya seni yang diungkapkan melalui perasaan, pikiran, dan pengalaman penulis. Salah satu jenis karya sastra adalah novel. Sebuah novel dapat ditelaah kajian psikologinya yang disebut dengan psikologi sastra. Penelitian ini dianggap penting karena berkaitan dengan perilaku manusia. Judul penelitian ini adalah mekanisme pertahanan diri tokoh Zee dalam novel *Insecure* karya Seplia. Masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana mekanisme pertahanan diri tokoh Zee dalam novel *Insecure* karya Seplia. Tujuan penulisan ini adalah mendeskripsikan dan menganalisis latar belakang, sikap, dan pengalaman seseorang yang pada akhirnya membentuk mekanisme pertahanan diri. Sumber data penelitian ini adalah novel yang berjudul *Insecure* karya Seplia terbitan PT Gramedia Pustaka Utama, Tahun 2016. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Metode deskriptif dimaksudkan untuk mendeskripsikan dan menganalisis secara kritis data-data teks dalam novel. Hasil dari penelitian ini tokoh Zee menggunakan 5 mekanisme pertahanan diri penyangkalan, represi, penghindaran, pengalihan dan proyeksi. Dan yang sering digunakan yaitu mekanisme pertahanan diri penyangkalan dan penghindaran.

Kata kunci: Novel; Pertahanan Diri; Psikoanalisis; Sigmund Freud.

LATAR BELAKANG

Karya sastra merupakan ungkapan hati manusia berupa pemikiran, perasaan, gagasan, semangat, pengalaman dalam diri seseorang dan ditampilkan dalam bentuk gambaran kehidupan yang dapat memberikan pemahaman kepada pembacanya. Karya sastra sangat bermanfaat bagi realitas kehidupan, karya sastra juga bisa memberikan kesenangan dan kepuasan batin, walaupun hanya digambarkan dalam bentuk fiksi. Selain itu karya sastra juga mengkaji tentang persoalan tingkah laku manusia, salah satu perilaku manusia adalah tindak kekerasan, baik fisik maupun psikis (Sari, 2017:41).

Menurut Esten (dalam Fitri, 2018:214) menjelaskan bahwa ciptaan sastra mengungkapkan masalah manusia dan kemanusiaan tentang makna hidup dan kehidupan. Ia

Received Desember 05, 2023; Accepted Desember 29, 2023; Published Maret 29, 2024

* Syakira Nayla Azizah, syakira.5221111063@student.uty.ac.id

melukiskan penderitaan manusia, perjuangan, kasih sayang, kebencian, nafsu, dan kekerasan yang di alami manusia. Salah satu karya sastra yaitu novel. Novel merupakan karangan dalam bentuk buku dan karangan fiksi dalam bentuk prosa. Novel seringkali menceritakan kisah panjang kehidupan seseorang (Nadiyah, dkk, 2023:27—28).

Novel *Insecure* yang ditulis oleh Seplia menceritakan tentang seorang anak bernama Zee yang sedang mengalami kekerasan oleh orangtuanya dan sedang mempertahankan dirinya. Dengan dia menutupi luka kekerasan yang dialaminya, menyembunyikan jika orang tuanya yang melakukan kekerasan tersebut, dia juga selalu mencoba menganggap kekerasan yang dilakukan orang tuanya itu adalah hal biasa, dan dia selalu mencoba melupakan kekerasan yang dialaminya, dia menangis sendiri tanpa cerita kepada orang lain, dia juga kadang meluapkan emosi ke orang lain saat di tanya mengapa terdapat lebam lebam pada tubuhnya.

