Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Bahasa Indonesia Vol 15 No 2, Oktober 2026

TRAUMA PSIKOLOGIS DAN MEKANISME PERTAHANAN DIRI TOKOH UTAMA DALAM NOVEL *RUMAH UNTUK ALIE* KARYA LENN LIU

D.N. Apriliasari[1], M. Muarifin[2], M.D. Rahmayantis[3]

[123]Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Nusantara PGRI Kediri
Kediri, Indonesia

[1]dindanilamapriliasari@gmail.com, [2]muarifin@unpkediri.ac.id,[3]maristadwi@unpkediri.ac.id

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh meningkatnya isu kesehatan mental, seperti trauma psikologis dalam lingkungan keluarga dan sosial, sebagaimana digambarkan dalam karya sastra. Studi ini bertujuan untuk mengidentifikasi kriteria trauma psikologis yang dialami oleh tokoh utama, Alie, berdasarkan *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth Edition Text Revision* (DSM-5-TR) serta menganalisis bentuk-bentuk mekanisme pertahanan diri yang digunakannya melalui teori psikoanalisis Sigmund Freud dalam novel *Rumah untuk Alie* karya Lenn Liu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan psikologi sastra. Data penelitian terdiri atas kata, kalimat, dialog, dan narasi yang dikumpulkan melalui teknik baca dan catat. Hasil penelitian menunjukkan adanya 15 data terkait kriteria trauma psikologis, yang didominasi oleh pengalaman langsung terhadap peristiwa traumatis (13 data), diikuti oleh penyaksian peristiwa traumatis yang menimpa orang lain (1 data), dan pengetahuan mengenai peristiwa traumatis yang dialami kerabat dekat (1 data). Luka-luka psikologis ini dipicu oleh kekerasan dalam rumah tangga, pelecehan seksual di transportasi umum, dan perundungan di sekolah. Sementara itu, ditemukan 26 data mengenai mekanisme pertahanan diri, yang meliputi regresi (14 data), represi (6 data), penyangkalan/denial (3 data), dan pengalihan/displacement (3 data). Sebagai simpulan, tokoh utama, Alie, mengalami trauma psikologis berat dan secara tidak sadar menggunakan mekanisme pertahanan diri khususnya regresi atau kemunduran perilaku sebagai upaya ego untuk bertahan hidup dan melindungi kondisi mentalnya agar tidak runtuh.

Kata kunci: Mekanisme Pertahanan Diri; *Rumah untuk Alie;* Tokoh Utama; Trauma Psikologis

Abstract

This research is motivated by the rise of mental health issues, such as psychological trauma within family and social environments, as represented in literary works. This study aims to identify the criteria of psychological trauma experienced by the main character, Alie, based on the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5-TR) and to analyze the forms of defense mechanisms he uses through Sigmund Freud's psychoanalytic theory in the novel Rumah untuk Alie by Lenn Liu. The method used in this study is descriptive qualitative with a psychology of literature approach. The research data consists of words, sentences, dialogues, and narratives collected through the note-taking and reading technique. The results show that there are 15 data points regarding psychological trauma criteria, which are dominated by directly experiencing traumatic events (13 data), followed by witnessing traumatic events happening to others (1 data), and knowing about traumatic events experienced by close relatives (1 data). These psychological wounds were triggered by domestic violence within the family, sexual harassment on public transportation, and bullying at school. Meanwhile, 26 data points regarding defense mechanisms were found, including regression (14 data), repression (6 data), denial (3 data), and displacement (3 data). In conclusion, the main character, Alie, experiences severe psychological trauma and unconsciously uses defense mechanisms particularly regression or behavioral setbacks as an ego effort to survive and protect his mental condition from breaking down.

Keywords: *Self-Defense Mechanisms; Rumah untuk Alie; Main Character; Psychological Trauma*

PENDAHULUAN

Menurut Prasetya & Rahmayantis (2022:5) sastra merupakan karya yang lahir dari imajinasi manusia yang selalu merefleksikan hubungan antara manusia dengan lingkungannya, serta tercipta dari dorongan manusia untuk mengungkapkan masalah kemanusiaan hingga semesta. Sebuah karya sastra merupakan sarana untuk menuangkan pemikiran pengarang dalam menuangkan gagasan-gagasan pemikirannya (Muarifin et al., 2025). Sastra juga dijadikan sebagai wadah untuk menyalurkan bakat, aspirasi ataupun segala kejadian yang terjadi di masyarakat (Dewi, 2021). Sebagai cerminan kehidupan sosial, karya sastra merepresentasikan realitas kehidupan yang lahir dari respons kreatif dan pengalaman batin seorang pengarang terhadap dinamika lingkungan di sekitarnya. Secara umum, karya sastra terbagi menjadi dua jenis, yaitu fiksi dan nonfiksi.

