

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mekanisme pertahanan diri merupakan cara yang digunakan individu untuk melindungi diri dari perasaan tidak nyaman, kecemasan, maupun tekanan psikologis. Konsep ini pertama kali diperkenalkan oleh Sigmund Freud dan kemudian dikembangkan oleh berbagai ahli. American Psychiatric Association (2000:930) mendefinisikan mekanisme pertahanan diri sebagai proses psikologis yang berlangsung secara otomatis dan berfungsi untuk melindungi individu dari kecemasan, ancaman, maupun berbagai sumber stres yang berasal dari dalam diri maupun lingkungan sekitar. Proses tersebut umumnya berlangsung di luar kesadaran individu sehingga sering kali memengaruhi cara seseorang berpikir, mengambil keputusan, dan merespons berbagai situasi.

Dalam kehidupan sehari-hari, mekanisme pertahanan diri kerap muncul sebagai respons individu ketika menghadapi tekanan, terutama di lingkungan pendidikan. Mirkosimova (2025:46-48) mengemukakan bahwa baik siswa maupun guru dapat mengalami ketidaknyamanan psikologis yang mendorong mereka menggunakan mekanisme pertahanan diri. Sebagai contoh, seorang siswa yang berulang kali terlambat mengumpulkan tugas dapat melakukan *rationalization* dengan beralasan bahwa ia memiliki banyak kesibukan, padahal perilaku tersebut sebenarnya berasal dari kecemasan, perfeksionisme, atau ketakutan akan kegagalan. Di sisi lain, guru yang mengalami tekanan pribadi atau frustrasi akibat tuntutan institusi dapat melakukan

displacement dengan mengalihkan emosinya kepada siswa, misalnya bereaksi lebih keras terhadap pelanggaran kecil di kelas atau bersikap terlalu kritis dari yang seharusnya. Situasi tersebut memperlihatkan bahwa meskipun mekanisme pertahanan diri membantu individu menghadapi tekanan, penggunaannya secara berlebihan dapat memengaruhi komunikasi antara guru dan siswa serta proses pembelajaran.

Selain itu, mekanisme pertahanan diri dapat muncul dalam kehidupan sosial ketika individu menghadapi perlakuan yang menimbulkan ketidaknyamanan. Hal tersebut terlihat dalam pengalaman Melha Bedia, aktris dan komedian Prancis, yang sejak kecil kerap menghadapi ejekan dari lingkungan sekitarnya. Melha menceritakan bahwa ketika masih kecil ia merasa berbeda dari anak-anak lain karena kondisi fisik dan penglihatannya. Untuk menghadapi kemungkinan menjadi sasaran ejekan, ia memilih membuat lelucon tentang dirinya sendiri terlebih dahulu sebelum orang lain melakukannya. Melha menggambarkan humor tersebut sebagai suatu « *mécanisme de défense* » yang berkembang sejak sekolah dasar. Dengan menjadikan dirinya sendiri sebagai bahan lelucon, ia berusaha mengambil kendali atas situasi yang berpotensi membuatnya terluka dan mengurangi dampak dari ejekan yang diterimanya (Langlais, 2022). Pengalaman tersebut memperlihatkan bahwa *humor* tidak hanya digunakan untuk menghibur, tetapi juga dapat menjadi mekanisme pertahanan yang membantu individu menghadapi tekanan dari lingkungan sosial.

Mekanisme pertahanan diri tidak hanya dapat dijumpai dalam kehidupan sehari-hari, tetapi juga kerap direpresentasikan dalam karya sastra, khususnya novel. Nuryana & Rohanda (2025:2121) menyatakan bahwa novel dipahami sebagai karya sastra fiksi naratif panjang yang mengandung kompleksitas karakter serta konflik psikologis yang

kuat. Sejalan dengan itu, Wicaksono (2017:73) menyatakan bahwa melalui novel, pengarang dapat menceritakan mengenai aspek kehidupan manusia secara mendalam, termasuk berbagai perilaku manusia. Dengan demikian, aspek psikologis tokoh yang direpresentasikan dalam novel dapat dikaji lebih mendalam melalui kajian psikologi sastra.

Psikologi sastra merupakan analisis teks dengan mempertimbangkan relevansi dan peranan studi psikologis. Dalam kajian ini, perhatian dipusatkan pada tokoh sehingga konflik batin dapat dianalisis dan peneliti dapat menemukan gejala-gejala psikologis yang tersembunyi atau sengaja disembunyikan oleh pengarang (Ratna, 2004:349-350). Salah satu teori yang sering digunakan dalam psikologi sastra adalah teori psikoanalisis yang diciptakan oleh Sigmund Freud. Teori ini memandang bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh dorongan alam bawah sadar. Dalam kajian psikologi sastra, teori psikologi tidak digunakan secara keseluruhan, melainkan hanya mengambil bagian-bagian yang berguna dan sesuai, terutama yang berkaitan dengan pembahasan sifat dan perwatakan manusia (Endraswara, 2008:196-197). Melalui pendekatan psikoanalisis Freud, mekanisme pertahanan diri tokoh dapat dianalisis untuk mengungkap proses psikologis yang melatarbelakangi sikap, tindakan, dan keputusan tokoh dalam menghadapi konflik. Salah satu novel yang menarik untuk dikaji melalui pendekatan tersebut adalah novel *La Tresse* karya Laetitia Colombani.