Penelitian ini merupakan pengembangan teori Psikoanalisis Sigmund Freud. Teori ini tidak membahas psikologi antara id, ego dan superego tetapi mengkaji sistem pertahanan diri pada seseorang. Mekanisme pertahanan diri ini digunakan untuk melindungi pikiran, diri, atau ego sendiri dari kecemasan dan pembatasan sosial. Dengan kata lain, mekanisme pertahanan diri dapat menjadi pelarian dari situasi yang tidak dapat kita hadapi, baik disadari maupun tidak. Berdasarkan pernyataan di atas maka dapat disimpulkan bahwa permasalahan pada penelitian ini adalah “Bagaimana psikoanalisis tokoh utama bernama Zee yang berlangsung dalam novel *Insecure* karya Seplia?” Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan psikoanalisis tokoh Zee dalam novel *Insecure* karya Seplia. Sedangkan manfaatnya adalah diharapkan nilai-nilai yang terkandung dalam antologi cerpen mampu memberi pengaruh positif dalam berbagai lini kehidupan (Piliang, 2016:165).

KAJIAN TEORITIS

Psikoanalisis

Pelopop psikoanalisis adalah Sigmund Freud. Teorinya mencoba menggambarkan manusia yang sebagian hidup di dunia nyata dan sebagian lagi di dunia khayalan yang dikelilingi oleh kontradiksi dan konflik. Gambaran seperti itulah yang terlihat pada manusia saat ini, masyarakat zaman sekarang mempunyai permasalahan yang berbeda-beda. Manusia yang harus mengikuti perkembangan zaman dan tuntutan-tuntutan masyarakat sekaligus, sehingga harus kehilangan kebebasannya. (Piliang,2018:166)

Menurut Endraswara (dalam Piliang, 2018:166) menjelaskan bahwa psikoanalisis memandang karya sastra sebagai aktivitas kejiwaan. Pengarang akan menggunakan kreativitas, emosi, dan karsa dalam karyanya untuk secara sadar atau tidak sadar mengungkapkan gejala-

gejala psikologisnya dalam teks sastra.

Mekanisme Pertahanan Diri

Mekanisme pertahanan diri atau ego termasuk dalam teori psikoanalisis Sigmund Freud (Piliang, 2018:166). Mekanisme pertahanan terjadi karena adanya keinginan atau perasaan untuk terus mencari penggantinya. Menurut Freud, definisi dari pertahanan mengacu pada proses bawah sadar dalam melindungi diri terhadap ancaman eksternal. Dalam teori kepribadian mekanisme pertahanan tidak mencerminkan kepribadian secara umum, tapi dapat mempengaruhi perkembangan kepribadian. Artinya dapat kita pahami bahwa mekanisme pertahanan diri merupakan penanganan perasaan takut atau cemas seseorang ketika dihadapi sesuatu yang dapat merugikan dirinya. Minderop dalam penelitiannya menekankan mekanisme pertahanan dalam berbagai bentuk, yaitu represi, sublimasi, proyeksi, distraksi, rasionalisasi, pembentukan reaksi, regresi, agresi/pemujaan dan fantasi/stereotip. (Nadiyah, dkk, 2023:29)

Mekanisme pertahanan diri dalam psikologi adalah sebuah pertahanan yang dilakukan oleh seseorang jika merasa cemas karena keinginannya belum terpenuhi. Tujuan dari pertahanan ini adalah untuk mengurangi stres, menjaga keseimbangan diri mengelola harga diri dan mengatasi kecemasan yang muncul akibat konflik antara keinginan akan id dan realitas super ego. (Jannah, dkk, 2022:302)

Jadi, sebenarnya mekanisme pertahanan diri melibatkan unsur penipuan diri. keinginan atau perasaan untuk terus mencari penggantinya. Namun, manusia seringkali menggunakan mekanisme pertahanan yang berbeda dalam hidupnya. Mekanisme tersebut menjadi patologis bila penggunaannya secara terus menerus membuat seseorang berperilaku maladaptif sehingga kesehatan fisik dan/atau mental orang itu turut terpengaruhi (Piliang, 2018:166—167)

Beberapa mekanisme pertahanan diri, dengan beberapa mekanisme pertahanan dan konflik yang terdiri dari:

Penyangkalan, represi, sublimasi, proyeksi, pengalihan, rasionalisasi, reaksi formasi, regresi, agresi, dan apatis, fantasi dan stereotype. Mekanisme pertahanan ini tidak mencerminkan kepribadian secara umum namun mencerminkan keutamaan dalam menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan ketidakmampuan individu menyesuaikan diri (Minderop 2010:29-39)

Dalam penelitian ini peneliti mencantumkan beberapa penelitian terdahulu sebagai bahan referensi:

Pertama penelitian yang dilakukan oleh Nadiyah, dkk (2023) dalam penelitiannya

yang berjudul MEKANISME PERTAHANAN DIRI DALAM NOVEL “ADZRA ‘JAKARTA” KARYA NAJIB KAELANI (PSIKOLOGI SIGMUND FREUD). Jenis penelitian ini menggunakan metode analisis Deskriptif kualitatif, dengan mendeskripsikan peristiwa mekanisme pertahanan dalam novel Najib Kailani Gadis Jakarta. Penelitian ini menggunakan teori Sigmund Freud. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji aspek perwatakan pada tokoh khususnya.

Penelitian kedua dilakukan oleh Piliang (2016) dalam penelitiannya yang berjudul “Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Sentral Dalam Antologi Cerpen Cerita pendek tentang cerita cinta pendek, Karya Djnear Maesa Ayu (Kajian Psikologi Sastra)” Jenis penelitian ini menggunakan penelitian keputakaan (*library research*) dengan metode Deskriptif dan Analisi Konten, penelitian ini menggunakan teori Psikoanalisis Sigmund Freud. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dan menganalisis latar belakang, sikap, dan pengalaman atau lingkungan memproses perkembangan kejiwaan seseorang yang pada akhirnya membentuk mekanisme pertahanan diri tokoh sentral dalam Antologi *Cerpen Cerita Pendek Tentang Cerita Cinta Pendek*.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan deskriptif kualitatif, dimana memperoleh data dari menganalisis novel dengan cara mengumpulkan kata-kata, atau perilaku, dan tidak dituangkan ke dalam bentuk bilangan atau angka statistik melainkan dengan memberikan paparan atau penggambaran mengenai situasi atau kondisi dalam menganalisis novel. Penelitian ini digolongkan dalam penelitian kepustakaan (*library research*), karena data diperoleh dengan menganalisis novel dengan cara mengumpulkan dan memilah-milah kata, frasa, klausa, dan kalimat yang mengandung konsep mekanisme pertahanan diri dalam novel yang akan menjadi objek penelitian.

Berdasarkan judul penelitian, sumber data yang digunakan dalam penelitian ini berupa teks dalam bentuk novel yang berjudul “*Insecure*”. Novel ini merupakan cetakan pertama dan diterbitkan oleh PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta, 2016. Terdiri atas 12 bab dengan 240 halaman. Dari data tersebut diperoleh lah sumber data yang akan digunakan untuk mengetahui mekanisme pertahanan diri pada tokoh Zee dalam novel “*Insecure*”

Alat yang digunakan dalam pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan laptop dan lain-lain. adapun klasifikasi data ke dalam konsep-konsep mekanisme pertahanan diri yang sesuai dengan teori. Setelah data dideskripsikan dengan baik secara eksplisit maupun implisit, maka selanjutnya data tersebut diurutkan sesuai dengan urutannya yang kemudian

diambil kesimpulannya (Piliang, 2016:169).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan analisis data dengan menggunakan metode tersebut, maka diperoleh hasil struktur pertahanan diri tokoh Zee dalam novel "Insecure" sebagai berikut:

Penyangkalan

Penyangkalan merupakan sebuah perilaku dimana seseorang selalu mencari alasan apapun walau orang tersebut mengerti bahwa hal yang terjadi itu salah. Menurut Di Giuseppe & Perry (dalam Pradana, dkk, 2023:306) Individu berurusan dengan konflik emosional, atau pemicu stres baik internal maupun eksternal, dengan menolak untuk mengakui beberapa aspek realitas eksternal atau pengalamannya yang akan terlihat oleh orang lain. Subjek secara aktif menyangkal bahwa suatu perasaan, respons perilaku, atau niat (mengenai masa lalu atau masa kini) ada atau tidak ada, meskipun keberadaannya dianggap lebih mungkin oleh pengamat. Subjek dibutakan oleh konten ideasional dan emosional dari apa yang disangkal. Hal ini tidak termasuk 'penyangkalan psikotik' di mana subjek menolak untuk mengakui objek fisik atau peristiwa dalam bidang subjek pada saat ini. Hal tersebut bisa dilihat di kutipan novel *Insecure* pada halaman 126:

Perlahan-lahan kepalaku mengganggu. "Apa yang dilihat dan dipikirkan Sam semuanya benar. Tapi gue nggak bisa melaporkan Mama gue sendiri. Gue sayang sama dia, Vin Cuma dia yang gue punya. Dia yang merawat dan membe sarkan gue. Selain Mama, nggak ada yang peduli." Vini manggut-manggut. "Lo sama kayak ibunya Sam. Sudah jelas-jelas disiksa terus sama orang terkasih, masih aja dibela." Vini mengelus lenganku. "Begitulah kalau kita sudah cinta dan sayang sama seseorang, logika jadi tumpul. Kalau lo cinta sama seseorang sampai merasa sakit seperti ini, berarti lo benaran sayang sama orang itu. Lo nggak mau meninggalkan Mama lo bukan karena utang budi telah membesarkan dan merawat lo, melainkan karena lo emang sayang." (Seplia, 2006:126).

Dalam kutipan tersebut, saat Sam memergoki Zee yang sedang dihajar oleh ibunya, tokoh Zee melakukan penyangkalan terhadap tindak kekerasan yang dilakukan oleh ibunya itu, mekanisme pertahanan diri penyangkalan tercermin dalam kesulitan zee untuk mengakui kebenaran yang dilihat dan dipikirkan oleh Sam. Meskipun pembicara menyadari bahwa apa yang diakui oleh Sam itu benar, namun rasa sayang kepada ibunya membuatnya menolak untuk melaporkan atau menghadapi kenyataan yang sulit. Ini mencerminkan upaya untuk menjaga citra positif dan melindungi hubungan emosional yang kuat dengan ibunya.

Pada percakapan ini, Vini turut serta dalam mekanisme pertahanan penyangkalan, ia mengatakan bahwa zee mirip dengan ibunya Sam. Dengan mengatakan bahwa situasi yang sulit dan disiksa oleh orang terkasih adalah hal yang wajar, Vini membantu memperkuat

keyakinan Zee bahwa pilihan untuk tidak melaporkan atau meninggalkan ibunya adalah sesuatu yang dapat dimaklumi dan bahkan dianggap sebagai bentuk cinta yang sangat besar.

Mekanisme pertahanan diri penyangkalan dapat menghancurkan logika dan. Penekanan pada kasih sayang yang begitu dalam hingga timbulnya rasa sakit dan alasan untuk tidak ingin meninggalkan ibu bukan karena hutang budi melainkan karena kasih sayang, mencerminkan upaya untuk menghindari fakta yang sulit dan menekankan hal positif dari hubungan tersebut. Oleh karena itu, mekanisme pertahanan diri penolakan digunakan untuk menjaga keseimbangan psikologis dan menjaga ikatan emosional yang kuat.