Dalam karya sastra, trauma dan kekerasan sering kali dikaitkan dengan konflik-konflik yang digambarkan oleh pengarang dalam kehidupan tokoh, salah satunya melalui novel (Firdausia & Abdullah, 2025). Novel merupakan salah satu karya sastra kreatif yang berbentuk prosa. Berbeda dengan puisi dan drama, prosa lebih menonjolkan narasinya (Alviah, 2014). Karakter-karakter ini tidak hanya ditampilkan melalui perilaku lahiriah, tetapi juga melalui dinamika batin yang mencerminkan permasalahan psikologis yang realistis, seperti trauma, rasa cemas, ketakutan, dan ketidakstabilan emosi. Tokoh dalam karya sastra biasanya menjadi representasi dari realitas sosial yang ada, termasuk kondisi kejiwaan korban kekerasan yang berjuang untuk bertahan. Setiap tokoh utama memiliki kepribadian yang unik, yang terbentuk dari dinamika tersendiri. Dinamika ini merupakan interaksi antara proses sadar dan tidak sadar dalam diri manusia, dan interaksi inilah yang pada akhirnya menentukan karakteristik dan tipikal kepribadian setiap individu (Arthamevia et al., 2026).

Freud mendefinisikan trauma sebagai peristiwa intens dalam hidup yang gagal direspons oleh individu, sehingga membawa dampak jangka panjang bagi organisasi psikisnya (Laplanche & Pontalis, 1967 dalam Irwanto & Kumala, 2020). Trauma yang tidak terselesaikan akan tersimpan dalam alam bawah sadar dan muncul kembali dalam bentuk gejala psikologis seperti mimpi, mekanisme pertahanan diri, hingga gangguan emosional yang kompleks (Rosida & Hikam, 2025). Istilah trauma yang berasal dari bahasa Latin dan berarti luka awalnya merupakan kata benda yang digunakan untuk menggambarkan respons manusia terhadap suatu peristiwa atau pengalaman tertentu. Seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan, istilah trauma digunakan oleh kalangan psikiater untuk menjelaskan kondisi gangguan psikologis yang timbul akibat pengalaman mengancam atau membahayakan jiwa seseorang. Dalam profesi psikolog dan psikiatri yang diwakili oleh American Psychological Association (APA), trauma didefinisikan sebagai suatu kejadian luar biasa yang bersifat mengancam fisik dan harga diri individu serta dianggap dapat menyebabkan kematian sehingga menimbulkan rasa takut yang luar biasa, rasa tidak aman, dan rasa tidak berdaya ketika peristiwa itu terjadi (*APA* (2008:2) dalam Irwanto and Kumala, 2020).

Dalam mengidentifikasi pengalaman traumatis pada tokoh, penelitian ini menggunakan kriteria paparan terhadap peristiwa traumatis sebagaimana diuraikan dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth Edition, Text Revision* (DSM-5-TR) (Pender et al., 2022), yaitu sebagai berikut.

1. Mengalami secara langsung peristiwa traumatis.
2. Menyaksikan secara langsung peristiwa traumatis yang dialami orang lain.
3. Mengetahui bahwa peristiwa traumatis dialami oleh kerabat dekat.
4. Mengalami paparan berulang atau ekstrem terhadap detail peristiwa traumatis yang tidak enyenangkan.

Dalam upaya menghadapi tekanan psikologis tersebut individu secara tidak sadar mengembangkan berbagai cara untuk melindungi dirinya dari rasa sakit psikis yang berlebihan. Dalam perspektif psikoanalisis Sigmund Freud, upaya perlindungan tersebut dikenal sebagai mekanisme pertahanan diri. Mekanisme pertahanan diri merupakan cara yang digunakan individu secara tidak sadar untuk melindungi ego dari kecemasan atau tekanan psikologis yang muncul akibat konflik batin maupun pengalaman traumatis (Wuandari et al., 2021). Freud (dalam

Minderop, 2016) mengemukakan bahwa terdapat berbagai macam bentuk mekanisme pertahanan ego yang digunakan manusia untuk memproses pengalaman emosional yang berat. Meskipun terdapat banyak jenis mekanisme pertahanan diri dalam teori psikoanalisis, penulis membatasi penelitian ini dengan hanya mengambil empat indikator saja yang dianggap paling relevan dengan objek penelitian. Empat bentuk mekanisme pertahanan diri tersebut dijabarkan sebagai berikut.

