

KECEMASAN TOKOH UTAMA
DALAM NOVEL *SAD GIRLS* KARYA LANG LEAV

SKRIPSI

Diajukan untuk Dipertahankan dalam
Ujian Sidang Sarjana Sastra
Program Studi Sastra Inggris

Oleh

Adhi Tedjo Sasongko

NPM. 041115016



FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU BUDAYA
UNIVERSITAS PAKUAN
BOGOR
2021

PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi berjudul Kecemasan Tokoh Utama dalam Novel *Sad Girls* karya *Lang Leav* adalah benar karya saya dengan arahan dari komisi pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka di akhir skripsi ini.

Dengan ini melimpahkan hak cipta karya tulis saya ini kepada Universitas Pakuan Bogor.

Bogor, Juli 2021

Adhi Tedjo Sasongko

041115016

**©Hak Cipta Milik Universitas Pakuan Bogor,
Tahun 2021**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan Universitas Pakuan Bogor.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin Universitas Pakuan Bogor.

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini yang disusun oleh:

NAMA MAHASISWA : Adhi Tedjo Sasongko

NPM : 041115016

JUDUL : Kecemasan Tokoh Utama dalam Novel *Sad
Girls Karya Lang Leav*

telah berhasil dipertahankan di hadapan dewan penguji dan
diterima sebagai persyaratan yang diperlukan untuk
memperoleh gelar Sarjana Sastra pada program Studi Sastra
Inggris Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya, Universitas
Pakuan.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing 1 : Sari Rejeki, M.Hum.

Pembimbing 2 : Ni Made Widianti S., M.Hum.

Pembaca : Dr. Henny Suharyati, M.Si.

Ditetapkan di : Bogor

Tanggal : Juli 2021



Ketua Program Studi,



r. Henny Suharyati, M.Si.

Ni Made Widianti S., M.Hum.

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat, rahmat, dan tuntunanNya sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini. Terima kasih saya ucapkan kepada semua pihak yang telah mendukung dan membantu agar tetap bersemangat dalam menyusun skripsi ini.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, saya banyak menerima bantuan, bimbingan, dukungan, saran dan doa yang luar biasa, terutama dari:

1. Tuhan YME yang senantiasa memberikan saya kesehatan, kemudahan, dan nikmat yang tiada terhitung nilainya.
2. Keluarga tercinta, yakni Bapak saya, Haris Cahyono, Ibu saya yang telah berada di surganya, Wahyu Widiasih.
3. Dosen pembimbing, Ibu Sari Rejeki, M.Hum selaku pembimbing I, Ibu Ni Made Widianti, S., M.Hum selaku Pembimbing II, dan Ibu Dr. Henny Suharyati, M.Si selaku pembaca.
4. Adik semata wayang saya, Ibnu Hidayat, yang selalu memberikan saya motivasi agar cepat menyelesaikan

skripsi ini dan membantu melanjutkan sekolahnya kelak.

5. Para dosen program studi Sastra Inggris Universitas Pakuan yang telah mengajar dari awal semester sampai akhir semester.
6. Para pustakawan dan staf program studi Sastra Inggris yang membantu selama proses pendaftaran sidang skripsi.
7. Teman-teman saya, Mirna Ayuningtyas (Ena), Tri Noviyanti (Novi), Sri Ratnasari (Ola), Purnaesih (Empur), Alm. Salma Salsabila yang telah tenang di sisinya, Kak Ima Sustika, Femy Ramadhina, Salsabila Muthia Taufik, dan lain-lain yang namanya tidak bisa saya sebut satu persatu.
8. *Support system* saya selama beberapa bulan ini, Bundi Ridzkiaditya, yang telah membantu menyemangati saya dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi yang baik bagi para pembacanya.

Bogor, Juli 2021

Penulis

ABSTRAK

Penelitian ini membahas bentuk kecemasan dan bentuk mekanisme pertahanan yang dialami oleh tokoh utama dalam novel *Sad Girls* karya Lang Leav. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengungkapkan bentuk kecemasan serta mekanisme pertahanan pada tokoh Audrey. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan pendekatan psikoanalisis. Teori mengenai tokoh dan penokohan, konflik, dan latar digunakan sebagai unsur intrinsik demi tercapainya pemahaman mengenai topik yang akan dibahas, sedangkan teori psikoanalisis digunakan untuk mengungkapkan bentuk kecemasan dan mekanisme pertahanan yang dialami oleh tokoh Audrey. Tokoh Audrey mengalami dua bentuk kecemasan, yaitu kecemasan objektif dan neurotik. Kecemasan yang dialami oleh Audrey bersumber dari konflik dengan dirinya sendiri dan juga dengan tokoh lain. Sebagai upaya untuk meredakan kecemasan dalam dirinya, tokoh Audrey menggunakan empat cara mekanisme pertahanan berupa represi, proyeksi, pengalihan, dan rasionalisasi.

Kata kunci: Psikoanalisis, kecemasan, mekanisme pertahanan.

ABSTRACT

This thesis examines the form of anxiety and defence mechanism experienced by the main character in the novel *Sad Girls* by Lang Leav. The purpose of this thesis is to reveal the forms of anxiety and defence mechanism of 'Audrey' character. Research method used in this research is descriptive with psychoanalysis approach. The theory about character and characterization, conflict, and settings are used as the intrinsic elements to gain insight into the subject under consideration, whereas the psychoanalysis theory is used to express the form of anxiety and defence mechanism experienced by 'Audrey' character. 'Audrey' character suffers from two forms of anxiety, objective anxiety and neurotic anxiety. Anxiety that Audrey experienced stems from conflict with herself and with other characters. In an attempt to relieve the anxiety within herself, Audrey uses four forms of defence

mechanism, such as repression, projection, displacement, and rationalization.

Keywords: Psychoanalysis, anxiety, defence mechanism.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PELIMPAHAN PUBLIKASI SKRIPSI ..	ii
LEMBAR HAK CIPTA ..	iii
LEMBAR PENGESAHAN ..	iv
KATA PENGANTAR ..	v
ABSTRAK/ABSTRACT ..	vii
DAFTAR ISI	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah dan Batasan Masalah ..	6
1.3. Rumusaan Masalah	6
1.4. Tujuan Penelitian	7
1.5. Metode Penelitian	7
1.6. Sistematika Penulisan	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1. Unsur Intrinsik	10
2.1.1. Tokoh.....	11
2.1.2. Konflik ..	14
2.1.3. Latar ..	17
2.2. Unsur Ekstrinsik ..	18
2.2.1. Teori Psikoanalisis ..	18
2.2.2. Kecemasan ..	21

2.2.3. Mekanisme Pertahanan Diri ..	24
2.3. Tinjauan Literatur ..	29
BAB III PEMBAHASAN ..	32
3.1. Ringkasan Cerita ..	32
3.2. Bentuk Kecemasan yang Dialami Tokoh Utama..	33
a.....K	
ecemasan Objektif.....	34
b.....K	
ecemasan Neurotik.....	43
3.3. Mekanisme Pertahanan Diri yang Digunakan oleh Tokoh Utama..	60
a.....M	
ekanisme Pertahanan Represi.....	61
b.....M	
ekanisme Pertahanan Proyeksi.....	63
c.....M	
ekanisme Pertahanan Pengalihan (<i>Displacement</i>)..	64
d.....K	
ecemasan Pertahanan Rasionalisasi.....	67
BAB IV KESIMPULAN ..	71
SINOPSIS ..	75
DAFTAR PUSTAKA ..	76
DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS ..	78

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Rasa cemas merupakan bagian dari kondisi hidup kita sehari-hari. Rasa cemas merupakan reaksi tubuh terhadap konflik yang sedang kita hadapi. Faktor lingkungan, perasaan yang ditekan atau penyebab-penyebab fisik lainnya memungkinkan timbulnya rasa cemas. Rasa cemas merupakan sumber motivasi bagi kita untuk berbuat ke arah yang lebih baik apabila rasa cemas itu masih dapat kita kendalikan. Namun di lain hal, rasa cemas yang berlarut-larut dan tidak dapat kita kendalikan dapat mengganggu kehidupan kita sehari-hari. Kondisi tersebut disebut sebagai kecemasan, atau yang dapat disebut juga sebagai *anxiety*. (Hayat, 2014:53)

Kecemasan merupakan sebuah kata yang digunakan untuk menggambarkan perasaan gelisah, khawatir, sekaligus takut. Kondisi-kondisi tersebut melibatkan baik emosi maupun sensasi fisik yang mungkin bisa kita alami ketika

kita mengalami khawatir atau gugup tentang sesuatu hal (Marsh, 2015:4).

Pendapat yang sama juga dikemukakan oleh Laura A. King (2017:250). Ia menjelaskan bahwa kecemasan muncul dan melibatkan rasa takut yang tidak terkontrol, tidak sesuai dengan kenyataan yang tengah dihadapi dan mengganggu kehidupan sehari-hari. Kecemasan juga menyebabkan munculnya ketegangan fisik yang dapat ditandai dengan gejala-gejala seperti gampang kaget atau gemetar, pusing, jantung berdebar, serta ekspektasi dan pikiran yang berlebihan. Minderop (2011:28) menjelaskan bahwa kecemasan adalah sesuatu yang dihasilkan dari situasi yang mengancam kenyamanan suatu individu dan disebabkan oleh konflik dan frustrasi yang menghambat kemajuan seseorang untuk mencapai tujuan. Kecemasan menjadi kondisi yang wajar terjadi ketika seseorang mengalami konflik di alam bawah sadar dalam diri mereka dan ia tidak dapat menyadari konflik dan alasan yang jelas dari munculnya kecemasan tersebut. Kondisi tersebut dapat disebut sebagai kecemasan neurotik (Freud dalam Minderop, 2011:28). Freud meyakini bahwa segala bentuk kecemasan yang terjadi di bawah alam sadar adalah hasil

dari konflik antara *id* dan pertahanan diri *ego* dan *superego*.

Menyadari kecemasan yang berlanjut dapat mengganggu kehidupan seorang individu, mereka dituntut harus melakukan gerakan-gerakan untuk melindungi dirinya atau yang disebut sebagai mekanisme pertahanan diri. Freud (dalam Minderop, 2011:29) mengemukakan bahwa metode pertahanan diri, atau biasa disebut sebagai *self defense mechanism*, adalah sebuah upaya seseorang untuk melindungi dirinya dari kecemasan yang dilakukan di alam bawah sadar dengan cara memutarbalikkan kenyataan yang ada dan berguna untuk melindungi *ego* dari rasa terluka. Sedangkan, menurut Laura A King, metode pertahanan diri adalah taktik atau cara yang digunakan *ego* untuk mengurangi kecemasan dengan cara mengubah kenyataan tanpa disadari (King, 2017:99).

Kecemasan dapat dialami oleh seluruh lapisan masyarakat, tidak terkecuali para remaja. Masa remaja merupakan masa-masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa dan hal tersebut menuntut para remaja untuk melakukan banyak adaptasi. Sebagai contoh, di Amerika Serikat, dalam survei yang dilakukan oleh *Pew Research Center* (2019) para remaja mengalami kecemasan

karena mereka terkadang sulit menyesuaikan dirinya dengan kondisi lingkungan. Hal tersebut tentu saja berpotensi membuat para remaja jaman sekarang lebih sulit untuk menerima perubahan yang terjadi di lingkungan sekitarnya.

Mengetahui tentang hal tersebut, masyarakat saat ini sangat gencar menyuarakan tentang langkah-langkah untuk menanggulangi kecemasan. Dalam artikel *Reader's Digest* (2017) yang ditulis oleh Patricia Pearson berjudul '*6 Ways to Relieve Anxiety*', dijelaskan beberapa contoh yang dapat dilakukan untuk menanggulangi kecemasan. Misalnya melakukan *yoga*, mengurangi pemakaian media sosial, belajar untuk menerima kecemasan sebagai bagian dari hidup, mengenali gejala-gejala kecemasan yang ada, menciptakan gaya hidup yang sehat, melakukan meditasi ringan, seperti mengambil nafas dalam-dalam, dan belajar untuk mencintai diri sendiri.

Kondisi-kondisi psikologis yang sudah dijelaskan di atas dapat juga ditemukan dalam sebuah karya sastra. Fenomena-fenomena kejiwaan yang dialami oleh tokoh utama dalam karya sastra mengandung masalah-masalah kejiwaan yang bersifat konflik batin, kelainan perilaku ataupun abnormalitas. Keinginan tersebut mendorong para pakar

psikologi dan sastra untuk menggali keterkaitan antara karya sastra dan ilmu psikologi (Minderop, 2011:1).