Represi

Represi merupakan suatu kondisi atau perilaku dimana seseorang merasa bahwa situasi atau konflik tertentu sudah berada diluar kendalinya, dan orang tersebut memilih untuk melupakan atau tak mau mengakuinya sama sekali. Represi adalah bentuk pertahanan diri yang mendorong impuls-impuls id yang tidak diterima, dari alam sadar kembali ke alam bawah sadar (Kurniawati, 2019:276). Terdapat pada kutipan novel *Insecure* halaman 123 sebagai berikut:

"Sampai sampai dia nggak mau tahu tentang lo lagi, termasuk saat lo disiksa sama Mama lo sendiri." "Heh! Siapa yang menyiksa gue?!" balasku. Aku mendengar suaraku berteriak. Meski seluruh tubuhku gemetar, ku usahakan untuk berdiri, menantang matanya. "Lo nggak usah sok tahu! Nggak usah ikut campur!" "Gue cuma mau bantu lo!" "Nggak usah" Rahangku gemetar. "Gue nggak pernah minta bantuan lo! Gue kemarin kecelakaan bukan disiksa. Pintar dikit dong jadi orang," balasku setengah berteriak (Seplia, 2006:123).

Dalam dialog ini, terlihat adanya mekanisme pertahanan diri represi yang muncul dari karakter Zee. Zee menolak untuk menerima kenyataan bahwa dia disiksa oleh ibunya, ia membuat suatu bentuk distorsi dari kenangan yang menyakitkan. Dia berusaha menekan id ke alam bawah sadar dengan harapan semua beban konflik terlupakan. Zee menyangkal bahwa mereka menjadi korban kekerasan dari ibunya, dan bahkan menuduh orang lain, dengan keras dan bahkan dengan kemarahan

Dalam upayanya untuk menghindari kenyataan yang sulit dan mengalami pengalaman traumatis, Zee menggunakan mekanisme represi untuk menekan dan menghambat informasi yang dapat menyebabkan ketidaknyamanan emosional. Zee menegaskan bahwa kecelakaan yang dialaminya bukan hasil dari perlakuan kasar, menciptakan suatu ilusi dan memblokir akses terhadap ingatan yang mungkin terlalu sulit untuk dihadapi.

Zee juga menolak bantuan yang ditawarkan oleh Sam, menegaskan bahwa dia tidak butuh campur tangan atau dukungan dari pihak lain. Ini mencerminkan upaya untuk menjaga kontrol dan meredakan perasaan yang berhubungan dengan pengalaman traumatis yang terjadi.

Penghindaran

Penghindaran merupakan suatu perilaku menghindar untuk melindungi perasaan atau seseorang menolak untuk menghadapi objek dan situasi yang tidak menyenangkan dan menghindari situasi atau masalah yang menimbulkan ketidaknyamanan atau kecemasan. Mekanisme ini dapat terjadi secara sadar maupun tidak sadar sebagai bentuk perlindungan diri dari pengalaman yang dianggap mengancam. Hal ini sering kali dilakukan oleh Zee, Zee sering kali mengalihkan pembicaraan atau meminta lawan bicaranya berhenti saat membahas luka luka yang ada di tubuhnya. Mekanisme pertahanan diri penghindaran terdapat pada novel *Insecure* halaman 11:

Lalu para tamu itu menatap ke arah siswa-siswa yang lain, membuatku sungguh takut. Jangan aku... Kumohon, jangan aku! Kutekuk wajahku. Mengerikan kalau sampai mereka bertanya padaku. "Zee." Sam memanggilkmu pelan, nyaris menyerupai bisikan. "Uhm, lo jatuh di kamar mandi lagi, ya? Kok leher lo lebam?" tanyanya sambil menunjuk kerah seragamku. "Gimana sih cara lo mandi sampai memar-memar begitu?" "Ng-nggak. Maksud gue, i-ya. Gue jatuh lagi." Aku buru-buru menarik kerah seragamku ke atas, menutupi lebam itu. "Gue kurang hati-hati. Gue ceroboh. Udah ah, lihat ke depan. Jangan lihat gue. Nanti kita dimarahi Bu Imari". "Oke." Sam menatap lurus ke depan kembali. Tuhan, terima kasih. Aku takut Sam bertanya lagi (Seplia, 2006:11).