1. Represi *(repression)* merupakan fondasi utama dari cara kerja semua mekanisme pertahanan ego. Tugas represi adalah mendorong keluar impuls, ingatan, atau pikiran yang mengancam dan tidak diterima dari alam sadar kembali ke alam bawah sadar. Akibat represi, individu menjadi tidak menyadari impuls yang menimbulkan kecemasan atau tidak mengingat peristiwa masa lalu yang sangat emosional dan traumatis.
2. Penyangkalan *(denial)* adalah strategi pertahanan bawah sadar yang digunakan oleh ego ketika ia tidak sanggup menghadapi atau memproses aspek realitas eksternal yang terlalu traumatis atau mengancam integritas psikologis individu. Berbeda dengan represi yang menekan dorongan dari dalam diri, denial secara spesifik menolak fakta fisik atau peristiwa nyata yang terjadi di luar diri individu sehingga individu benar-benar meyakini bahwa realitas yang mengancam tersebut tidak pernah ada.
3. Pengalihan *(displacement)* adalah mekanisme pertahanan di mana dorongan atau perasaan tidak senang terhadap suatu objek dialihkan ke objek pengganti yang secara psikologis lebih mudah diakses atau lebih aman. Sebagai contoh, impuls agresif atau amarah dialihkan melalui mengambinghitaman kepada orang lain atau benda mati yang sebenarnya bukan sumber utama dari frustrasi.
4. Regresi *(regression)* adalah kondisi di mana individu kembali ke tahap perkembangan atau perilaku masa lalu ketika menghadapi tekanan berat. Regresi dapat berupa perilaku yang mirip anak kecil seperti menangis dan bersikap manja demi memperoleh rasa aman atau hilangnya kontrol kedewasaan sehingga melakukan tindakan kasar yang tidak berbudaya.

Salah satu karya sastra yang secara mendalam merepresentasikan fenomena ini adalah novel *Rumah untuk Alie* karya Lenn Liu. Novel *best seller* nasional tahun 2024 yang berawal dari *Alternate Universe* (AU) viral ini menggambarkan trauma psikologis tokoh Alie akibat pola asuh yang keras dan relasi keluarga yang tidak sehat. Kompleksitas konflik batin dan perubahan perilaku Alie sebagai tokoh utama menjadikan novel ini sangat relevan dikaji melalui pendekatan psikologi sastra. Penelitian terdahulu telah banyak mengkaji tema trauma pada karya fiksi, seperti penelitian (Husna, 2023) mengkaji trauma pada remaja dalam drama *Move to Heaven*, (Jayanti et al., 2024) mengkaji trauma dalam film *Ketika Berhenti di Sini*, serta (Fristiani et al., 2024) mengkaji trauma dalam drama *Hometown Cha-Cha-Cha*.

Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa tema trauma telah banyak dikaji dalam berbagai konteks, seperti drama dan film. Meskipun demikian, penelitian mengenai trauma psikologis yang digabung dengan mekanisme pertahanan diri dalam sebuah karya fiksi masih relatif terbatas, khususnya yang mengkaji kriteria trauma psikologi klinis dan bentuk mekanisme pertahanan diri tersebut secara bersamaan. Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kriteria trauma psikologis berdasarkan kriteria DSM-5-TR dan menganalisis bentuk mekanisme pertahanan diri yang digunakan tokoh utama dalam menghadapi trauma tersebut melalui perspektif psikoanalisis Sigmund Freud. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap kajian psikologi sastra, khususnya gambaran kondisi kejiwaan tokoh dalam karya sastra berupa novel.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) di mana peneliti sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif atau kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna daripada generalisasi (Sugiyono, 2013). Pendekatan ini dipilih karena bertujuan untuk menjelaskan dan menganalisis

kriteria trauma psikologis serta bentuk mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam novel *Rumah untuk Alie* karya Lenn Liu. Dalam pendekatan kualitatif, data yang dikumpulkan berupa kata-kata, kutipan, narasi, dan deskripsi yang terdapat dalam teks sastra yang dianalisis secara interpretatif.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Metode deskriptif digunakan dalam penelitian ini untuk mengungkapkan, menggambarkan, mendeskripsikan, menguraikan, dan memaparkan objek penelitian (Sabi'a & Andari, 2024). Menurut (Corrielia et al., 2022) jenis penelitian deskriptif kualitatif merupakan prosedur pemecahan masalah tidak dengan menggunakan perhitungan melainkan mendeskripsikan tuturan-tuturan. Menurut (Siswantoro, 2010) data merupakan sumber informasi yang dipilih untuk dianalisis dalam sebuah penelitian. Berdasarkan sumbernya, data dibedakan menjadi dua yaitu primer dan sekunder.

Data primer merujuk pada data utama yang diperoleh secara langsung dari sumber tanpa perantara (Siswantoro, 2010). Data primer dalam penelitian ini adalah kalimat, narasi, dan dialog yang menunjukkan adanya mekanisme pertahanan diri sebagai respons trauma terhadap tokoh utama dalam novel *Rumah untuk Alie* karya Lenn Liu. Sedangkan data sekunder merupakan data tidak langsung yang dikumpulkan melalui pihak ketiga namun tetap mengacu pada kerangka konsep yang telah ditetapkan (Siswantoro, 2010). Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh melalui kajian pustaka atau referensi ilmiah yang relevan dengan topik penelitian, termasuk sumber-sumber dari internet yang mendukung analisis masalah yang dikaji. Menurut (Moleong, 2018) sumber data merupakan segala sesuatu yang memuat informasi berupa kata-kata, baik lisan maupun tulisan, serta objek yang diamati secara cermat sehingga peneliti dapat menangkap makna-makna tersembunyi dalam dokumen atau benda tersebut. Adapun sumber data dalam penelitian ini adalah novel *Rumah untuk Alie* karya Lenn Liu dengan jumlah 255 halaman yang menjadi objek utama analisis.