Salah seorang penulis yang berasal dari Australia bernama Lang Leav, berusaha menuangkan kecemasan yang tokoh utama alami seperti yang terdapat dalam novel berjudul *Sad Girls*. *Sad Girls* merupakan karya fiksi pertama dari Lang Leav yang mengangkat kisah tentang Audrey, gadis remaja berusia 18 tahun yang berasal dari Australia dan dia mengalami kecemasan. Kecemasan Audrey bermula ketika dia melakukan kebohongan dan hal itu menyebabkan temannya, Ana, melakukan bunuh diri. Sejak itu, Audrey selalu dihantui oleh perasaan-perasaan yang dia sendiri tidak pernah tahu alasannya dan hal itulah yang membuat Audrey mengalami kecemasan dan terkadang hal tersebut sulit dihindari dan keadaan itupun mengganggu kehidupannya sehari-hari.

Leav berusaha menampilkan masalah-masalah psikologis yang dihadapi oleh tokoh utama dan hal ini yang menjadikan alasan mengapa penelitian ini menggunakan novel *Sad Girls* sebagai bahan analisa sebab tokoh utama sering menampilkan sisi-sisi kecemasan dalam dirinya dan dalam kondisi tersebut, tokoh utama melakukan mekanisme pertahanan diri untuk mengatasi kecemasan dalam dirinya.

Alasan mengapa mengangkat tokoh utama sebagai bahan penelitian kali ini adalah karena intensitas kemunculan tokoh utama yang mengalami kecemasan ini banyak diceritakan oleh Lang Leav. Selain itu, alasan mengapa memilih kecemasan sebagai topik pembahasan dalam penelitian kali ini adalah untuk mengetahui bahwa kecemasan yang dialami oleh seseorang, dan dalam hal ini tokoh Audrey, dapat dipengaruhi oleh berbagai macam hal.

Melalui penelitian ini, diharapkan peneliti memberi banyak pengetahuan-pengetahuan mengenai kecemasan yang belum banyak orang ketahui. Kecemasan yang dialami oleh tokoh utama akan dianalisis lebih jauh dalam penelitian ini menggunakan metode pendekatan psikologi sastra.

1.2. Identifikasi Dan Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat diidentifikasi bahwa tokoh utama dalam novel *Sad Girls* karya Lang Leav mengalami masalah kesehatan jiwa kecemasan yang dibatasi pada bentuk kecemasan yang dialami oleh tokoh utama. Serta bagaimana tokoh utama mengatasi kecemasan yang timbul di dalam dirinya.

1.3. Rumusan Masalah

1. Bentuk kecemasan apakah yang diperlihatkan oleh tokoh utama dalam novel *Sad Girls*?
2. Bagaimanakah mekanisme pertahanan diri yang digunakan oleh tokoh utama dalam novel *Sad Girls*?

1.4. Tujuan Penelitian

Melalui kajian terhadap novel *Sad Girls* ini, tujuan yang ingin dicapai adalah untuk menunjukkan jenis kecemasan yang dialami oleh tokoh utama yang memunculkan upaya mekanisme pertahanan diri tokoh utama untuk mengatasi kecemasannya.

1.5. Metode Penelitian dan Pendekatan

Dalam menganalisis skripsi ini, penulis menganalisa masalah dengan menggunakan teori intrinsik dan ekstrinsik. Teori intrinsik yang digunakan dalam penelitian ini adalah tokoh, konflik, dan latar. Sedangkan teori ekstrinsik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori psikoanalisis yang ditemukan oleh Sigmund Freud.

Dalam pembahasan skripsi ini, metode yang akan digunakan penulis dalam mengkaji karya sastra ini adalah metode analisis kualitatif deskriptif. Metode ini

digunakan karena peneliti ingin menggambarkan atau menceritakan fakta-fakta atau keadaan yang tampak dalam novel *Sad Girls* karya Lang Leav. Menurut Sugiyono (2008:15), penulisan kualitatif deskriptif adalah metode penelitian yang biasa digunakan untuk meneliti yang dimana peneliti berperan sebagai instrumen atau alat utamanya.

1.6. Sistematika Penulisan

Sistematika dalam penulisan yang diajukan oleh penulis adalah sebagai berikut:

BAB I : PENDAHULUAN

Berisi tentang latar belakang masalah, identifikasi masalah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian dan metode penelitian yang digunakan.

BAB II : TINJAUAN PUSTAKA

Berisi landasan teori yang terdiri dari unsur-unsur intrinsik dan unsur-unsur ekstrinsik yang digunakan dalam penelitian ini.

BAB III : PEMBAHASAN

Berisi gambaran umum mengenai pembahasan penelitian dengan disertai teori-teori yang sudah dijelaskan sebelumnya.

BAB IV : KESIMPULAN

Merupakan penutup dan kesimpulan dari penelitian beserta pencantuman saran-saran yang penulis coba berikan dalam penelitian ini.

SINOPSIS

DAFTAR PUSTAKA

RIWAYAT HIDUP PENULIS

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Sebagai acuan dalam menganalisis Perilaku Kecemasan Neurotik Tokoh Utama dalam novel *Sad Girls* karya Lang Leav, penulis menggunakan teori-teori yang berhubungan dengan unsur-unsur intrinsik, seperti tokoh, latar dan konflik. Sedangkan dalam unsur ekstrinsik, penulis menggunakan teori psikoanalisis milik Sigmund Freud sebagai teori yang menjadi acuan utama dalam penelitian ini. Dalam bab ini pula telah dicantumkan beberapa tinjauan literatur yang berisikan penelitian-penelitian terdahulu yang digunakan sebagai referensi untuk menunjang proses penelitian. Teori-teori yang dicantumkan dalam penelitian ini berasal dari buku-buku, artikel dan jurnal dalam situs internet baik dalam bahasa Inggris maupun Bahasa Indonesia.

2.1. Unsur-Unsur Intrinsik dalam Novel

Di dalam novel terdapat unsur-unsur yang krusial dalam membangun cerita yang berusaha ditampilkan agar menjadi lebih kuat, atau biasa disebut juga sebagai unsur intrinsik. Unsur intrinsik adalah unsur-unsur yang membangun karya sastra itu sendiri. Unsur-unsur inilah yang menyebabkan suatu teks hadir sebagai sebuah teks sastra, unsur-unsur yang secara faktual akan dijumpai jika orang membaca sastra (Nurgiyantoro, 2015:30).

2.1.1. Tokoh

Dalam sebuah cerita fiksi, tokoh adalah pelaku terpenting dalam karya sastra. Melalui tokoh, pembaca dapat menemukan gambaran tokoh lain, dan gambaran cerita yang utuh. Menurut Nurgiyantoro (2015:247), tokoh adalah orang-orang yang ditampilkan dalam sesuatu karya naratif, atau drama, yang oleh pembacanya ditafsirkan memiliki kualitas moral dan kecenderungan tertentu seperti apa yang diekspresikan dalam ucapan dan apa yang dilakukan dalam tindakan. Tokoh dalam sebuah cerita dapat membangun dan menjadikan peristiwa-persitiwa dalam cerita dapat tersusun sesuai dengan alur. Menurut Nurgiyantoro (2015:258), tokoh dapat dibedakan ke dalam beberapa jenis

berdasarkan peranannya dalam cerita. Adapun tokoh yang dimaksud adalah tokoh utama dan tokoh tambahan, tokoh antagonis dan protagonis serta tokoh bulat dan datar.

Pembedaan tokoh ke dalam tokoh utama dan tokoh tambahan didasarkan pada peran dan pentingnya seorang tokoh dalam cerita fiksi secara keseluruhan. Pembedaan tokoh ke dalam kategori ini didasarkan pada peran dan pentingnya seorang tokoh dalam cerita fiksi secara keseluruhan.

Tokoh utama adalah tokoh yang diutamakan penceritaannya dalam novel yang bersangkutan dan ia adalah tokoh yang paling banyak diceritakan, baik sebagai pelaku kejadian atau yang dikenai kejadian. Tokoh utama adalah tokoh yang dibuat sinopsisnya, yaitu dalam kegiatan sinopsis. Di sisi lain, kemunculan tokoh-tokoh tambahan biasanya cenderung diabaikan, atau paling tidak, kurang mendapat perhatian.

Selain itu, jika dilihat dari peran tokoh-tokoh dalam pengembangan plot dapat dibedakan dengan adanya dari penampilan tokoh yang dapat dibedakan ke dalam tokoh protagonis dan tokoh antagonis. Tokoh protagonis adalah tokoh yang kita kagumi yang salah satu jenisnya secara populer disebut hero atau tokoh yang merupakan penjelmaan

dari norma-norma atau nilai-nilai yang ideal bagi kita (Alternbernd & Lewis, Baldic, dalam Nurgiyantoro, 2015:261).

Tokoh antagonis adalah tokoh yang berlawanan dengan tokoh protagonis, secara langsung atau tidak langsung, baik bersifat fisik maupun batin. Secara umum, tokoh antagonis penting dalam sebuah cerita fiksi karena dapat mengangkat masalah pertentangan antara kedua kepentingan, seperti baik-buruk, baik-jahat, benar-salah, dan lain-lain yang sejenis.

Selain itu, kita dapat melihat perkembangan tokoh dengan melihat bagaimana dia berkembang dalam tokoh statis, tidak berkembang (*static character*) dan tokoh berkembang (*developing character*). Tokoh statis adalah tokoh cerita yang secara inti tidak mengalami perubahan dan atau perkembangan perwatakan sebagai akibat dari adanya peristiwa-peristiwa yang terjadi (Altenbernd & Lewis, dalam Nurgiyantoro, 2015:272). Sedangkan, tokoh berkembang adalah tokoh cerita yang mengalami perubahan dan perkembangan perwatakan sejalan dengan perkembangan (dan perubahan) peristiwa dan plot dikisahkan. Dia secara aktif berinteraksi dengan lingkungannya, baik lingkungan

social, alam, maupun yang lain yang semuanya itu akan memengaruhi sikap wataknya.

Dari teori di atas, dapat dikatakan bahwa tokoh merupakan pelaku yang krusial atau penting dalam sebuah cerita, baik yang disampaikan secara langsung ataupun tidak langsung. Kemudian, peranannya dalam cerita dapat dibagi menjadi beberapa bagian, seperti tokoh utama atau tokoh tambahan, tokoh antagonis atau protagonis, tokoh sederhana atau tokoh bulat, dan tokoh statis atau berkembang. Adapun penokohan dapat dilihat dari pembagian dari keadaan fisik atau fisiologis, keadaan psikis atau psikologis, dan juga dari keadaan sosiologis.

2.1.2. Konflik

Konflik adalah sesuatu yang bersifat tidak menyenangkan dan atau dialami oleh tokoh-tokoh cerita yang jika tokoh-tokoh tersebut diberikan hak untuk memilih, maka dia akan memilih agar peristiwa itu tidak menimpa dirinya (Meredith & Fitzgerald dalam Nurgiyantoro, 2015: 179). Bentuk peristiwa dalam sebuah karya sastra dapat berupa peristiwa fisik dan batin.

Peristiwa fisik melibatkan sebuah aktivitas fisik (*physical activity*) dan di dalamnya terdapat interaksi

antara satu tokoh dengan tokoh yang lain atau lingkungannya. Sedangkan konflik yang melibatkan aktivitas batin, umumnya tentang seorang tokoh yang bergelut dengan pikiran dan hatinya sendiri. Stanton, dalam Nurgiyantoro (2015:181) membagi dua kategori konflik; konflik fisik dan konflik batin, konflik eksternal (*external conflict*) dan konflik internal (*internal conflict*).

Konflik eksternal adalah konflik yang melibatkan tokoh dengan keadaan di sekitarnya, entah itu dengan konflik tokoh lain atau konflik dengan lingkungan manusia. Dalam hal ini, Jones, dalam Nurgiyantoro (2015:181) membagi konflik menjadi dua kategori yaitu konflik fisik (*physical conflict*) dan konflik sosial (*social conflict*). Konflik fisik (atau bisa disebut juga sebagai konflik elemental) adalah konflik yang disebabkan adanya perbenturan antara tokoh utama dengan kondisi lingkungan alam, seperti banjir, kemarau, gunung meletus dan lain sebagainya. Sedangkan konflik sosial, adalah konflik yang disebabkan oleh kontak sosial antarmanusia, yang antara lain berwujud seperti masalah perburuhan, penindasan, percekocokan, peperangan, atau kasus-kasus hubungan sosial lainnya.