Dalam kutipan di atas, terlihat jelas mekanisme pertahanan diri penghindaran yang dilakukan oleh karakter utama. Dia merasa ketakutan dan tidak ingin mendapatkan pertanyaan atau perhatian dari para tamu yang datang untuk sosialisasi di kelasnya. Reaksi takutnya mencerminkan usahanya untuk menghindari percakapan yang mungkin akan membuka rahasia atau kejadian yang tidak diinginkan dan yang sudah terjadi kepadanya. Ketika Sam memperhatikan lebam di leher Zee, reaksi pertama adalah menutupinya dengan menarik kerah seragam, menunjukkan usaha keras untuk menyembunyikan tanda-tanda fisik kejadian tersebut.

Zee juga menunjukkan mekanisme penghindaran melalui alasan yang diutarakan. Dia secara tergesa-gesa mencoba memberikan penjelasan cepat dan tidak meyakinkan tentang bagaimana dia jatuh di kamar mandi. Penekanannya pada ketidakhati-hatian dan kecerobohan mencerminkan usaha untuk mengalihkan perhatian dari pertanyaan yang lebih dalam atau penyelidikan lebih lanjut.

Pertahanan diri penghindaran ini mencapai puncaknya ketika karakter utama memerintahkan Sam untuk tidak memperhatikannya dan berkata bahwa mereka bisa mendapat teguran dari guru karena percakapan mereka yang mungkin berisik. Ini mencerminkan keinginan kuat untuk menghindari pertanyaan lebih lanjut yang dapat membongkar rahasia atau masalah yang tidak Zee inginkan.

Pengalihan

Pengalihan itu bukan saat seseorang mencari pelampiasan emosi yang bersifat positif, pengalihan justru membuat seseorang mencari objek yang bisa menjadi sasaran luapan emosi negatif. Mengalihkan perasaan yang tidak menyenangkan dari satu objek ke objek lainnya yang lebih memungkinkan. Misal, adanya impuls-impuls agresif yang dapat digantikan, sebagai kambing hitam, terhadap objek lainnya yang mana objek-objek tersebut bukan sebagai sumber frustrasi namun lebih aman dijadikan sebagai sasaran. Artinya dapat kita pahami proses mempertahankan diri ketika kita mempunyai perasaan tidak senang terhadap suatu objek, maka kita akan mengalihkan perasaan tidak suka tersebut ke objek lainnya yang lebih aman dijadikan sumber pelampiasan (Nadiyah, dkk, 2023:32). Mekanisme pertahanan diri pengalihan yang dituliskan pada novel ini salah satunya terdapat pada novel *Insecure* halaman 91:

Seketika aku menjerit sekeras kerasnya sambil mengentak hentakkan kaki. Aku melampiaskan kekesalanku, kemarahanku. Rasa rasa sakit yang bermain dalam dadaku ikut keluar bersama jeritan itu (Seplia, 2006:91).

Pada momen Zee mengekspresikan kekesalan dan kemarahannya melalui jeritan dan hentakan kaki, terlihat mekanisme pertahanan diri pengalihan yang kuat. Jeritan dan gerakan kasar tersebut menjadi pelampiasan untuk melepaskan rasa sakit dan ketidakpuasan yang dirasakannya. Ini mencerminkan upaya karakter untuk mengalihkan perhatian dari perasaan yang lebih mendalam dan kompleks, dengan cara mengubahnya menjadi ekspresi fisik yang intens.

Melalui jeritan keras dan hentakan kaki, karakter utama mungkin berusaha untuk menciptakan suatu bentuk pelepasan emosional. Dengan cara ini, karakter mencoba untuk mengalihkan fokus diri sendiri dan mungkin juga perhatian orang lain dari akar permasalahan yang sulit dihadapi. Pengalihan ini dapat memberikan rasa lega walaupun sebentar, meskipun tidak menyelesaikan masalah yang terjadi padanya.