Dalam penelitian ini pengumpulan data dilakukan dengan cara simak catat dan peneliti akan bergerak maju mundur untuk menelaah data yang diperoleh sehingga data yang dihasilkan lebih berkualitas (Laily et al., 2022). Analisis data merupakan kegiatan yang bertujuan menggali dan mengatur data yang didapat dari wawancara, observasi lapangan, dan berkas-berkas dengan cara mengelompokkan data ke dalam kategori, merinci menjadi bagian-bagian, melakukan sintesis, menyusun dalam format tertentu, menentukan mana yang signifikan dan yang akan dianalisis, serta merumuskan kesimpulan agar informasi tersebut mudah dipahami baik oleh peneliti maupun orang lain (Sugiyono, 2013). Teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu pengumpulan data, pencatatan data, reduksi data (pemilihan, penyederhanaan, penggambaran, transformasi), pengelompokan data berdasarkan indikator, pemeriksaan data (pengecekan kelengkapan transkrip dan catatan), data akurat dan sesuai, serta kesimpulan penelitian.

Pengecekan keabsahan data adalah tahap krusial dalam penelitian yaitu dengan memastikan bahwa informasi yang didapatkan benar-benar valid, dapat diandalkan, dan merefleksikan keadaan yang sedang diteliti. Salah satu teknik yang menjamin keabsahan tersebut adalah triangulasi, yaitu cara memverifikasi data dengan membandingkan menggunakan unsur lain di luar data, keperluan pengecekan atau sebagai pembanding. Menurut (Moleong, 2018) triangulasi terdiri atas empat jenis yaitu triangulasi sumber, triangulasi metode, triangulasi peneliti, dan triangulasi teori. Dalam penelitian ini menggunakan triangulasi teori yaitu dengan menggunakan lebih dari satu teori dalam menganalisis data. Hal ini dilakukan karena satu teori saja tidak cukup menilai validitas fakta. Teori yang digunakan adalah teori trauma dari *DSM-5-TR* (2021) dan teori psikoanalisis dari Sigmund Freud. Penggunaan berbagai teori ini bertujuan memberikan sudut pandang yang lebih luas dalam menafsirkan data, sehingga hasil analisis tidak bersifat tunggal atau subjektif semata.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian adalah temuan informasi atau data yang diperoleh setelah melakukan serangkaian prosedur penelitian. Adapun pembahasan merupakan menjawab pertanyaan penelitian. Data dalam penelitian ini diperoleh melalui teknik simak dan catat yang bersumber

dari novel *Rumah untuk Alie* karya Lenn Liu. Berdasarkan hasil pengumpulan data, ditemukan 15 data kriteria trauma psikologis yang terdiri atas: mengalami langsung peristiwa traumatis (13 data), melihat langsung kejadian traumatis pada orang lain (1 data), dan mengetahui kejadian traumatis yang dialami kerabat dekat (1 data). Sementara itu, bentuk mekanisme pertahanan diri tokoh utama yang ditemukan berjumlah 26 data, meliputi: regresi (14 data), represi (6 data), penyangkalan (3 data), dan pengalihan (3 data).

1. Kriteria Trauma Psikologis Tokoh Utama dalam Novel *Rumah untuk Alie* karya Lenn Liu

Trauma psikologis merupakan respons mental, emosi, dan perilaku akibat peristiwa buruk yang mengancam kematian, cedera berat, atau kekerasan seksual. Berdasarkan teori yang digunakan, paparan trauma tersebut dianalisis melalui empat kriteria, yaitu: (1) mengalami langsung peristiwa traumatis, (2) melihat langsung kejadian traumatis pada orang lain, (3) mengetahui kejadian traumatis yang dialami kerabat dekat atau sahabat, dan (4) mengalami paparan berulang terhadap rincian peristiwa traumatis. Dalam penelitian ini, kriteria tersebut dikaji melalui satuan teks berupa kata, kalimat, maupun narasi yang menggambarkan kondisi kejiwaan tokoh utama dalam novel *Rumah untuk Alie* karya Lenn Liu.

a. Mengalami Langsung Peristiwa Traumatis

Peristiwa traumatis terhadap ancaman serius seperti risiko kematian, cedera berat, atau kekerasan seksual yang dialami tokoh utama secara langsung.

Data 001

Helaan napas kasar Sadipta mengudara. Tangannya mengempas kasar jemari Alie yang baru saja mendarat di lengan kemejanya. Dia lalu kemudian membawa tangannya pada rambut Alie dan menariknya kuat-kuat, mengarahkan wajah lugu tersebut ke arahnya.