Konflik internal adalah konflik kejiwaan atau konflik batin yang terjadi dalam hati dan pikiran seorang tokoh itu sendiri. Jadi bisa dikatakan bahwa konflik ini merupakan konflik antara tokoh dengan dirinya sendiri. Konflik batin banyak menyoroti tentang masalah kejiwaan dengan menggunakan sudut pandang orang pertama (aku) (Nurgiyantoro, 2015:181).

Menurut Laurence Perrine (1987:42), konflik merupakan sebuah perselisihan atau ketidakcocokan dalam sebuah tindakan, gagasan atau keinginan. Itulah sebabnya mengapa Perrine harus membagi konflik menjadi empat macam konflik. Konflik pertama adalah manusia melawan manusia (*man against man*). Konflik ini muncul saat tokoh utama mengalami permasalahan dengan sebuah individu lainnya. Yang kedua adalah manusia melawan masyarakat (*man against society*). Konflik ini muncul saat tokoh utama mengalami permasalahan dengan masyarakat di sekitarnya. Yang ketiga adalah manusia melawan alam (*man against environment*). Konflik ini muncul ketika tokoh utama mempunyai permasalahan dengan kekuatan alam. Sedangkan, penjelasan konflik yang terakhir adalah manusia melawan dirinya sendiri (*man against him/herself*). Konflik ini muncul

pada tokoh dengan dirinya sendiri. Konflik ini dapat muncul akibat dari masalah psikis, mental atau emosi.

Penjelasan-penjelasan dari beberapa teori di atas saling berkaitan satu sama lain. Konflik manusia melawan manusia (*man against man*) dan manusia melawan alam (*man against environment*) termasuk ke dalam kategori konflik eksternal. Sedangkan manusia melawan dirinya sendiri (*man against him/herself*) merupakan kategori konflik internal.

2.1.3. Latar

Dalam karya sastra, tempat atau ruang lingkup yang ada di dalam sebuah cerita biasa disebut dengan latar atau *setting* yang terkait erat dengan tokoh dan suasana cerita. Latar biasanya meliputi tiga dimensi, yaitu tempat, ruang dan waktu (Waluyo, 2002:23). Hal serupa dikemukakan oleh Nurgiyantoro (2015:302) yang berpendapat bahwa latar atau *setting* adalah sebagai landas tumpu yang menunjuk pada pengertian mengenai latar tempat, latar waktu dan latar sosial.

Latar tempat adalah latar yang mengacu pada lokasi terjadinya peristiwa yang diceritakan dalam sebuah cerita atau karya fiksi. Latar dapat disebut juga sebagai latar fisik atau *physical setting*. Latar waktu, adalah latar

yang berhubungan dengan masalah kapan terjadinya peristiwa yang diceritakan dalam sebuah karya fiksi. Sedangkan latar sosial, mengacu pada hal-hal yang berhubungan dengan perilaku kehidupan sosial masyarakat yang ada di suatu tempat yang diceritakan dalam sebuah karya fiksi.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, dapat dikatakan bahwa latar adalah suatu keadaan atau suasana yang memberi gambaran tentang peristiwa dalam sebuah cerita, termasuk di dalamnya berupa waktu, tempat, ataupun keadaan sosial.

2.2. Unsur Ekstrinsik

Unsur ekstrinsik adalah unsur-unsur yang berada di luar karya sastra, namun secara tidak langsung dapat mempengaruhi bangunan atau sistem organisme karya sastra (Nurgiyantoro, 2000:24). Unsur-unsur ekstrinsik antara lain adalah keadaan subjektif dari seorang pengarang yang memiliki sikap, keyakinan dan pandangan hidup yang semuanya akan mempengaruhi karya sastra yang ditulisnya.

2.2.1. Teori Psikoanalisis

Salah seorang pemikir yang sangat berjasa dalam melihat pentingnya hubungan antara karya sastra dan psikologi adalah Sigmund Freud, seorang psikiater dari Wina, Austria. Sebagai penemu dari teori psikoanalisis, Freud membahas pembagian psikisme manusia menjadi tiga bagian: *id* (terletak di bagian tidak sadar) yang merupakan gudang energi psikis seseorang. *Ego* (terletak di antara alam sadar dan tak sadar) yang bertugas sebagai penengah dan bersifat sebagai perantara antara tuntutan dari *id* dan larangan *superego*. Dan *superego* (terletak sebagian di bagian sadar dan sebagian lagi di bagian tak sadar) bertugas sebagai pengawas yang mengatur apakah sesuatu itu benar atau salah (Minderop, 2010:21).

Lebih lanjut, Laura A. King menjelaskan bahwa psikoanalisis adalah kepribadian yang terjadi karena unsur ketidaksadaran. Para ahli menggunakan kata ketidaksadaran dengan cara yang berbeda dan aspek ketidaksadaran dalam kepribadian manusia memang harus tidak disadari karena dorongan alam bawah sadar yang sangat misterius ini umumnya terlalu menakutkan bagi kesadaran orang. (King, 2017:96).

Freud mengibaratkan jika *id* sebagai raja atau ratu, *ego* sebagai perdana menteri dan *superego* sebagai pendeta

tertinggi. *Id* berlaku seperti penguasa yang harus dituruti segala perintahnya, dan bersifat ingin menang sendiri. Menurut Freud, *id* merupakan energi psikis dan naluri yang memaksa manusia agar memenuhi kebutuhan dasar seperti: makan, atau menolak rasa sakit atau tidak nyaman.

Sedangkan, *ego* yang diibaratkan sebagai perdana menteri yang harus menyelesaikan tugasnya sendiri. Tugas *ego* adalah memberi tempat pada fungsi mental, seperti fungsi penalaran, penyelesaian masalah dan pengambilan keputusan.

Superego, oleh Freud, diibaratkan sebagai pendeta yang selalu penuh dengan pertimbangan terhadap nilai-nilai baik dan buruk dan harus mengingatkan *id* yang bersifat rakus dan serakah. *Superego* mengacu pada nilai-nilai moral dan dapat mengenali nilai-nilai baik dan buruk.

Menurut Freud (King, 2017:98) *id* mengandung dorongan-dorongan yang tidak disadari oleh manusia serta merupakan tempat penyimpanan energi milik manusia. Bagian ini adalah kumpulan dorongan amoral dan brutal yang mendesak untuk dikeluarkan. Menurut Freud, *id* tidak memiliki hubungan dengan dunia nyata. *Id* berfungsi dengan

menggunakan prinsip kesenangan (*pleasure principle*), yaitu sebuah konsep oleh Freud yang menyebut bahwa *id* membutuhkan pemenuhan dengan segera.

Ego adalah bagian yang bertanggung jawab menjawab semua tuntutan dunia nyata. Menurut Freud, *ego* bekerja dengan menuruti *reality principle* (prinsip kenyataan). *Ego* akan berusaha memenuhi dorongan *id* sambil tetap memenuhi aturan dalam masyarakat. Apabila *id* sepenuhnya berada dalam tingkat ketidaksadaran, maka separuh dari *ego* berada pada tingkat kesadaran. *Ego* merupakan tempat fungsi mental manusia yang lebih tinggi, termasuk di dalamnya berupa penalaran, pemecahan masalah, pengambilan keputusan dan lain lain. Sedangkan *superego*, menurut Freud, adalah bagian yang menilai secara internal semua perilaku manusia dan berfungsi sebagai "hati nurani" yang mengevaluasi moralitas terhadap semua perilaku yang kita lakukan. (King, 2017:98)

2.2.2. Kecemasan

Sigmund Freud melihat kecemasan merupakan bagian penting dari sistem kepribadian. Menurut Minderop (2011:28), situasi yang mengancam kenyamanan suatu organisme dianggap menghasilkan suatu kondisi yang

disebut dengan kecemasan. Segala hal yang bersifat konflik dan berbentuk frustrasi yang menghambat kemajuan seseorang untuk mencapai suatu tujuan merupakan salah satu sumber dari kecemasan. Hilgard (dalam Minderop, 2011:28) menganggap bahwa kecemasan dapat mengakibatkan perasaan yang tidak nyaman yang dapat dicirikan dengan istilah khawatir, takut, tidak bahagia yang dapat orang rasakan melalui tingkatan-tingkatan yang berbeda.

Freud (dalam Andri & Yenny, 2007:235) membedakan antara kecemasan objektif (*objective anxiety*), kecemasan neurotik (*neurotic anxiety*) dan kecemasan moral (*moral anxiety*):

1. Kecemasan objektif

Kecemasan objektif adalah suatu kecemasan yang bersumber dari adanya ketakutan terhadap bahaya yang mengancam di dunia nyata. Kecemasan seperti ini misalnya ketakutan terhadap kebakaran, angin tornado, gempa bumi, atau binatang buas. Kecemasan ini menuntun kita untuk berperilaku bagaimana menghadapi bahaya. Tidak jarang ketakutan yang bersumber pada realitas ini menjadi ekstrim. Seseorang dapat menjadi sangat takut untuk keluar

rumah karena takut terjadi kecelakaan pada dirinya atau takut menyalakan korek api karena takut terjadi kebakaran.

2. Kecemasan Neurotik

Kecemasan ini mempunyai dasar pada masa kecil, pada konflik antara pemuasan insting dan realitas. Pada masa kecil, terkadang beberapa kali seorang anak mengalami hukuman dari orang tua akibat pemenuhan kebutuhan *id* yang impulsif. Kecemasan neurotik yang muncul adalah ketakutan akan terkena hukuman karena memperlihatkan perilaku impulsif yang didominasi oleh *id*. Hal yang perlu diperhatikan adalah ketakutan terjadi bukan karena ketakutan terhadap insting tersebut tapi merupakan ketakutan atas apa yang akan terjadi bila insting tersebut dipuaskan. Konflik yang terjadi adalah di antara *id* dan *ego* yang kita ketahui mempunyai dasar dalam realitas. Freud membagi kecemasan neurotik (*neurotic anxiety*) menjadi tiga bagian yang berbeda sebagai berikut:

- Kecemasan yang didapat dari faktor dari dalam dan luar yang menakutkan.
- Kecemasan yang terkait dengan objek tertentu dan bermanifestasi, seperti fobia.

- Kecemasan yang tidak ada hubungannya dengan faktor-faktor baik dari dalam maupun luar.

3. Kecemasan Moral

Kecemasan ini merupakan hasil dari konflik antara *id* dan *superego*. Secara dasar merupakan ketakutan akan suara hati individu sendiri. Ketika individu termotivasi untuk mengekspresikan impuls instingtual yang berlawanan dengan nilai moral yang termaksud dalam *superego* individu itu maka ia akan merasa malu atau bersalah.

Teori kecemasan dari Freud merupakan salah satu poin terpenting dalam membicarakan tentang psikoanalisis. Dari beberapa penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan suatu peringatan bahaya kepada setiap individu. Kecemasan memberikan peringatan kepada individu bahwa *ego* sedang dalam ancaman dan apabila tidak ada tindakan, *ego* akan terbuang secara sia-sia. Ada berbagai cara *ego* dapat mempertahankan dan melindungi dirinya. Individu akan mencoba berlari dari situasi yang membahayakannya dengan cara individu mengikuti kata hatinya, atau, jika tidak individu dapat menggunakan

mekanisme pertahanan (*defense mechanism*) yang bersifat non-rasional untuk mempertahankan ego.

2.2.3. Mekanisme Pertahanan Diri

Kecemasan berfungsi sebagai tanda adanya bahaya yang akan terjadi, suatu ancaman terhadap *ego* yang harus dihindari atau dilawan. Dalam hal ini, *ego* harus mengurangi konflik antara kemauan *ide* dan *superego*. Konflik ini akan selalu ada karena menurut Freud, insting manusia selalu mencari pemuasan, sedangkan lingkungan sosial dan moral membatasi pemuasan tersebut (Andri & Yenny, 2007:237). Layaknya semua perilaku yang dimotivasi oleh insting, semua perilaku memiliki pertahanan secara alami dan dalam hal ini bertujuan untuk melawan kecemasan.

Mekanisme pertahanan diri terjadi karena adanya dorongan atau perasaan beralih untuk mencari objek pengganti (Minderop, 2011:29). Freud menggunakan istilah mekanisme pertahanan diri sebagai alat yang bekerja di bawah alam sadar seseorang guna mempertahankan dirinya dari bentuk kecemasan.

Lebih lanjut, Laura A. King berpendapat bahwa mekanisme pertahanan diri adalah reaksi kecemasan *ego*

yang terjadi akibat dari konflik yang terjadi antara tuntutan *id*, *superego*. *Ego* kemudian membentuk berbagai macam strategi untuk membantu kecemasan tersebut dan kondisi tersebut yang dinamakan sebagai mekanisme pertahanan diri. Mekanisme pertahanan diri adalah sebuah cara yang digunakan *ego* untuk mengurangi kecemasan dengan cara mengubah realita tanpa disadari.