Reaksi karakter yang menunjukkan ekspresi fisik yang dramatis dapat menjadi cara untuk menghindari pikirannya dari perasaan yang mendasari kekesalan dan kemarahannya. Dengan demikian, mekanisme pengalihan ini menciptakan suatu bentuk pelarian sementara dari ketidaknyamanan emosional yang lebih mendalam.

Proyeksi

Proyeksi adalah jenis kerusakan yang sering terjadi apabila tindakan-tindakan yang bermanfaat menggantikan perasaan tidak nyaman. Artinya dapat dipahami ketika kita bersikap tidak pantas terhadap orang lain, kita menyadari dan menutupi masalahnya atau ketidakpercayaan dirinya dilimpahkan kepada orang lain (Nadiyah, dkk, 2023:31). Mekanisme

pertahanan diri proyeksi yang dituliskan pada novel ini salah satunya terdapat pada novel *Insecure* halaman 173:

"Ikut dengan Papa, ya. Mau?" Aku mendongak. "Ma-maksudnya?" "Kamu tinggal dengan Papa dan keluarga baru Papa." Aku menggeleng. "Aku tidak mau. Aku akan tetap tinggal bersama Mama." "Mamamu sudah memperlakukanmu dengan uruk, dan kamu masih ingin tetap bersamanya? Coba pikir ulang." Kugelengkan kepalaku. "Daripada aku tinggal bersama Papa?" Aku mengangkat dagu dan harga diriku. "Yang nya- tanya adalah orang yang meninggalkanku dan Mama enam tahun lalu demi bisa bersama wanita lain?" balasku. "Aku sudah besar, Pa. Jangan menceramahiku. Giliran papaku yang terdiam. "Lebih baik bersama ibu kandung tapi tersiksa ketimbang ibu tiri yang tersenyum di luar tapi hatinya merutuk karena kehadiran orang yang bukan darah dagingnya." "Kenapa kamu bicara seperti itu? Istri Papa tidak begitu!" "Kalau Papa mengajakku bertemu hanya untuk memba waku pergi dari Mama lupakan saja niat itu. Aku tidak akan mau (Seplia, 2006:173).

Dalam kutipan tersebut, terlihat jelas mekanisme pertahanan diri proyeksi yang dilakukan oleh Zee. Saat ayahnya mengusulkan agar Zee tinggal bersamanya dan keluarga barunya, Zee langsung menolak dan menyatakan bahwa ia akan tetap bersama ibunya. Namun, ayahnya mencoba meyakinkan Zee dengan mengkritik perlakuan ibunya terhadapnya.

Proyeksi muncul saat Zee menyalahkan ayahnya atas kepergiannya enam tahun yang lalu demi wanita lain. Dalam upayanya untuk mempertahankan hubungan dan citra positif terhadap ibunya, Zee mencoba menanamkan gambaran bahwa ibu kandungnya lebih baik daripada ibu tiri yang mungkin akan menggantikan peran ayahnya. Ini mencerminkan proyeksi emosional yang digunakan Zee untuk mengalihkan perhatian dari kekecewaan terhadap ayahnya.

Pernyataan Zee tentang "ibu tiri yang tersenyum di luar tapi hatinya merutuk karena kehadiran orang yang bukan darah dagingnya" mencerminkan proyeksi emosionalnya terhadap situasi keluarganya. Zee mungkin menggunakan proyeksi ini sebagai cara untuk menghindari kenyataan bahwa perpecahan keluarganya telah memberikan dampak yang sangat besar pada dirinya secara emosional.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan sebelumnya, pada penelitian ini menggambarkan dengan baik mekanisme pertahanan diri yang digunakan oleh tokoh Zee dalam mengatasi situasi sulit yang dia alami dalam novel "*Insecure*". Mekanisme pertahanan diri ini adalah strategi psikologis yang digunakan oleh individu untuk melindungi diri dari konflik emosional atau situasi yang menimbulkan ketidaknyamanan.