Laetitia Colombani merupakan novelis, penulis skenario, sutradara, dan aktris asal Prancis yang lahir pada tahun 1976 di Bordeaux. Sebelum menerbitkan novel, Colombani telah menulis dan menyutradarai sejumlah film, salah satu karyanya yang terkenal adalah *À la folie... pas du tout* (2002). Pada tahun 2017, ia menerbitkan novel

debutnya yang berjudul *La Tresse (The Braid)*. Novel tersebut berhasil menjadi *bestseller* internasional dengan lima juta pembaca, diterjemahkan ke dalam lebih dari 40 bahasa, serta meraih beberapa penghargaan bergengsi, di antaranya 40e Prix Relay des Voyageurs Lecteurs 2017, Trophée littéraire des Femmes de l'Économie 2017, dan Globe de Cristal du Meilleur Roman 2018. Berkat kesuksesan tersebut, novel ini kemudian diadaptasi menjadi film pada tahun 2023 yang disutradarai langsung oleh Laetitia Colombani.

Novel *La Tresse* mengisahkan tiga perempuan yang berasal dari tiga benua berbeda, yaitu Smita dari India, Giulia dari Italia, dan Sarah dari Kanada. Smita merupakan seorang perempuan dari kasta Dalit yang hidup di bawah penindasan sistem kasta dan berjuang agar anak perempuannya dapat terbebas dari belenggu tersebut. Sementara itu, Giulia harus menghadapi ancaman kebangkrutan usaha wig milik keluarganya setelah sang ayah mengalami kecelakaan. Di sisi lain, Sarah, seorang pengacara ternama, harus menghadapi ancaman kehilangan karier dan citra profesionalnya setelah didiagnosis mengidap penyakit serius saat akan dipromosikan menjadi kepala firma hukumnya. Meskipun tidak saling mengenal dan berasal dari latar kehidupan yang berbeda, kisah ketiga perempuan tersebut pada akhirnya terhubung melalui kepangan rambut yang menjadi simbol keterkaitan perjalanan hidup mereka.

Karya ini menarik untuk dikaji bukan hanya karena menghadirkan kisah tiga tokoh dari latar budaya yang berbeda, tetapi juga karena masing-masing tokoh dihadapkan pada tekanan berupa penindasan akibat sistem kasta, ancaman kebangkrutan usaha keluarga, serta penyakit serius yang mengancam karier. Tekanan tersebut menimbulkan kecemasan dan konflik batin yang tercermin dalam sikap, tindakan, serta

keputusan tokoh ketika menghadapi situasi yang mereka alami. Kondisi inilah yang menjadikan novel *La Tresse* relevan untuk dikaji melalui mekanisme pertahanan diri.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini mengkaji mekanisme pertahanan diri tiga tokoh utama, yaitu Smita, Giulia, dan Sarah dalam novel *La Tresse* melalui kajian psikologi sastra. Pengkajian terhadap mekanisme pertahanan diri penting dilakukan karena dapat membantu mengungkap proses psikologis yang melatarbelakangi sikap, tindakan, dan keputusan tokoh dalam menghadapi konflik sehingga perkembangan karakter serta konflik batin tokoh dapat dipahami secara lebih mendalam. Selain itu, penelitian ini juga relevan dengan Program Studi Pendidikan Bahasa Prancis karena analisis mekanisme pertahanan diri dapat diterapkan sebagai salah satu pendekatan dalam pembelajaran sastra Prancis, khususnya pada mata kuliah *Littérature Française*, untuk membantu mahasiswa menginterpretasikan karakter, memahami konflik batin tokoh, serta mengembangkan kemampuan apresiasi terhadap karya sastra Prancis. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap kajian psikologi sastra, khususnya mengenai mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam karya sastra, serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji aspek psikologis tokoh dalam karya sastra.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah penelitian ini, yaitu level-level mekanisme pertahanan diri tokoh utama apa saja yang terdapat dalam novel *La Tresse* karya Laetitia Colombani?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah, maka penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan level-level mekanisme pertahanan diri tokoh utama yang terdapat dalam novel *La Tresse* karya Laetitia Colombani.