Ada dua karakteristik penting dari mekanisme pertahanan. Pertama adalah bahwa mekanisme pertahanan merupakan suatu bentuk penolakan terhadap suatu realitas. Kedua, mekanisme pertahanan berlangsung tanpa kita sadari. (Andri & Yenny, 2007:237) Dalam hal ini, jika mekanisme pertahanan bekerja dengan baik, maka pertahanan tersebut menjaga kita dari segala ancaman untuk tetap berada di luar kesadaran kita.

Beberapa mekanisme pertahanan yang dapat digunakan untuk melawan kecemasan menurut Freud antara lain sebagai berikut:

1. Represi (*repression*). Represi merupakan pondasi dari semua cara kerja pertahanan *ego*. Freud berpendapat bahwa represi merupakan pertahanan *ego* yang paling kuat dan luas (Minderop, 2011:32). Tugas represi adalah mendorong keluar impuls-impuls *id* yang tidak

dapat diterima dari alam sadar kembali ke alam bawah sadar.

2. Sublimasi. Sublimasi dapat terjadi apabila ada sebuah tindakan-tindakan yang bermanfaat secara sosial menggantikan perasaan tidak nyaman. Sublimasi merupakan bentuk pengalihan dari sebuah perasaan tidak nyaman ke tindakan yang dapat diterima oleh keadaan sekitar.
3. Proyeksi. Proyeksi terjadi apabila seorang individu berusaha untuk menutupi kekurangannya atau masalah yang sedang dia hadapi dan kesalahannya dilimpahkan kepada orang lain.
4. Pengalihan (*displacement*). Pengalihan merupakan tindakan untuk mengalihkan perasaan yang tidak senang terhadap suatu objek ke objek atau hal lain yang lebih memungkinkan.
5. Rasionalisasi (*rationalization*). Rasionalisasi memiliki dua tujuan: pertama, untuk mengurangi rasa kecewa jika kita gagal dalam mencapai suatu tujuan; dan kedua, memberikan kita motif yang dapat diterima atas sebuah perilaku (Hilgard, *et al.*, 1975:443-444).

6. Reaksi Formasi (*reaction formation*). Reaksi formasi dapat mencegah seseorang untuk berperilaku yang menghasilkan kecemasan dan kadang dapat mencegah seseorang untuk bersikap antisosial.
7. Regresi. Terdapat dua penjelasan mengenai regresi. Pertama, regresi yang disebut sebagai *retrogressive behaviour* yaitu perilaku seseorang yang mirip anak kecil, menangis dan sangat manja agar dapat memperoleh rasa aman dan perhatian orang lain. Kedua adalah regresi yang disebut sebagai *primitivation*, yaitu ketika seorang dewasa bersikap sebagai orang yang tidak berbudaya dan kehilangan kontrol sehingga tidak sungkan-sungkan untuk berkelahi.
8. Agresi dan Apatis. Agresi dapat berbentuk langsung (*direct aggression*) dan pengalihan (*displaced aggression*). Agresi langsung adalah agresi yang diungkapkan secara langsung kepada seseorang atau objek yang merupakan sumber frustrasi. Agresi yang dialihkan adalah apabila seseorang mengalami frustrasi namun tidak dapat mengungkapkan secara puas kepada sumber frustrasi tersebut karena tidak jelas atau tak tersentuh.

9. Fantasi dan *Stereotype*. Fantasi adalah keadaan dimana seseorang mencari solusi dengan cara masuk ke dunia khayal dan solusi yang dilakukan adalah berdasarkan fantasi daripada realitas.

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa mekanisme pertahanan tidak selalu bisa bekerja sendiri, terkadang beberapa dari mekanisme-mekanisme pertahanan tersebut bekerja sama untuk menghadapi kecemasan. Tujuan dari semua mekanisme pertahanan tersebut adalah agar individu lepas dari segala tekanan yang membebani hidupnya sehingga dapat menjalani kehidupannya dengan lebih baik.

2.3. Tinjauan Literatur

Dalam penelitian ini, penulis mempelajari penelitian terdahulu berupa jurnal-jurnal ilmiah yang berkaitan dengan ilmu psikoanalisis. Beberapa penelitian-penelitian terdahulu berikut digunakan sebagai referensi untuk membantu mengetahui mengenai psikoanalisis:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Uman Rejo yang berjudul 'Kecemasan Tokoh Utama Novel *Orang Miskin Dilarang Sekolah* Karya Wiwid Prasetyo (Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud)'. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tokoh utama yang ditampilkan dalam novel tersebut mengalami kecemasan akibat dari rasa takut yang muncul dalam diri tokoh utama. Penelitian ini membantu penulis memberikan gambaran melalui hasil penelitian mengenai pemicu kecemasan yang berakibat dari rasa takut yang dialami oleh tokoh utama. Kecemasan yang dialami oleh tokoh utama disebabkan dari persepsi dirinya sendiri yang menganggap dirinya tidak berdaya dan tidak mampu mengatasi masalah, rasa takut tentang adanya perpisahan dan rasa diabaikan, dan antisipasi penolakan dari orang yang dicintainya.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Sabella Arjana Fasari yang berjudul 'Kecemasan Tokoh Utama Menghadapi Masalah Sosial dalam Novel *Aku Masenja* Karya Rumasi P.'. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tokoh utama yang ditampilkan menunjukkan kecemasan yang dialami muncul akibat dari masalah-masalah yang dihadapi. Selain itu, kecemasan merupakan perilaku

yang terjadi karena penyebabnya adalah karena dirinya sendiri. Penelitian ini memberikan gambaran mengenai pemicu kecemasan dapat berasal dari dalam dirinya sendiri.

Dari dua penelitian tersebut, penulis dapat melihat bahwa penelitian Uman Rejo yang berjudul '*Kecemasan Tokoh Utama Novel *Orang Miskin Dilarang Sekolah* Karya Wiwid Prasetyo (Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud)*' adalah penelitian yang paling berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang penulis lakukan terletak pada topik penelitian mengenai kecemasan yang timbul akibat dari rasa takut berkelanjutan yang dialami oleh tokoh utama. Perbedaan yang terdapat dalam penelitian terdahulu yaitu tidak disertakan bagaimana cara tokoh utama melakukan mekanisme pertahanan dalam menangani kecemasan yang muncul di dalam dirinya. Dalam penelitian kali ini, disertai bagaimana cara tokoh utama bertahan menggunakan metode pertahanan diri ketika tokoh utama merasakan kecemasan.

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian Uman Rejo yang berjudul '*Kecemasan Tokoh Utama Novel *Orang Miskin Dilarang Sekolah* Karya Wiwid Prasetyo*

(Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud)' adalah menggunakan metode deksriptif yang berfokus pada analisis menggunakan teori kecemasan dari Sigmund Freud yang dimana penulis menggunakan metode penelitian yang sama dengan penelitian tersebut.

BAB III

PEMBAHASAN

3.1. Ringkasan Cerita

Audrey Field adalah seorang gadis berusia 18 tahun yang berasal dari Sydney, Australia. Dia memiliki

kemampuan menulis yang sangat luar biasa. Dia juga memiliki dua sahabat dekat bernama Candela dan Lucy. Mereka berteman sangat baik mulai dari bangku sekolah hingga mereka lulus. Pada saat mereka berkumpul, Audrey tengah bergosip dengan dua sahabatnya itu tentang Ana, yang merupakan temannya saat masa sekolah. Tanpa sepengetahuan mereka, ternyata adik dari Candela memberitahu segala isi perbincangan itu ke Ibu Candela dan di saat itulah kehidupan Audrey berubah. Audrey mendapati kabar bahwa Ana, orang yang selama ini menjadi 'korban' perbincangan bersama kedua sahabatnya itu, mengakhiri hidupnya karena merasa tersudut dengan berita kebohongan yang Audrey buat. Setelah mengetahui kabar tentang kematian Ana, Audrey pun mengalami perubahan emosional. Dia mengalami rasa takut dan kecemasan yang sangat berlebihan apabila mendengar atau mengingat tentang Ana.

Karena makin lama kecemasan yang Audrey alami semakin parah, Ayah Audrey akhirnya memutuskan jika Audrey harus mengunjungi seorang psikiater yang bernama Ida Summer, agar anaknya mengalami kesembuhan. Setelah bertemu dengan Ida, ia memberikan Audrey sebuah alat berbentuk karet gelang yang harus dia pakai di pergelangan tangannya. Karet gelang tersebut menjadi

sebuah alat yang dapat digunakan oleh Audrey apabila dia mengalami kecemasan sewaktu-waktu. Hingga pada akhirnya Audrey pun mendapat titik terang dari segala permasalahan yang ia hadapi dan ia dapat berdamai dengan keadaan serta ia pun akhirnya mulai belajar untuk menerima semua yang apa ia miliki.

3.2. Bentuk Kecemasan yang Dialami oleh Tokoh Utama

Sebelum membahas tentang bentuk kecemasan yang dialami oleh tokoh utama, peneliti menggunakan cara penelitian melalui perspektif yang berbeda. Namun tetap mengacu kepada teori-teori yang dikemukakan dalam Bab-bab sebelumnya.

Setelah menganalisis novel *Sad Girls* karya Lang Leav, diketahui tokoh utamanya adalah Audrey. Pada novel *Sad Girls*, tokoh utama Audrey dalam novel *Sad Girls* mengalami dua bentuk kecemasan; kecemasan objektif dan kecemasan neurotik.

Analisis yang mendalam terkait kecemasan objektif dan kecemasan neurotik yang terjadi pada tokoh utama Audrey dalam novel *Sad Girls* akan dijelaskan pada sub-bab berikut ini.

a) Kecemasan Objektif

Sebelum melakukan pembahasan awal tentang kecemasan objektif yang dialami oleh tokoh utama, akan diuraikan sedikit gambaran tokoh utama yang dapat dilihat dari tiga aspek, yaitu aspek fisiologis (fisik), sosiologis (sosial) dan juga psikologis.

Berdasarkan dimensi fisiologis, gambaran mengenai kondisi fisik Audrey digambarkan oleh Lang Leav secara langsung (*direct presentation*). Namun dari beberapa kutipan yang ada didalam novel ini, diketahui bahwa penggambaran tokoh Audrey tidak terlalu detail.

Audrey adalah seorang gadis berusia 18 tahun, dan ia digambarkan memiliki rambut berwarna coklat kemerahan sebahu, mata berwarna biru seperti bunga *forget me not* dan memiliki bercak-bercak di hidungnya. Penggambaran ini dapat dilihat seperti dalam kutipan di bawah ini.

"As I stared at my reflection, I felt the oddest sensation that it was someone else staring back. The girl in the mirror had the same auburn hair that hung straight and low past her shoulders. Her eyes, gazing fixedly into mine were an identical shade of forget-me-not blue. Like me, she was cursed with a smattering

of freckles across her nose, courtesy of the hot Australian sun.” (Leav, 2017:10)

Dalam kutipan tersebut, Audrey diceritakan sedang menerangkan bentuk fisik dari tubuhnya yang digambarkan sebagai bayangan dirinya sendiri di depan sebuah cermin.

Setelah penggambaran dimensi fisiologis dari tokoh utama, selanjutnya akan dibahas mengenai dimensi sosiologis dari tokoh utama. Pembahasan mengenai dimensi sosiologis ini bertujuan untuk mengetahui lebih jauh mengenai kehidupan dan bagaimana hubungan sosial yang terjadi pada tokoh utama itu sendiri.

Melihat dari dimensi sosiologisnya, Audrey merupakan siswa yang sedang menempuh kelas terakhirnya di sebuah sekolah bernama *Barrett* yang terletak di sebelah utara kota Sydney.

“Duck and I were both in our final term at Barrett, one of the few co-ed private schools in North Sydney. It was a short bus ride from Three Oaks and where most families in our town sent their kids.” (Leav, 2017:35)

Dalam kutipan tersebut, dapat disimpulkan Audrey bersekolah di sebuah sekolah yang cukup bergengsi di Sydney karena sebagian besar orang tua di kota tersebut menyekolahkan anaknya di sekolah tersebut.

Dari kehidupan sosialnya juga, Audrey memiliki hubungan yang tidak begitu baik dengan Ibunya. Seperti yang dapat dalam kutipan berikut.

"My mother had a way of making everything seem ten times worse than it actually was. She watched me like a hawk, scrutinizing every move I made, looking for an opportunity to call me out." (Leav, 2017: 43)

Dalam kutipan tersebut, menggambarkan bahwa kondisi sosiologis Audrey, dalam hal ini hubungan dengan Ibunya, yang tidak begitu baik. Audrey menganggap Ibunya terlalu mengekang dirinya dan terlalu *overprotective* dan hal tersebut membuat Audrey merasa kesal.