Dalam kasus Zee, penggunaan mekanisme-mekanisme ini mencerminkan upaya dia untuk mengatasi trauma dan tekanan emosional yang dia alami dalam hubungan dengan ibunya

dan orang-orang di sekitarnya. Dalam novel *Insecure* karya Seplia bentuk mekanisme pertahanan yang digunakan oleh tokoh Zee adalah 1.) Penyangkalan, 2.) Represi, 3.) Penghindaran 4.) Pengalihan, 5.) Proyeksi. Dalam novel “*Insecure*” tokoh Zee paling banyak melakukan mekanisme pertahanan diri berupa Penyangkalan dan Penghindaran.

Hal ini menunjukkan bahwa mekanisme pertahanan diri tokoh Zee yang muncul ketika merasakan cemas, stress ataupun merasa tertekan, hal tersebut mengakibatkan tokoh Zee selalu melakukan pengalihan terhadap rasa emosi negatif yang ia rasakan dengan berteriak atau menghentakan kakinya ke lantai. Namun jika hal ini dibiarkan terus menerus maka akan mengakibatkan gangguan psikologis yang lebih parah pada tokoh.

DAFTAR REFERENSI

- Fitri, C. N. (2018). Analisis Unsur Kekerasan dalam Novel-Novel Karya Arafat Nur. *Master Bahasa, Jurnal Ilmiah Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, (6), 3, pp 213—225. DOI: <https://doi.org/10.24173/mb.v6i3.12425>
- Jannah, R., & Salsabila, H. (2022). Mekanisme Pertahanan Ego Said Mahran Dalam Novel *Al-Lisshu Wa Al-Killab* Karya Najib Mahfuzh (Kajian Psikologi Sastra Sigmund Freud). *A Jamiy: Jurnal Bahasa dan Sastra Arab*, (11), 2, pp 298—309. DOI: <http://dx.doi.org/10.31314/ajamiy.11.2.298-309.2022>
- Kurniawati, D. (2019). Mekanisme Pertahanan Diri dalam Cerpen “Nio” Karya Putu Wijaya. *Madah: Jurnal Bahasa dan Sastra*, 10(2), 273-284. DOI: <https://doi.org/10.31503/madah.v10i2.22>
- Minderop. 2010. *Psikologi Sastra: Karya Sastra, Metode, Teori, dan Contoh Kasus*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Nadiyah, A. T., & Riyadi, M. (2023). MEKANISME PERTAHANAN DIRI DALAM NOVEL “ADZZRA’ JAKARTA” KARYA NAJIB KAELANI (PSIKOANALISIS SIGMUND FREUD). *AN-NAS. JURNAL HUMANIORA*, (7), 1, pp 27—36. DOI: <https://doi.org/10.32665/annas.v7i1.2035>.
- Piliang, W. S. H. (2016). Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Sentral Dalam Antologi Cerpen “Cerita Pendek Tentang Cerita Cinta Pendek” Karya Djenar Maesa Ayu (Kajian Psikologi Sastra). *Jurnal Pendidikan Ekonomi Akuntansi.*, (6), 2, pp 164—170.
- Pradana, E., & Saksono, L. (2023). MEKANISME PERTAHANAN DIRI TOKOH UTAMA DALAM NASKAH “MUTTER COURAGE UND IHRE KINDER” KARYA BERTOLT BRECHT. *IDENTITAET*, 12(2), 297-308.
- Sari, N. (2017). Kekerasan Perempuan dalam Novel *Bak Rambut Dibelah tujuh* Karya Muhammad Makhdlori. *Literasi: Jurnal Bahasa Dan Sastra Indonesia Serta Pembelajarannya*, 1(2), pp 41—48. DOI: <http://dx.doi.org/10.25157/literasi.v1i2.792>
- Seplia, 2006. *Insecure*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka utama.