(RUA, 2024: 19)

Kutipan tersebut menggambarkan sebuah tindakan kekerasan fisik yang menimpa tokoh Alie secara langsung di dalam cerita. Kejadian tersebut dimulai ketika tokoh Sadipta menunjukkan respons emosional yang negatif setelah dia muak dengan permohonan Alie yang terus meminta tolong untuk mengantarnya ke sekolah karena ojeknya sedang libur.

Data 001 tersebut menunjukkan kriteria mengalami langsung peristiwa traumatis karena memuat unsur kekerasan fisik secara interpersonal yang mengancam keamanan diri korban. Bukti konkret dalam teks ditunjukkan melalui frasa "menariknya kuat-kuat" pada bagian rambut serta tindakan "mengempas kasar" jemari korban. Perlakuan kasar yang menimbulkan rasa sakit fisik dan tekanan mental secara seketika ini menjadi bukti nyata bahwa tokoh Alie mengalami paparan trauma secara langsung akibat perbuatan agresif dari orang lain.

b. Melihat Langsung Kejadian Traumatis yang Menimpa Orang Lain

Tokoh utama melihat langsung kejadian traumatis terhadap ancaman serius seperti risiko kematian, cedera berat, atau kekerasan seksual yang terjadi pada orang lain.

Data 014

Namun, satu hal yang dia sadari sekarang, bundanya tergeletak tak jauh dari tempatnya berdiri. Cairan berwarna merah pekat mulai mengalir dari beberapa sisi tubuh bundanya.

(RUA, 2024: 6)

Kutipan tersebut memaparkan situasi ketika tokoh utama menyaksikan secara langsung kondisi tragis yang menimpa ibu kandungnya. Tokoh utama tiba-tiba menyadari bahwa bundanya sudah dalam posisi roboh dan tidak berdaya di lantai, tidak jauh dari posisi dirinya berada. Situasi tersebut semakin diperjelas ketika tokoh utama melihat adanya darah atau cairan merah pekat yang keluar dan mengalir dari berbagai bagian tubuh bundanya.

Data 014 tersebut menunjukkan kriteria melihat langsung kejadian traumatis yang menimpa orang lain karena tokoh utama berada di lokasi kejadian dan menyaksikan akibat dari suatu ancaman serius atau cedera berat yang dialami orang terdekatnya. Bukti konkret dalam teks ditunjukkan melalui frasa "tergeletak tak jauh dari tempatnya berdiri" yang menandakan bahwa tokoh utama berada di jarak pandang yang sangat dekat saat peristiwa itu terjadi. Selain

itu, frasa "Cairan berwarna merah pekat mulai mengalir" menjadi bukti visual nyata bahwa tokoh utama melihat langsung kondisi cedera parah atau risiko kematian yang sedang mengancam nyawa bundanya, sehingga memicu trauma psikologis yang mendalam.

c. Mengetahui Kejadian Traumatis Dialami oleh Kerabat Dekat atau Sahabat

Tokoh utama mengetahui kejadian traumatis terhadap ancaman serius seperti risiko kematian, cedera berat, atau kekerasan seksual dialami oleh kerabat dekat atau sahabat.

Data 015

Alie paham, semua caci maki dan pengabaian yang dia terima adalah bentuk rasa sakit terpendam yang tidak bisa dengan lantang mereka suarakan. Mereka memilih melampiaskan dan menyalahkan kepergian Bunda pada Alie, agar setidaknya, sakit mereka dapat terurai. (RUA, 2024: 68)

Kutipan tersebut memaparkan pemahaman tokoh Alie mengenai alasan di balik perlakuan buruk yang dia terima dari keluarganya. Alie menyadari bahwa tindakan caci maki serta sikap pengabaian yang diarahkan kepadanya merupakan pelampiasan dari rasa sakit mendalam yang dirasakan oleh anggota keluarganya yang lain. Rasa sakit dan kemarahan keluarga tersebut bersumber dari peristiwa hilangnya atau meninggalnya sosok ibu mereka, di mana mereka memilih untuk menimpakan kesalahan atas tragedi tersebut kepada Alie.

Data 015 tersebut menunjukkan kriteria mengetahui kejadian traumatis dialami oleh kerabat dekat atau sahabat karena berfokus pada respons psikologis tokoh utama setelah mengetahui kabar kematian atau musibah yang menimpa anggota keluarga intinya. Bukti konkret dalam teks ditunjukkan melalui frasa "menyalahkan kepergian Bunda pada Alie". Kata "kepergian Bunda" di sini menjadi informasi mengenai peristiwa traumatis kehilangan atau kematian yang menimpa kerabat dekat Alie, yaitu ibu kandungnya. Dalam kutipan ini, pengetahuan dan kesadaran penuh akan hilangnya sosok Bunda serta dampak kehancuran emosional yang menyelimuti keluarganya menjadi sumber trauma bagi Alie.