Setelah membahas tentang gambaran fisiologis, sosiologis dari tokoh utama, maka selanjutnya akan dibahas tentang kondisi psikologis dari tokoh utama. Kondisi psikologis yang dialami oleh tokoh utama dimulai dari bentuk kecemasan objektif yang dialaminya. Kecemasan objektif adalah kecemasan individu yang bersumber dari adanya ketakutan terhadap sesuatu di dunia nyata. Kecemasan ini menuntun kita untuk berperilaku bagaimana menghadapi bahaya. Sama halnya yang dialami oleh tokoh utama Audrey dalam novel *Sad Girls*. Kecemasan objektif yang diperlihatkan oleh Audrey

adalah pada saat ia menyadari kenyataan bahwa kecemasan yang timbul di dalam dirinya adalah akibat dari cerita kebohongan yang ia katakan kepada kedua sahabatnya, Candela dan Lucy. Kecemasan objektif yang dialami oleh Audrey dengan dirinya sendiri (*man against man*) muncul karena dia mulai menyadari bahwa kecemasan yang ia alami merupakan akibat dari perbuatannya sendiri yang telah menceritakan kebohongan kepada kedua sahabatnya itu.

"As my mind struggled to comprehend this new and frightful development, there was a dim thought that echoed through the midst of my blind panic. I have no doubt that the sudden onset of my anxiety had everything to do with *the lie*... I told this wicked lie one ill-fated night to my two best friends, Lucy and Candela, who were sworn to secrecy on the lives of their loved ones." (Leav, 2017: 5)

Kutipan tersebut menunjukkan bahwa Audrey mengalami kecemasan objektif karena ketakutannya saat menghadapi kenyataan datangnya bahaya yang akan menimpa dirinya. Cerita karangan Audrey tersebut kemudian tanpa disengaja menyebar luas di lingkungan sekitar Audrey. Beberapa hari kemudian, Audrey mendapat kabar bahwa Ana ditemukan meninggal bunuh diri. Saat itulah awal permulaan Audrey mengalami serangan panik.

"Days later, the victim of my deceit-seventeen-year-old Ana- was found in her family's white porcelain bathtub, with blood gushing and bubbling from her two delicate wrists. It was on the same night that I suffered my first panic attack." (Leav, 2017:8)

Dari kutipan novel *Sad Girls* di atas, Audrey mulai menunjukkan awal permulaan dimana Audrey mengalami kecemasannya. Kecemasan objektif yang diperlihatkan Audrey adalah pada saat ia menganggap bahwa kematian Ana-lah yang menyebabkan kecemasan yang tiba-tiba dialami oleh Audrey sehingga menimbulkan konflik *man against herself* di dalam diri Audrey. Ia juga mengalami gejala kecemasan yaitu berupa serangan panik.

Setelah mengalami kecemasan pertamanya, Audrey selalu dihadapi dengan kata 'serangan panik' yang tanpa sengaja selalu dihadapkan padanya. Terlihat pada kutipan berikut.

"It was strange. The words "panic attack" were thrown around so often that I used to think nothing of it. But now whenever I heard it, my stomach turned itself into knots." (Leav, 2017:43)

Dari data di atas, Audrey mulai menunjukkan *Id* di dalam dirinya. *Id* yang Audrey tunjukkan merupakan rasa takutnya. Audrey juga mengalami kecemasan objektif yang

terjadi di dalam dirinya dengan dirinya sendiri (*man against herself*). Sebelum ia mengidap serangan panik, *ego* Audrey berusaha untuk selalu menyangkal bahwa ia mengidap serangan panik. Namun saat ia mendengar tentang kata 'serangan panik' yang sering ditujukan kepadanya, hal tersebut malah membuat Audrey merasakan cemas.

Kecemasan yang dialami oleh Audrey tanpa ia sadari juga turut merubah kondisi emosionalnya. Kecemasan objektif yang dialami oleh Audrey selanjutnya disebabkan oleh konflik yang terjadi di antara Audrey dengan Ibunya (*man against man*). Kondisi emosional Audrey berubah menjadi sangat sensitif.

"Well, at least you're starting out with the two subjects you're good at," said Mum.

"I suppose." I frowned as a fresh of anxiety gripped my stomach.

"So there is really nothing to be nervous about, is there?"

I stiffened. There was something in her tone that was irking me. (Leav, 2017:93)

Audrey memperlihatkan perubahan emosionalnya yang menjadi sangat sensitif. Ia bahkan menganggap ucapan dari Ibunya seolah-olah seperti meremehkan dirinya. Selain kondisi emosionalnya yang berubah, ia juga memperlihatkan perasaan takut dan pesimis dengan menyatakan

ketidakyakinannya menghadapi ujian di sekolahnya. Pada saat ujian sekolah sedang berlangsung, Audrey menunjukkan kecemasan objektif yang berasal dari konflik di dalam diri Audrey dengan dirinya sendiri (*man against herself*). *Id* yang ada di dalam dirinya, yaitu rasa takut berlebih yang Audrey alami membuatnya membayangkan kertas putih yang gurunya letakkan di depannya terlihat begitu menakutkan baginya sehingga dia mengalami kecemasan. Audrey pun memperlihatkan gejala-gejala dari kecemasan yang ia alami yaitu pusing dan kesulitan untuk bernafas.

"Mr. Sadowski stood up and took us through the rules as my history teacher, Mr. Douglas, placed a sheet of paper facedown on my desk. As I stared at the white blank sheet, I felt a wave of panic. The walls around me began to shimmer and shrink. I was hyperventilating, hunched over my desk." (Leav, 2017:94)

Kecemasan objektif selanjutnya adalah pada saat ia bersama Rad mengunjungi pemakaman dimana Ana dimakamkan. Kecemasan objektif yang Audrey alami terjadi di antara Audrey dengan dirinya sendiri (*man against herself*) dimana ia merasakan kecemasan yang luar biasa terhadap suasana di tempat pemakaman tersebut. Ia juga memperlihatkan gejala-gejala kecemasan yang dialami

seperti susah bernafas dan juga susah untuk berkonsentrasi.

"I began to regret my decision when Rad turned into the entrance of Woodlands Cemetery, where Ana was buried. When he came to a stop, I began to feel tiny pins prickling the back of my neck. This was always a bad sign.... I stumbled out of car onto the grass, desperately trying to suck an air into my lungs.... My hands turning had turned numb, and I shook them furiously as I paced up and down the grassy field." (Leav, 2017:38)

Pada kutipan di atas terlihat bahwa *Id* Audrey untuk meninggalkan tempat pemakaman itu sangatlah kuat. Karena terus terdorong oleh *Id*, *ego* Audrey tidak dapat berbuat apapun sehingga hal tersebut memunculkan kecemasan kepada Audrey.

Kecemasan objektif selanjutnya diperlihatkan Audrey pada saat ia hendak belajar mengemudi bersama dengan Gabe, temannya. Ia memperlihatkan kecemasan dengan dirinya sendiri (*man against man*) seperti dalam kutipan berikut.

"ON MY FIRST driving lesson, Gabe picked me up in his battered station wagon, and we practiced around the back streets.

At first, it was terrifying. It felt as if the car was going way too fast and

the tires were made of glass and couldn't possibly keep us pinned to the road.

"Shit—okay." I took a deep breath.
(Leav, 2017: 287)

Id di dalam diri Audrey terus memaksanya untuk memikirkan hal-hal yang menakutkan dan hal tersebut menimbulkan kecemasan dalam diri Audrey. Ia merasa tidak memiliki kendali terhadap mobil yang ia kendarai sehingga hal tersebut menimbulkan kecemasan di dalam diri Audrey. Selain itu, Audrey menganggap hal yang sebetulnya bisa ia kendalikan, seperti halnya belajar mengemudi, menjadi sesuatu yang sangat menakutkan.

Kecemasan objektif selanjutnya dialami oleh Audrey saat ia diajak oleh Gabe untuk mengunjungi sebuah tempat di hutan yang menimbulkan rasa cemas dalam diri Audrey dengan lingkungan di sekitarnya (*man against environment*). Ia memunculkan *Id* dengan bertanya kepada Gabe tentang keadaan yang akan Audrey hadapi dan hal tersebut membuatnya merasa cemas.

"ABOUT AN HOUR later, I was riding shotgun in Gabe's car as we headed out farther away from civilization.

"It's not dangerous all the way out here, is it?" I asked.

"Not really."

"What about bears?"

"It's winter." He grinned at me broadly. "They're all asleep, Audrey."

My face fell. "Seriously? In the dark? What if we get lost?" (Leav, 2017:290)

Dari kutipan dalam novel *Sad Girls* tersebut, terlihat bahwa keinginan *Id* untuk pergi dari tempat tersebut tidak dapat terpenuhi sehingga memunculkan kecemasan pada diri Audrey. Kecemasan-kecemasan yang dirasakan dan dialami oleh Audrey tersebut merupakan bentuk kekhawatiran Audrey terhadap dunia luar yang dianggapnya menakutkan dan mengkhawatirkan bagi keselamatan Audrey.

b) Kecemasan Neurotik

Kecemasan neurotik merupakan perasaan takut atau cemas dengan hal-hal yang belum diketahui kepastiannya. Kecemasan ini dapat muncul dalam diri seseorang karena ia merasa khawatir terhadap sesuatu hal yang akan terjadi kepada dirinya.

Kecemasan neurotik yang paling sering dialami Audrey adalah mengenai perasaannya terhadap kematian temannya sendiri, yaitu Ana, yang kemudian menyebabkan dirinya memikirkan kemungkinan-kemungkinan yang belum pasti

terjadi kepada dirinya sehingga pada akhirnya menyebabkan Audrey merasa cemas. Kecemasan neurotik Audrey muncul disebabkan karena adanya rasa takut dan traumatik dalam diri Audrey terhadap kematian Ana. Akibatnya, Audrey merasa cemas ketika ia berhadapan dengan orang-orang yang pernah dekat dengan Ana dan segala yang berhubungan dengan Ana.

Kecemasan neurotik yang paling terlihat di dalam diri Audrey ditunjukkan pada saat ia melakukan penyangkalan terhadap berita bohong yang ia ceritakan kepada sahabatnya, Candela.

"My heart leapt to my throat, and it was on the tip of my tongue to tell Candela the truth—that I had made it all up and Ana's dad was innocent. I opened my mouth, but the words wouldn't form. I felt panic grip me like a vice." (Leav, 2017:29)

Dalam kutipan tersebut, Audrey mengarang semua cerita yang ia katakan tentang apa yang sebetulnya terjadi tentang Ayah Ana, namun ternyata Candela lebih mempercayai ucapan Audrey. *Id* di dalam diri Audrey untuk mengatakan kejujuran kepada Candela tidak dapat tersalurkan, sehingga memunculkan kecemasan dalam diri Audrey.

Kecemasan neurotik lain yang sangat mengganggu Audrey adalah ketika Audrey merasakan cemas karena ia memiliki hubungan spesial dengan Rad, pacar dari mendiang Ana. Audrey, yang awal mulanya diceritakan bertemu dengan Rad saat pemakaman Ana, ternyata diam-diam menaruh hati kepada Rad. Audrey tanpa disadari selalu menggambarkan bahwa sosok Rad merupakan bayang-bayang dari masa lalu hidup Ana.

"There was a small tear in the upholstery, and I ran my fingers over it, thinking about the countless number of times Ana must have sat there."
(Leav, 2017:17)

Pada kutipan tersebut, Audrey memperlihatkan kecemasan neurotik. *Id* di dalam diri Audrey, yaitu rasa takutnya, membuatnya memikirkan Ana sehingga menimbulkan rasa cemas di dalam diri Audrey.

Rad dan Audrey menjalani kencan pertama mereka. Saat Rad menceritakan bahwa ia pernah bertemu dengan wanita lain bernama Claire, lagi-lagi Audrey menggambarkan sosok wanita itu sama seperti Ana.

"I knew I was making a fool of myself, but I couldn't stop. "What's her name? Where did you meet her?"

"Her name's Claire. I met her at the party. We've only been on a few dates, Audrey; it's not serious."

"It sounds pretty serious to me." I tried to picture Claire but saw Ana instead. (Leav, 2017:163)

Kutipan tersebut menunjukkan kecemasan neurotik yang dialami oleh Audrey. *Id* Audrey menggambarkan sosok gadis yang Rad ceritakan itu sama seperti Ana dan hal tersebut menimbulkan perasaan cemas dalam diri Audrey.