2. Bentuk Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Utama dalam Novel *Rumah untuk Alie* karya Lenn Liu

Mekanisme pertahanan diri adalah cara yang digunakan seseorang untuk melindungi diri dari rasa cemas akibat konflik batin atau trauma. Mekanisme ini menjadi ciri khas yang dominan karena bisa mencerminkan dan memengaruhi perkembangan kepribadian seseorang. Penelitian ini mendeskripsikan bentuk mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam novel *Rumah untuk Alie* karya Lenn Liu melalui kutipan kata, kalimat, maupun narasi. Adapun bentuk mekanisme pertahanan diri yang diteliti meliputi represi, sublimasi, penyangkalan, pengalihan, dan regresi.

a. Represi

Pikiran, ingatan, atau emosi yang menyakitkan atau tidak dapat diterima ditekan agar tidak muncul ke alam sadar.

Data 016

Walau faktanya, dia memang diasingkan di keluarganya itu. Namun, boleh, kan, dia menaruh rasa iri kepada kedua saudaranya itu? Alie menggeleng, mencoba menyadarkan dirinya sendiri. Ini masih pagi, jangan mikir yang aneh-aneh, batin Alie. (RUA, 2024: 32)

Kutipan tersebut memaparkan konflik batin yang dialami oleh tokoh Alie ketika menyadari posisinya yang dikucilkan di dalam keluarga. Di tengah kesedihan tersebut, muncul sebuah perasaan iri yang spontan di dalam hati Alie terhadap perlakuan yang diterima oleh kedua saudaranya. Namun, menyadari bahwa emosi negatif tersebut tidak sepantasnya dipelihara, Alie langsung melakukan tindakan fisik dengan menggelengkan kepala dan memperingatkan batinnya sendiri untuk segera menghentikan pikiran buruk tersebut di pagi hari.

Data 016 tersebut menunjukkan bentuk dari represi yaitu usaha sadar di awal untuk menekan dan mengubur pikiran atau emosi yang menyakitkan agar tidak naik ke permukaan alam sadar. Bukti konkret dalam teks ditunjukkan melalui frasa "Alie menggeleng, mencoba menyadarkan dirinya sendiri" serta kalimat "jangan mikir yang aneh-aneh, batin Alie." Dorongan

batin untuk melarang dirinya berpikir "aneh-aneh" (rasa iri dan fakta pengasingan diri) menunjukkan mekanisme ego yang secara aktif memaksa emosi negatif tersebut masuk kembali ke alam bawah sadar agar Alie terhindar dari kecemasan yang lebih besar.

b. Pengalihan

Seseorang mengalihkan emosi, dorongan atau perasaan tidak senang dari suatu objek atau orang aslinya ke sasaran lain yang dianggap lebih aman atau tidak mengancam.

Data 022

Seketika Alie merasa sedih dan takut pada waktu yang bersamaan, sampai-sampai harus meremas celana kulot yang dia gunakan.

(RUA, 2024: 65)

Kutipan tersebut memaparkan kondisi emosional tokoh Alie yang sedang mengalami tekanan batin yang sangat hebat. Rasa sedih dan rasa takut yang datang secara bertubi-tubi di waktu yang bersamaan membuat Alie merasakan ketegangan psikologis yang luar biasa. Karena tidak tahu harus berbuat apa dan tidak bisa meluapkan perasaan tersebut secara langsung, Alie melimpahkan ketegangan emosinya melalui tindakan fisik, yaitu meremas celana kulot yang sedang ia kenakan kuat-kuat.

Data 022 tersebut menunjukkan bentuk pengalihan. Alie sedang merasakan emosi negatif yang besar (sedih dan takut), namun ia tidak bisa meluapkannya kepada penyebab asli yang membuat dirinya takut (objek asli). Agar ketegangan batin tersebut tidak meledak dan menyiksa dirinya, ego Alie mengalihkan dorongan emosional tersebut ke sasaran lain yang jauh lebih aman dan tidak berbahaya, yaitu benda mati berupa celana kulotnya sendiri. Bukti konkret dalam teks ditunjukkan melalui frasa "meremas celana kulot" sebagai pelampiasan langsung dari frasa "merasa sedih dan takut." Tindakan meremas ini menjadi saluran fisik yang aman bagi Alie untuk menguraikan rasa sakit batinnya tanpa memicu ancaman baru.

c. Penyangkalan

Mekanisme pertahanan psikologis yang seseorang menolak untuk mengakui, menghadapi, atau menerima fakta, realitas, atau informasi yang terlalu menyakitkan atau mengancam keseimbangan emosionalnya.

Data 025

Sepenuh hati dia berharap jika apa yang dia pikirkan tidak terjadi. Bukankah mereka baru saja pulang dari liburan di pantai?