Selanjutnya kecemasan yang ditunjukkan Audrey pada saat ia mendapatkan pesan pendek dari Rad yang mengajaknya untuk jalan-jalan. Kecemasan yang diperlihatkan Audrey terjadi saat ia melihat pesan dari Rad tersebut. Audrey mengalami konflik dengan dirinya sendiri (*man against man*) dan berpikir apakah menemui Rad pada malam hari itu dapat membuatnya meredakan kegelisahan yang ia alami atau malah memperburuk keadaannya.

"LATER THAT NIGHT, I got a text from Rad.

Want to go for a drive?

Sure

It had been a long day, and I wished I could just close my eyes and fall asleep. But my mind was racing, and I was on the verge of a panic attack. I

didn't know if seeing Rad would soothe my anxiety or make it worse." (Leav, 2017:250)

Kecemasan neurotik yang Audrey alami berikutnya dapat diketahui dari konflik *man against herself* yang dialami oleh dirinya saat Audrey hendak membaca sebuah novel berjudul '*A Snowflake in a Snowfield*' yang menceritakan tentang kehidupan gadis yang langsung Audrey sadari ceritanya sangat berkaitan dengan kematian Ana. Latar suasana dalam cerita tersebut mengambil tempat di Wisconsin pada tahun 1920an. Kemudian alur cerita yang digambarkan begitu gelap dan menakutkan, seolah-olah novel tersebut mengingatkannya terhadap apa yang terjadi kepada kematian Ana.

"I found it lying on the kitchen table, reached into the front pocket, and pulled out a copy of *A Snowflake in a Snowfield*. The book was set in 1920s in Wisconsin, a story about a woodcutter's daughter that read almost like a fairy tale. There was a dark undercurrent of abuse and neglect I found deeply disturbing. I snapped the book shut and realized my hands are were shaking.... I barely made it to the kitchen sink when my legs gave out under me and I collapsed onto the floor, gasping for breath.... I had no idea why the book had been so triggering. Somehow, it was written in a way that mirrored Ana's death" (Leav, 2017:130-131)

Pada kutipan tersebut, *Id* di dalam diri Audrey sangatlah kuat. *Id* Audrey, yang merupakan rasa takutnya, selalu mengkaitkan cerita yang terdapat dalam novel tersebut dengan kehidupan Ana. Keinginan *id* yang tidak dapat dikendalikan Audrey tersebut memunculkan perasaan cemas dalam diri Audrey. Setelah Audrey berusaha untuk menenangkan dirinya, ia mencoba mencari tahu siapa penulis dibalik cerita yang mengerikan yang membuatnya mengingat tentang tragedi kematian Ana. Dengan perasaan ketakutan dengan cerita yang masih membekas, Audrey mencoba mengetik nama 'Colorado Clark' di *laptop*-nya. Dan ternyata itu adalah nama lengkap dari Rad, orang yang selama ini Audrey selalu kaitkan dengan kematian Ana.

"Taking a deep breath, I picked myself up and walked to the kitchen table. I withdrew my laptop from my satchel and flipped up the screen. With trembling fingers, I typed "Colorado Clark" in the search box... My heart pounded wildly in my chest as image after flooded with the screen. Colorado was the boy I had met the night of Ana's funeral who was still on my mind all these months later. "Rad," I whispered." (Lejnav, 2017:132)

Kecemasan yang dialami oleh Audrey tidak saja hanya disebabkan karena Rad. Terkadang tanpa ada alasan yang jelas, dia selalu mengaitkan kecemasan yang ia alami

dengan kematian Ana sehingga hal tersebut membuatnya cemas. Contohnya, saat Audrey hendak menaiki sebuah wahana kereta hantu bersama teman-temannya, tiba-tiba Audrey membayangkan kehadiran sosok Ana di wahana tersebut.

"The train jolted into life and began to move through a dark tunnel, decorated with hanging spider webs and silhouettes of ominous figures. I wasn't stranger to ghost train, but for some reason, this one made me feel edgy. There were several loud and cries and shrieks, then I felt a tap on my shoulder and my head swung around sharply. My heart leaped into my throat. It was Ana. I opened my mouth to scream but no sound came out." (Leav 2017:206)

Kutipan di atas menjelaskan kecemasan neurotik yang dialami oleh Audrey. Konflik dalam kutipan tersebut terjadi antara Audrey dengan dirinya sendiri (*man against herself*). *Id* dalam diri Audrey membayangkan bahwa siluet yang terdapat di dalam wahana kereta hantu itu adalah sosok Ana. Kemudian latar suasana yang digambarkan dalam kutipan tersebut memiliki nuansa yang gelap dan banyak hiasan-hiasan menyeramkan yang memunculkan kecemasan dalam diri Audrey.

Kecemasan neurotik yang Audrey alami selanjutnya terjadi pada saat ia sedang bermain papan *Ouija* bersama dengan teman-temannya. Diceritakan Audrey dan beberapa temannya sedang ingin memainkan papan *Ouija* dan mereka membuat suasananya terkesan menyeramkan. "*The atmosphere was a little unnerving as the shadows cast by the flickering candlelight fell across Ouija board like a scene straight out of a horror movie.* (Leav, 2017:229) setelah beberapa saat kemudian, bayangan Audrey mengenai sosok Ana tiba-tiba ditunjukkan lagi melalui permainan papan *Ouija* tersebut.

"The pointer moved again and landed on the letter A. My body stiffened, and a new fear gripped me as it made its way with slow deliberation to the letter N. Then it completed its journey on A. Ana. The word exploded in my mind like a hand grenade and sent me reeling into a state of panic. I withdrew my finger immediately as if I had just scalded. I fell into my knees, gasping for air. *I'm dying*, I thought. My lungs were screaming for oxygen, and in my panicked stupor, I couldn't find way to oblige them." (Leav, 2017:229-230)

Kutipan di atas menggambarkan kecemasan neurotik Audrey yang terjadi di antara Audrey dengan dirinya sendiri (*man against herself*) diperlihatkan saat tiba-tiba papan tersebut tanpa disengaja membuat huruf

bertuliskan nama 'Ana'. Audrey tidak dapat menahan *id* yang muncul di dalam dirinya sehingga memunculkan kecemasan. Selain itu, Audrey juga memperlihatkan kecemasannya dengan gejala seperti kesusahan untuk mengatur napasnya.

Selanjutnya, kecemasan neurotik yang diperlihatkan Audrey terjadi pada saat ia tidak sengaja menemukan sebuah kotak yang berisikan tentang kenangan Rad dan Ana. Audrey mengambil kotak tersebut dan mencoba melihat apa yang terdapat di dalamnya.

"Shaking off the memory, I picked up the paper clip; with a little encouragement, the silver lock clicked up. I sat there for few minutes, drumming my fingers on the glass tabletop, my heart fluttering like a panic-stricken bird inside of my chest. I was hoping to find a stack of Garbage Pail cards, like Rad had said, but the feeling of dread in my stomach told me otherwise." (Leav, 2017:241)

Kutipan tersebut memperlihatkan bagaimana kecemasan yang dialami oleh Audrey dengan dirinya sendiri (*man against herself*). *Ego* dalam diri Audrey berusaha menahan dirinya, namun *Id* yang terus mendorong Audrey untuk tetap membuka kotak yang berisi kenangan antara Ana dan Rad tersebut malah membuatnya merasakan cemas.

Kecemasan yang diperlihatkan Audrey selanjutnya adalah pada saat ia memikirkan apakah Rad masih mengingat mendiang Ana atau tidak. "*I wondered whether he still looked through this box. Did he sift through its contents on those whiskey-fueled nights he spent here alone? I wondered whether she came to life again for him in these photographs.*" (Leav, 2017:241) Kutipan tersebut memperlihatkan rasa cemas dalam diri Audrey dengan dirinya sendiri (*man against herself*) yang selalu membayangkan apakah Rad masih membuka kotak yang berisikan kenangan bersama Ana, atau mengingat hubungan di antara Rad bersama Ana.

Kecemasan neurotik selanjutnya ditunjukkan oleh Audrey saat ia tanpa sengaja menemukan sebuah kertas yang berisikan tulisan-tulisan yang berasal dari buku *diary* milik Ana di dalam kotak kenangan milik Rad dan Ana.

"I went to put the photo back into the envelope when I noticed there was a piece of notepaper inside. With trembling hands, I withdrew it and pulled it open slowly, my heart thumping in my chest. I recognized Ana's tiny writing at once, and as I read, I realized it must be a page torn from her diary" (Leav, 2017:242)

Kutipan tersebut menunjukkan dorongan *id* yang terjadi pada Audrey untuk membaca tulisan-tulisan Ana yang kemungkinan ia tujukan kepada Rad sehingga memunculkan konflik di antara Audrey dengan dirinya sendiri (*man against herself*). Kecemasan neurotik yang Audrey perlihatkan selanjutnya ialah pada saat ia memikirkan semua tentang isi yang ada dalam kotak itu dan membuatnya kehilangan konsentrasi saat ia hendak menemui penulis idolanya yang bernama Elsa Reed.

"The photograph, the poem, and the page from Ana's diary kept popping up in my head, one after another, like pieces of luggage on a carousel. Luckily Elsa didn't seem to notice how distracted I was as we discussed her writing process." (Leav, 2017:244)

Setelah Audrey berusaha untuk mengambil beberapa tulisan yang Ana tulis, ia kemudian menyimpannya ke dalam bajunya. Namun, ketika di tengah perjalanan, saat Audrey hendak memeriksa kertas itu, kertas itu hilang dan lagi-lagi hal tersebut memicu perasaan cemas dalam diri Audrey dengan dirinya sendiri (*man against man*).

"I remembered the page from Ana's diary. I slipped my hand into the pocket of my Audrey jacket, but nothing was there.... Frantically, I dug into all the pockets of my jeans- there was nothing. My head began to spin. My

throat felt like it was closing on me.... I collapsed on the bench, my chest rising and falling rapidly.” (Leav, 2017:247)

Kutipan tersebut menjelaskan bagaimana dorongan *id* yang dialami oleh Audrey. Audrey berusaha untuk tetap mencari kertas yang telah ia kantongi di sakunya itu, namun pada saat Audrey kehilangan kertas tulisan yang ia ambil dari kotak kenangan Rad dan Ana, ia menunjukkan kecemasan yang ditandai dengan gejala yang dialami Audrey seperti kesusahan bernafas.

Kecemasan neurotik Audrey selanjutnya pada saat Rad menanyakan rumor yang menyebabkan Ana meninggal kepada Audrey. Konflik yang terjadi di antara Audrey dan Rad (*man against man*) menimbulkan rasa cemas di dalam diri Audrey. “*You know that rumour that was going around, the one about Ana screwing her Dad?*” *I swallowed hard. “Yeah.”* (Leav, 2017:251). Audrey menunjukkan dorongan *id* dalam dirinya ketika Rad menanyakan hal tersebut kepada Audrey sehingga hal tersebut membuat dirinya cemas.

Kecemasan neurotik yang Audrey alami selanjutnya adalah pada saat ia pada akhirnya mengakui kepada Rad bahwa kematian Ana disebabkan oleh berita yang ia buat. Ia mengakuinya dan menimbulkan konflik *man against man*

yang menyebabkan kecemasan pada diri Audrey. Audrey memperlihatkan rasa khawatirnya terhadap respon apa yang Rad akan lakukan kepadanya sebelum ia mengakui bahwa sebetulnya dialah yang mengarang berita kebohongan itu kepada Rad.

"I drew in a deep breath. "Rad, Ana was telling you the truth," I said softly. "The rumour—it was a lie."

He looked at me blankly. "A lie? But how do you know for sure?"

I opened my mouth to speak the and then closed it again. My heart was beating so fast I felt like it was going to burst out of my chest. I swallowed hard and looked him straight in the eyes. "Because I was the one who made it up." (Leav, 2017: 252)

Pada kutipan tersebut, *id* di dalam diri Audrey berusaha untuk dilampiaskan, namun *ego* Audrey menahannya untuk menceritakan mengapa ia membuat berita kepalsuan itu. Setelah mengakui tentang berita kebohongan tersebut kepada Rad, kemudian Rad memutuskan untuk meninggalkan Audrey sehingga hal tersebut lagi-lagi menimbulkan kecemasan dalam diri Audrey. Kecemasan Audrey saat ini disebabkan oleh konflik yang terjadi di antara Audrey dengan Rad (*man against man*).

"... but all I could think about was Rad. Now that he was gone, nothing seemed to

matter. I kept going over that night in the car when I confessed to him about Ana, and I wished I could take it all back. The minutes, the hours, and days crawled slowly by, as a sickening feeling grew in the pit of my stomach. I could still perform the basic human functions, but I felt soulless. Every time I came across something that reminded me of Rad, the dull, throbbing ache would rise to a sharp, painful crescendo, and the shock of it was almost too much to bear. (Leav, 2017: 255)

Kecemasan di atas merupakan kecemasan neurotik yang dialami oleh Audrey. *Id* untuk tetap menjalani hubungan dengan Rad tidak dapat terpenuhi sehingga Audrey memunculkan rasa kecemasan. Gejala kecemasan yang dirasakan Audrey dalam kutipan tersebut ialah ia merasakan sakit yang tidak bisa ia tahan dan juga rasa mual pada perutnya.

Kecemasan neurotik yang dialami Audrey selanjutnya lagi-lagi disebabkan oleh Rad (*man against man*). Audrey bertemu dengan Rad di rumah Lucy setelah sekian lama ia tidak dapat bertemu dengan Rad.

"My heart pounded wildly when I saw it was Rad. "Hey," he said when I opened the door. "Can I come in?"

"Sure." The last few days had been good for me. I felt in control again, like I was making progress. But now, seeing

his face, being close to him—I was ready to fall to pieces.” (Leav, 2017:262)

Kutipan di atas menjelaskan bagaimana kecemasan yang Audrey alami. Ia menjelaskan bahwa pertemuannya dengan Rad setelah sekian lama malah membuatnya merasa hancur. Kecemasan selanjutnya yang dialami Audrey adalah pada saat ia mengingat apa yang diucapkan oleh Ibunya. Ucapan dari Ibunya tersebut menimbulkan konflik di dalam dirinya (*man against herself*).

“I thought of what Mum had said the day she showed me that old picture of my father. *That’s what boys can do, Audrey; that’s the power they can wield over you. It’s like being under a spell.* Somewhere during my heartache, my insufferable pain, there was something else stirring within me, and it was growing stronger and more insistent with each day... Anxiety took that away from me, and in a way, so did love. And now I wanted to reclaim it in the only way I knew how. As much as it hurt, I knew this was my last chance to be free, to learn to stand on my own.” (Leav, 2017:263)

Kutipan di atas menunjukkan kecemasan pada diri Audrey. Audrey menganggap ucapan dari Ibunya itu merupakan sebuah kenyataan yang ternyata Audrey hadapi sekarang, bahwa seorang laki-laki dapat mempengaruhi diri Audrey. Ia menyadari kecemasan yang ia alami bukan karena

ketakutannya terhadap kematian Ana, tetapi ketakutannya akan ditinggalkan oleh Rad yang merupakan cinta pertamanya.

Kecemasan Audrey berikutnya saat ia mencoba mengingat saat Rad memberikan sesuatu kepadanya. Keputusan Audrey untuk meninggalkan Rad menimbulkan konflik yang terjadi antara Audrey dan Rad (*man against man*) dan rasa cemas dalam diri Audrey bahwa dia tidak akan bisa menemukan orang seperti Rad.

"I would have to live my whole life knowing I would never find someone else like him, but I already knew I wouldn't. Taking a deep breath, I ripped open the envelope and reached inside, my stomach wound tightly in knots. It was a copy of *Inside UFO 54-40*. I flipped through the pages until I saw Rad's writing, scribbled on the page where Ultima shone like a beautiful mirage, an impossible dream." (Leav, 2017: 267)

Dalam kutipan tersebut, *id* Audrey untuk terus hidup bersama Rad tidak dapat terpenuhi sehingga menimbulkan kecemasan dalam diri Audrey. Kecemasan selanjutnya dirasakan Audrey saat ia mengingat kenangannya bersama dengan Rad (*man against man*). Ia menceritakan kepada sahabatnya, Lucy, bahwa ia merindukan kehadiran Rad.

"He was the only person who understood me in a way that was profound, in a way that mattered. How can you get past something like that? Something that meant that much—" I stopped, feeling the same old anxiety rear its ugly head. I closed my eyes and took a deep breath." (Leav, 2017: 296)

Pada kutipan tersebut, keinginan *id* Audrey untuk tetap bisa bersama Rad tidak dapat terpenuhi dan hal tersebut memunculkan kecemasan di dalam diri Audrey. Kecemasan neurotik berikutnya terjadi pada saat Rad akhirnya mengakui bahwa dialah yang membunuh Ana. Audrey memperlihatkan kecemasan yang terjadi dengan Rad (*man against man*) saat Rad menceritakan bahwa dialah yang membunuh Ana. Audrey memperlihatkan gejala kecemasan berupa sulit untuk berkonsentrasi.

"I closed my eyes. Cold, spidery fingers crawled up and down my spine.

You cut into her wrists!" I shrieked. "You cut into her wrists!" The bile rose into my throat. I felt hysterical, out of control. My mind was spinning so fast I couldn't seem to hold on to the thoughts that flitted in and out. (Leav, 2017: 354)

Kecemasan neurotik selanjutnya terjadi di dalam diri Audrey (*man against man*) yang memikirkan apakah ucapan Rad tersebut benar adanya dan apakah berita kebohongan

yang Audrey buat tentang Ana memiliki andil yang besar dalam kematian Ana.

"Was Ana already dead when he put her into the bath? If she had been alive, wouldn't that make him a murderer? And the lie I told—what part did that play in this tragedy? Nothing? Everything? (Leav, 2017:354)

Dalam kutipan di atas terlihat bahwa Audrey mulai menyadari bahwa kematian Ana bukanlah disebabkan oleh berita kebohongan yang dia buat. Dia meragukan bahwa berita bohong yang ia ceritakan selama ini apakah memiliki andil besar dalam kematian Ana atau tidak.

Setelah Rad mengakui perbuatannya, Audrey mulai berdamai dengan keadaan yang ia alami dan Audrey akan memulai kehidupan baru bersama Rad. Hal tersebut menimbulkan kecemasan yang dialami oleh Audrey seperti dalam kutipan berikut.

"All of sudden, I felt an eerie calm settle over me. It was as though I was standing in the eye of clarity, I knew I was just culpable as Rad. I knew there was a blood on my hands too. We had become caricatures of ourselves, trapped in this nightmare; the entry ticket for this grotesque carnival, my lie. I had cursed us from the moment the evil spilled from my lips. Yet beyond the madness, the utter horror of Rad's confession. (Leav, 2017:356)

Pada kutipan di atas terlihat bahwa tokoh Audrey mengalami kecemasan neurotik dengan dirinya sendiri (*man against herself*). *Id* Audrey untuk hidup bersama Rad terpenuhi, namun Audrey merasa bersalah sama bersalahnya seperti Rad sehingga memunculkan rasa cemas di dalam diri Audrey. Pada akhirnya, Audrey memilih untuk berdamai dengan keadaan yang ia alami.

3.3. Mekanisme Pertahanan Diri yang Digunakan oleh Tokoh Utama

Dalam pembahasan kali ini, akan dianalisis mekanisme-mekanisme pertahanan yang digunakan oleh tokoh utama Audrey dalam novel *Sad Girls* karya Lang Leav sebagai upaya untuk menghadapi kecemasan yang dialaminya. Mekanisme pertahanan diri yang diadaptasi oleh tokoh utama adalah mekanisme pertahanan represi, proyeksi, pengalihan (*displacement*) dan rasionalisasi seperti yang dapat dilihat berikut.

a) Mekanisme Pertahanan Represi

Represi merupakan mekanisme pertahanan *ego* yang paling kuat dan berguna untuk menekan segala bentuk dorongan yang tidak dapat diterima masuk ke alam bawah

sadar. Apabila Audrey menyadari akan dorongan-dorongan kecemasan yang akan timbul. *Ego* di dalam diri Audrey secara otomatis menggunakan mekanisme pertahanan diri yang salah satunya berupa represi. Represi adalah bentuk mekanisme pertahanan diri yang bertugas untuk mengembalikan dorongan-dorongan rasa cemas kembali ke alam bawah sadar.

Sesaat setelah Audrey menemui Ida untuk melakukan terapi untuk kecemasannya, Audrey dihadapkan dengan rasa cemasnya untuk menghadapi ujian di sekolahnya. Rasa takut yang memenuhi *id* dalam diri Audrey terus mendesak *ego* Audrey untuk melakukan mekanisme pertahanan dari rasa cemas.

"As I stared at the blank white sheet,
I felt a wave of panic. Desperately, I
flicked the rubber band around my
wrist, but it was akin to throwing
buckets of water at a raging inferno."
(Leav, 2017:94)

Dalam kutipan tersebut, mekanisme pertahanan represi selanjutnya dilakukan oleh Audrey saat ia mengalami serangan panik yang dialami olehnya. Audrey tanpa disadari langsung menjentikkan karet gelang yang ia kenakan di pergelangan tangannya dan ia menggambarkan bahwa mekanisme pertahanan represi yang ia alami sama

rasanya seperti menyiramkan seember air yang membantu *ego* meredakan konflik yang sedang ia alami.

Mekanisme pertahanan represi selanjutnya adalah pada saat Audrey dihadapkan oleh rasa cemas sesaat setelah ia menghadapi ujian di sekolahnya.

"I'd been in such a panic earlier I didn't realize I was digging my fingernails into my wrists. That was something I resorted to when the rubber band wasn't working, but this time I had actually drawn blood." (Leav, 2017:95)

Dalam kutipan tersebut, mekanisme pertahanan represi selanjutnya yang dilakukan Audrey sesaat setelah ia mengikuti ulangan di sekolahnya. *Id* di dalam diri Audrey berusaha melindungi *egonya* dari rasa cemas.

Berikutnya mekanisme pertahanan represi yang Audrey lakukan adalah sesaat ia memikirkan tentang gadis yang diceritakan oleh Rad. Audrey membayangkan gadis tersebut adalah Ana dan hal itu membuatnya cemas. Audrey tanpa disadari lantas menjentikkan karet gelang yang ia kenakan.

"I snapped my rubber band, then glanced at Rad, whose eyes were fixed on the road. I wanted to backtrack ten minutes and stay frozen in that pocket of time forever. It felt like I was waking from

a dream, dragged against my will, back
to reality" (Leav, 2017:163)

Dalam kutipan di atas, mekanisme pertahanan represi selanjutnya yang dilakukan Audrey adalah pada saat ia menjentikkan karet gelang di pergelangan tangannya. *Id* atau keinginan Audrey untuk meredakan konflik yang ia alami dengan dirinya sendiri membawanya menuju ke kesadaran.

b) Mekanisme Pertahanan Proyeksi

Mekanisme pertahanan proyeksi adalah mekanisme pertahanan yang terjadi apabila seorang individu berusaha untuk menutupi kekurangannya atau masalah yang sedang dia hadapi dan kesalahannya dilimpahkan kepada orang lain. Seperti yang dapat dilihat dalam kutipan berikut:

"It's Mum, I said. My breathing was a
little less patchy, but I was sobbing...

"Well, she's a liar," I spat. I couldn't
contain my bitterness...

I shook my head. "I don't want anything
to do with her anymore. She drives me
insane." (Leav, 2017:219)

Dalam kutipan tersebut, mekanisme pertahanan proyeksi yang dilakukan Audrey adalah pada saat ia menyalahkan Ibunya atas segala kecemasan yang ia alami. *Ego* Audrey merasa terlindungi ketika saat ia berhasil

melimpahkan kecemasannya kepada orang lain dan dalam hal ini ia melimpahkan kepada Ibunya.

c) Mekanisme Pertahanan Pengalihan (*Displacement*)

Mekanisme pertahanan pengalihan adalah tindakan untuk mengalihkan perasaan yang tidak senang terhadap suatu objek ke objek atau hal lain yang lebih memungkinkan. Mekanisme pertahanan ini merupakan tindakan untuk mengalihkan dorongan-dorongan perasaan yang tidak senang terhadap suatu objek ke objek atau hal lain yang lebih memungkinkan. (Minderop, 2011:32). Audrey mentargetkan Ibunya sebagai objek untuk meluapkan rasa cemasnya.

"I took a deep breath. I felt like I was ready to explode...

"*Listen to me!*" I screamed my fists banging at the sides of my head in frustration... I grabbed the nearest plate from the kitchen counter and hurled it at the floor." (Leav, 2017:218)

Dalam kutipan di atas, mekanisme pertahanan pengalihan yang dilakukan Audrey ketika ia panik saat sang Ibu mengundang mantan pacar Audrey, Duck, ke acara makan di perayaan Natal. Audrey mengalihkan perasaan tidak senangnya itu kepada sang Ibu karena Ibunya tidak

memiliki kekuatan untuk menghadapi dorongan *id* yang terjadi dalam diri Audrey.