(RUA, 2024: 6)

Kutipan tersebut memaparkan kondisi psikologis tokoh Alie yang sedang berada dalam ambang syok karena menghadapi sebuah kenyataan buruk yang sangat mengejutkan. Di dalam batinnya, ia menolak keras kenyataan tersebut dengan menaruh harapan besar bahwa apa yang sedang terjadi atau dipikirkannya hanyalah sebuah kekeliruan. Untuk memperkuat penolakannya, ia memunculkan ingatan menyenangkan yang baru saja berlalu yaitu momen liburan bersama di pantai sebagai tameng untuk meyakinkan dirinya sendiri bahwa situasi keluarganya masih baik-baik saja.

Data 025 tersebut menunjukkan bentuk penyangkalan yang ego menolak untuk mengakui fakta realitas yang terlalu menyakitkan karena dapat menghancurkan keseimbangan emosionalnya. Bukti konkret dalam teks ditunjukkan melalui kalimat tanya retoris "Bukankah mereka baru saja pulang dari liburan di pantai?" yang digunakan tokoh untuk mendebat atau mengaburkan kenyataan pahit yang sedang ada di depannya. Frasa "berharap jika apa yang dia pikirkan tidak terjadi" menegaskan bahwa pikiran tokoh secara aktif menutup mata dari realitas objektif dan memilih berlindung di balik realitas alternatif (memori liburan) demi melindungi dirinya dari hantaman rasa trauma yang terlalu berat.

d. Regresi

Perilaku seseorang yang mirip anak kecil, menangis, dan sangat manja agar memperoleh rasa aman dan perhatian orang lain.

Data 030

"Ayah sama Kakak makan di luar, Bi." Senyum getir Alie terukir, matanya mulai diisi oleh cairan bening. "Lie nggak diajak...."

"Bi, Lie juga mau ikut... Lie juga mau makan bareng di luar sama Kakak dan Ayah... Bi, Lie sedih sekali." Tangis Alie pecah. Dia menenggelamkan wajahnya dalam lipatan tangannya di meja.

(RUA, 2024: 66)

Kutipan tersebut menggambarkan rasa kecewa dan kesedihan yang mendalam pada diri tokoh Alie karena merasa diabaikan oleh keluarganya. Ketika mengetahui bahwa ayah dan kakaknya pergi makan bersama tanpa memberi tahu atau mengajaknya, Alie merasa tersisih. Alie kemudian meluapkan rasa sedihnya kepada asisten rumah tangga yang dipanggilnya "Bi". Ia menangis lalu menyembunyikan wajahnya di atas meja karena tidak mampu menahan emosi negatif tersebut.

Data 030 menunjukkan bentuk mekanisme pertahanan diri berupa regresi. Dalam data ini, sifat kekanak-kanakan Alie terlihat dari caranya menyebut diri sendiri dengan nama panggilan masa kecil, yaitu "Lie", saat mengeluh kepada pembantunya. Cara berbicara dan kalimat yang diucapkan secara berulang untuk ikut makan bersama menunjukkan sikap manja serta ketergantungan emosional yang tinggi terhadap kehadiran keluarga. Melalui sikap regresi ini, ego Alie secara tidak sadar bertingkah seperti anak kecil yang rapuh dengan tujuan untuk mendapatkan perhatian, rasa iba, dan kasih sayang yang tidak ia peroleh dari ayah serta kakaknya.

PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis terhadap novel *Rumah untuk Alie* karya Lenn Liu dapat disimpulkan bahwa tokoh utama Alie mengalami trauma psikologis yang sangat berat akibat rentetan peristiwa buruk di lingkungannya. Trauma tersebut sebagian besar bersumber dari pengalaman kekerasan, intimidasi, dan pelecehan yang dialami secara langsung oleh Alie baik di dalam lingkungan keluarga maupun lingkungan sosialnya. Selain itu, guncangan batin Alie juga diperberat oleh ingatan traumatis masa lalu serta hilangnya figur pelindung dalam hidupnya. Kombinasi dari berbagai tekanan ini membentuk luka batin yang mendalam dan memengaruhi kondisi kejiwaan tokoh utama secara menyeluruh.

Untuk mengatasi kecemasan dan melindungi mentalnya yang tertekan, tokoh utama secara tidak sadar menggunakan berbagai bentuk mekanisme pertahanan diri. Pertahanan diri yang paling dominan digunakan adalah regresi, di mana tokoh utama menunjukkan kemunduran perilaku seperti menangis histeris atau bersikap tidak berdaya layaknya anak-anak saat menghadapi situasi yang mengancam. Selain regresi, tokoh utama juga menggunakan mekanisme represi untuk menekan ingatan menyakitkan, penyangkalan untuk menolak tuduhan palsu, serta pengalihan emosi ke sasaran lain. Secara konseptual, penggunaan mekanisme pertahanan diri ini memperlihatkan usaha keras ego tokoh utama untuk bertahan hidup dan menjaga kondisi mentalnya agar tidak hancur di tengah situasi hidup yang traumatis.