Mekanisme pertahanan pengalihan selanjutnya yang dilakukan Audrey adalah pada saat ia menceritakan kepada Ida tentang peristiwa yang terjadi padanya saat perayaan Natal yang terlihat dalam kutipan berikut:

"My relationship with Mum had sunken to an all-time low after the stunt she pulled at Christmas lunch, so she had been on her very best behaviour ever since...

WHEN I TOLD Ida, she raised her eyebrows and stubbed out her cigarette on the red heart-shaped ashtray that permanent fixture on her desk. "I know what you're going to say. The Colorado thing is some kind of coping mechanism that my anxiety-addled brain has conjured. That somehow going there will bring me closer to Rad. Even if it makes no logical sense." (Leav, 2017: 259)

Dalam kutipan di atas, Audrey sadar bahwa selama ini Rad merupakan seseorang yang ia gunakan untuk melakukan mekanisme pertahanan pengalihan atas apa yang terjadi pada kecemasan yang ia alami. Pemikiran di atas terjadi karena Audrey yang mencemaskan dirinya yang selalu berada di sekitar Rad.

Mekanisme pertahanan pengalihan yang dilakukan Audrey selanjutnya saat ia menceritakan bahwa ia ingin melakukan sebuah perjalanan ke Colorado, Amerika Serikat, kepada Lucy. Seperti yang diperlihatkan dalam kutipan berikut:

"I have to go to Colorado." The words came as a surprise, but as soon as they were out of my mouth, I sensed it was the right thing. At once my mind conjured a vision of a new life in a small town where no one knew who I was." (Leav, 2017: 258)

Dalam kutipan di atas, mekanisme pertahanan pengalihan yang dilakukan Audrey adalah pada saat ia menceritakan kepada Lucy bahwa ia ingin pindah ke Colorado sebagai bentuk pengalihan dirinya dari Rad. Ketika ditanya oleh Lucy, Audrey tidak memiliki alasan yang jelas mengapa ia memilih Colorado sebagai tempat untuk pindah seperti dalam kutipan berikut:

"LUCY BEGAN FUSSING over me like a mother hen when I told her my plans. "Colorado? Why Colorado?"

"I don't really know," I said, folding another T-shirt and placing it neatly into my suitcase.

"Has Colorado got anything to do with Rad?"

"No, this is what I need to do—for myself."

"But Colorado—that's Rad's name. I thought you were trying to get over him. I mean, why not . . . I don't know . . ." she threw her arms, "Denmark? Why Colorado?" (Leav, 2017: 259)

Dalam kutipan di atas, Audrey tidak mengetahui alasannya untuk pindah ke Colorado. Ia seperti hanya ingin mengalihkan perhatiannya dari Rad, namun ia masih bingung dengan apa yang ia lakukan.

d) Mekanisme Pertahanan Rasionalisasi (*Rasionalization*)

Rasionalisasi merupakan bentuk mekanisme pertahanan yang berguna untuk mengganti dorongan-dorongan *id* yang tidak dapat diterima menjadi sebuah dorongan yang lebih aman. Seperti yang diceritakan sebelumnya, Audrey mengunjungi seorang psikolog bernama Ida Summer. Ida memberikan alat berupa karet gelang yang harus Audrey pakai untuk menyadarkan dirinya dari kecemasan.

"She reached into her drawer and pulled out a small glass jar containing a cluster of rubber bands.... Without warning, she pinched the elastic with her thumb and forefinger, pulled it right back, and then let it go."

"Ouch!" I cried, as the sharp sting of rubber bit into my skin. "Sorry, honey. You see, when you find yourself getting into a cycle of worry, that sharp *ping* snaps you out of your own head. It's a way to ground you and bring you back to reality." (Leav, 2017: 50)

Kutipan di atas menjelaskan bahwa karet gelang yang Ida berikan kepada Audrey berfungsi sebagai pengganti apabila *id* di dalam diri Audrey merasakan cemas. Karet gelang yang diberikan oleh Ida merupakan alat yang aman digunakan oleh Audrey sebagai pengganti dari dorongan-dorongan *id* yang Audrey alami.

Mekanisme pertahanan rasionalisasi selanjutnya yang dilakukan Audrey adalah pada saat ia mengalami kecemasan setelah ia mengakui tentang berita bohong yang ia perbuat kepada Rad seperti dalam kutipan berikut.

"My fingers tugged fretfully at my rubber band, and it snapped in two, falling silently from my wrist to the ground." (Leav, 2017:355)

Dalam kutipan di atas, Audrey melakukan mekanisme pertahanan rasionalisasi yang berguna untuk mengganti dorongan-dorongan *id* menjadi dorongan yang lebih aman. Ia menggunakan karet gelang yang berada di pergelangan tangannya untuk mengurangi kecemasannya.

Mekanisme pertahanan rasionalisasi selanjutnya yang dilakukan Audrey adalah pada saat ia dihadapi oleh kecemasan setelah ia membaca novel berjudul '*A Snowflake in a Snowfield*'. Kisah di dalam novel tersebut memicu

kecemasan dalam diri Audrey dan menggambarkan seperti kisah kematian Ana.

"For the first time in a while, I reached for my rubber band, but I didn't have it on. I pinched as hard as I could at the skin above my thighs. The pain was excruciating and I bit down on my lip to stop myself from crying out." (Leav, 2017:131)

Dalam kutipan di atas, Audrey mengalihkan kecemasan yang ia alami dengan cara mencubit kulitnya keras-keras karena ia tidak menemukan karet gelangya. Gunanya pun sama, sebagai alat untuk mengganti dorongan-dorongan *id*, yaitu ketakutan di dalam diri Audrey menjadi sebuah tindakan yang lebih aman.

Audrey menganggap bahwa metode karet gelang yang diberikan oleh Ida berhasil saat ia menceritakannya kepada Gabe seperti dalam kutipan berikut:

"My therapist gave me this." I pulled back the sleeve of my Sherpa jacket to show him the rubber band around my wrist.

"Whenever I feel anxious, I just snap the rubber band against my skin."

"Does it work?"

"It does, most of the time. It definitely helps to have it there." (Leav, 2017:295)

Dalam kutipan di atas, Audrey menceritakan bahwa karet gelang yang Ida berikan padanya terkadang berhasil menyelamatkannya dari kecemasan. Dapat disimpulkan bahwa karet gelang yang dipakai oleh Audrey selama ini berhasil dan berguna untuk mengalihkannya dari perasaan cemas yang berlebihan yang ia alami.

BAB IV

KESIMPULAN

Novel *Sad Girls* yang ditulis oleh Lang Leav mengangkat tentang kecemasan yang dialami oleh tokoh utama. Audrey Field disebut sebagai tokoh utama karena porsi kemunculan yang paling banyak di dalam cerita serta kehadirannya berpengaruh terhadap jalannya cerita.

Dapat disimpulkan bahwa penyebab utama terjadinya kecemasan pada tokoh Audrey bersumber dari dalam dirinya sendiri dan juga dari orang-orang terdekat di sekitar Audrey. Ketakutan Audrey tentang hal-hal yang belum tentu akan terjadi pada dirinya membuat ia terus-menerus dibayang-bayangi rasa bersalah.

Ditemukan bentuk-bentuk kecemasan yang dialami oleh Audrey yaitu kecemasan objektif dan juga kecemasan neurotik. Kecemasan objektif merupakan kecemasan yang bersumber dari adanya ketakutan terhadap bahaya yang mengancam di dunia nyata. Kecemasan objektif yang diperlihatkan Audrey umumnya bersumber dari aktifitas sehari-hari Audrey. Contohnya saat ia mengalami kecemasan akibat mendengar tentang berita kematian Ana, saat dia

menghadapi ujian di sekolahnya, dan pada saat ia dihadapkan oleh situasi yang menakutkan lainnya. Selain kecemasan objektif, Audrey juga memperlihatkan gejala-gejala kecemasan neurotik. Kecemasan neurotik yang terjadi dalam hal ini berupa rasa bersalahnya setelah mengetahui bahwa Ana meninggal karena cerita yang dia buat.

Selain itu, dalam menghadapi kecemasan yang Audrey alami, ia memperlihatkan mekanisme-mekanisme pertahanan atas kecemasannya. Ada berbagai bentuk mekanisme pertahanan yang diperlihatkan Audrey, yaitu represi, proyeksi, pengalihan (*displacement*) dan rasionalisasi.

Mekanisme pertahanan represi dan rasionalisasi yang dilakukan oleh Audrey yaitu disaat ia harus menggunakan karet gelang untuk mengurangi kecemasannya. Rasa sakit yang ditimbulkan dari karet gelang tersebut dapat mengembalikan kesadaran *ego* Audrey. Sedangkan mekanisme pertahanan pengalihan (*displacement*) dan proyeksi, Audrey lebih sering mentargetkan Rad dan Ibunya untuk dijadikan sebuah alasan untuk melindungi *egonya* dari rasa cemas yang ia alami.

SYNOPSIS

Sad Girls is the first debut novel written by Lang Leav. From writing poetry to short stories about love, life, and heartbreaks, Leav has come a long way to concoct everything into a young adult fiction novel. The book follows 18-year-old Audrey encountering a series of panic attacks after the death of a classmate, Ana, resulting from a rumor, a lie told by Audrey to her close friends Lucy and Candela.

The purpose of this study is to analyze the forms of anxiety that Audrey experienced after Ana's death. Besides that, this research also analyze the forms of defence mechanism that Audrey did to cope her anxiety.

Based on the statement contain in the previous chapter, the main character experienced anxiety caused by her fear after she told the lie to her close friends, Lucy and Candela. Audrey shows conflicts that leads her to anxiety with herself, and also with people around her. Also to cope with her anxiety, Audrey did some type forms of defence mechanism to protect her ego, such as repression, projection, displacement and also rationalization.

Daftar Pustaka

Darma, Budi. 2019. *Teori Sastra*. Jakarta : PT. Kompas Media Nusantara.

Dewi P, Yenny dan Andri. 2007. *Teori Kecemasan Berdasarkan Psikoanalisis Klasik dan Berbagai Mekanisme Pertahanan Terhadap Kecemasan*. Majalah Kedokteran Indonesia Vol. 57.

Hadju, Anang Viki Pratama. 2018. *Kecenderungan Kecemasan Neurotik Willy Wonka dalam Novel Charlie and The Chocolate Factory karya Roald Dahl*. Surabaya : Universitas Airlangga.

Horowitz, Juliana Menasce dan Graf, Nikki. 2019. "Most U.S. Teens See Anxiety and Depression as a major Problem Among Their Peers". Diakses pada 8 Februari 2020 dari <https://pewsocialtrends.org/2019/02/20/most-u-s-teens-see-anxiety-and-depression-as-a-major-problem-among-their-peers/>.

Kinasih, Dianira Rizki. 2017. *Kecemasan dan Mekanisme Pertahanan Tokoh Utama dalam Cerpen Hitokui Neko Karya Haruki Murakami*. Semarang : Universitas Diponegoro

King, Laura A. 2017. *Psikologi Umum*. Jakarta : Penerbit Salemba Humanika.

Leav, Lang. 2017. *Sad Girls*. Missouri : Andrews McMeel Publishing.

Leav, Lang. 2017. *Sad Girls*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.

Marsh, Lily. 2015. *Understanding Anxiety and Panic Attacks*. London : Mind (National Association for Mental Health).

Minderop, Albertine. 2010. *Psikologi Sastra (Karya Sastra, Metode Teori, Dan Contoh Kasus)*. Jakarta : Yayasan Pustaka Obor Indonesia.

Nurgiyantoro, Burhan. 2007. *Teori Pengkajian Sastra*. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.

Pearson, Patricia. 2019. "6 Ways to Relieve Anxiety". Diakses pada 10 April, 2020 dari <http://https://www.readersdigest.ca/health/healthy-living/6-ways-relieve-anxiety/>.

Stuart dan Sundeen. (1998). *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 3 alih bahasa Achir Yani. S.* Jakarta: EGC.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS

Nama : Adhi Tedjo Sasongko

Tempat, tanggal lahir : Purworejo, 27 Maret 1996

Jenis Kelamin : Laki-laki

Alamat : Komplek TNI- AD Jl. Durian 4
Blok D6 No.11, Tapos, Depok

Agama : Islam

Nama Ayah : Haris Cahyono

Nama Ibu : Wahyu Widiasih

Pendidikan

2001 – 2007 : SD Negeri Sukamaju Baru 2

2007 – 2010 : SMPIT (Islam Terpadu) Raflesia

2010 – 2013 : SMA Negeri 7 Depok

2015 - 2020 : Jurusan Sastra Inggris,
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu

Budaya, Universitas Pakuan.