DAFTAR PUSTAKA

Agasta, C. B. W. V., Lailiyah, N., & Sujarwoko. (2022). Analisis tindak tutur direktif dalam dialog film *Mariposa*. *Prosiding Seminar Nasional Sains, Kesehatan, dan Pembelajaran, 2*(1), 178–185. https://doi.org/10.29407/seinkesjar.v2i1.3015

Alviah. (2014). Kesantunan berbahasa dalam tuturan novel *Para Priyayi* karya Umar Kayam. *Seloka: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, 3*(2), 128–135. https://doi.org/10.15294/seloka.v3i2.6629

Arthamevia, K. A., Rachmawati, K., & Pauji, D. R. (2026). Pembentukan trauma tokoh utama dalam novel *Aku Tak Membenci Hujan;* psikologi sastra. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Bahasa Indonesia, 15*(1), 72–84. https://doi.org/10.23887/jurnal_bahasa.v15i1.6756

Dewi, N. P. A. S. (2021). Karakter perempuan dalam novel *Wijaya Kusuma* dari *Kamar Nomor Tiga* karya Maria Matildis Banda. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Bahasa Indonesia, 10*(1), 130–133. https://doi.org/10.23887/jurnal_bahasa.v10i1.305

Firdausia, A., & Abdullah, A. A. (2025). Mekanisme pertahanan diri sebagai respons trauma pada tokoh Rhea dalam novel *Leiden*: Psikoanalisis Sigmund Freud. *Konasindo: Konferensi Nasional Mahasiswa Sastra Indonesia Prodi Sastra Indonesia, 2*, 143–159.

Fristiani, A. N., Abdullah, A., & Rosfiantika, E. (2024). Representasi trauma coping dalam drama Korea *Hometown Cha-Cha-Cha. Sintesa, 3*(2), 1–23. https://doi.org/10.30996/sintesa.v3i02.10598

Husna, S. H. (2023). Trauma pada remaja dalam drama Korea *Move to Heaven (slice of life)*. Electronic Theses, IAIN Ponorogo. http://etheses.iainponorogo.ac.id/id/eprint/26333

Irwanto, & Kumala, H. (2020). *Memahami trauma dengan perhatian khusus pada masa kanak-kanak*. PT Gramedia Pustaka Utama.

Jayanti, S. T., Purnomo, M. H., & Fadilah, Y. (2024). Trauma dalam film *Ketika Berhenti di Sini*: Eksplorasi sumber, respons, dan strategi koping (kajian psikologi sastra). *Nusa: Jurnal Ilmu Bahasa dan Sastra, 19*(2), 74–88. https://doi.org/10.14710/nusa.19.2.74-88

Laily, I. N., Waryanti, E., & Muarifin, M. (2022). Inkontinensi emosi (gangguan kepribadian psikopat) dalam drama Korea *It's Okay to Not Be Okay* yang disutradarai oleh Park Shin-Woo. *SEMDIKJAR 5, 5*, 868–890. https://doi.org/10.29407/m81gbn06

Minderop, A. (2016). *Psikologi sastra: Karya sastra, metode, teori, dan contoh kasus* (Ed. ke-2). Yayasan Pustaka Obor Indonesia.

Moleong, L. J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif* (Ed. ke-38). PT Remaja Rosdakarya.

Muarifin, M., Waryanti, E., & Puspitoningrum, E. (2025). Konflik batin tokoh utama dan pengembangan karakter dalam *Panji Laras*: Telaah cerita Panji populer. *Pembahsi: Jurnal Pembelajaran Bahasa Indonesia, 15*(1), 191–205. https://doi.org/10.31851/pembahsi.v15i1.17009

American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed., text rev.). https://lccn.loc.gov/2021051782

Prasetya, A., & Rahmayantis, M. D. (2022). Seven steps of the novel adaptation process into the movie of *Friends But Married 2* by Rako Prijanto. *Wacana: Jurnal Bahasa, Seni, dan Pengajaran, 5*(2), 81–91. https://doi.org/10.29407/jbsp.v5i2.17560

Rosida, S., & Hikam, A. I. (2025). Analisis psikoanalisis sastra terhadap trauma dan ingatan kolektif. *Morfologi: Jurnal Ilmu Pendidikan, Bahasa, Sastra, dan Budaya, 3*(4), 64–88. https://doi.org/10.61132/morfologi.v3i4.1880

Sabi'a, S., & Andari, N. (2024). Kriteria diagnostik PTSD tokoh utama Setsuko dalam anime *Hotaru no Haka* karya Isao Takahata. *Mezurashii, 6*(1), 117–134. https://doi.org/10.30996/mezurashii.v6i1.11000

Siswantoro. (2010). *Metode penelitian sastra: Analisis struktur puisi*. Pustaka Pelajar.

Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Ed. ke-19). Alfabeta.

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. https://doi.org/10.30872/jbssb.v5i3.4064