1.4 Batasan Masalah

Agar penelitian ini dapat fokus dan terarah dengan baik, maka penelitian ini dibatasi pada pembahasan mekanisme pertahanan diri berdasarkan teori Vaillant (1992) yang mencakup empat level. Pertama, level *psychotic defenses* meliputi *delusional projection*, *denial*, dan *distortion*. Kedua, level *immature defenses* meliputi *projection*, *schizoid fantasy*, *hypochondriasis*, *passive-aggressive behavior*, *acting out*, dan *dissociation*. Ketiga, level *neurotic defenses* meliputi *repression*, *displacement*, *reaction formation*, dan *intellectualization* yang mencakup *isolation*, *rationalization*, *ritual*, *undoing*, *restitution*, *magical thinking*, dan *busy work*. Keempat, level *mature defenses* meliputi *altruism*, *humor*, *suppression*, *anticipation*, dan *sublimation*. Penelitian hanya menyoroti bagaimana empat level dengan jenis-jenis yang tercakup dalam masing-masing level tersebut direpresentasikan melalui tokoh utama, yakni Smita, Giulia, dan Sarah dalam novel *La Tresse* karya Laetitia Colombani.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pemahaman mengenai mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam karya sastra melalui kajian psikologi sastra. Pemahaman tersebut diharapkan dapat memperluas cara pandang terhadap perilaku tokoh sehingga analisis sastra tidak hanya berfokus pada alur dan penokohan, tetapi juga pada proses psikologis yang melatarbelakangi tindakan tokoh. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian sastra Prancis, terutama penelitian yang mengkaji tokoh melalui psikologi sastra. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadikan referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji mekanisme pertahanan diri dalam karya sastra. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah kajian psikologi sastra, khususnya dalam bidang sastra Prancis.

1.5.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa Prancis untuk memahami penerapan kajian psikologi sastra, terutama dalam menganalisis mekanisme pertahanan diri tokoh utama pada karya sastra Prancis. Melalui penelitian ini, mahasiswa diharapkan mampu mengembangkan kemampuan menganalisis tokoh secara lebih mendalam serta meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan apresiasi terhadap karya sastra Prancis. Selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu bahan pendukung bagi dosen mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa Prancis dalam pembelajaran pada mata

kuliah *Littérature Française*, terutama materi analisis tokoh melalui kajian psikologi sastra. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi mahasiswa atau peneliti selanjutnya yang tertarik mengkaji mekanisme pertahanan diri dalam karya sastra Prancis. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi salah satu rujukan dalam pengembangan penelitian sejenis dengan menggunakan teori atau fokus kajian yang berbeda.

1.6 Keaslian Penelitian (*State of The Art*)

Penelitian mengenai mekanisme pertahanan diri dalam karya sastra telah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya. Salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh Mille (2026) melalui artikel berjudul *Traumatismes et stratégies de survie dans le cinéma de M. Night Shyamalan – Refoulement, dissociation et négation de la réalité* yang diterbitkan dalam jurnal *Transcr(é)Ation*. Penelitian ini menggunakan pendekatan psikoanalitik dengan metode analisis tekstual sinematik dan berlandaskan teori mekanisme pertahanan diri Chabrol (2005). Tujuan penelitian ini adalah menganalisis bagaimana trauma, mekanisme pertahanan diri, dan penggambaran ruang dalam film-film M. Night Shyamalan merepresentasikan kondisi psikologis tokoh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mekanisme pertahanan diri seperti *refoulement* (*repression*), *dissociation* (*dissociation*), dan *négation de la réalité* (*denial of reality*) digunakan tokoh sebagai strategi bertahan hidup secara psikologis dalam menghadapi trauma. Selain itu, ketiga mekanisme tersebut juga tercermin secara visual melalui penggunaan ruang tertutup dan fragmentasi gambar dalam film yang merepresentasikan kondisi psikis tokoh yang terpecah akibat trauma. Dengan

demikian, penelitian tersebut tidak hanya mengkaji mekanisme pertahanan diri, tetapi juga menitikberatkan pada trauma melalui unsur ruang dan visual dalam medium film. Selain itu, penelitian tersebut hanya mengkaji beberapa mekanisme pertahanan diri, sehingga belum memberikan gambaran secara lebih menyeluruh.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Natanda (2026) melalui artikel berjudul *Death Anxiety and Defense Mechanism as Seen in Adam Silvera's The First to Die at the End: A Psychoanalytic Reading* yang diterbitkan dalam jurnal *Lexicon*. Penelitian ini menggunakan teori kecemasan terhadap kematian (*death anxiety*) Robert Langs, teori mekanisme pertahanan diri Anna Freud, serta teori mekanisme pertahanan diri Vaillant (1992) dengan metode kualitatif dan pendekatan psikoanalitik. Tujuan penelitian ini adalah mengkaji jenis-jenis kecemasan terhadap kematian dan mekanisme pertahanan diri yang digunakan tokoh utama, Valentino Prince, serta pengaruh mekanisme tersebut terhadap tindakan dan interaksinya dengan orang lain dalam menghadapi kematiannya yang sudah pasti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Valentino mengalami dua jenis kecemasan terhadap kematian, yaitu *predatory death anxiety* dan *existential death anxiety*. Sebagai respons atas kecemasan tersebut, Valentino menggunakan empat jenis mekanisme pertahanan diri, yaitu *denial* (level II/*immature*), *intellectualization* dan *reaction formation* (level III/*neurotic*), serta *sublimation* (level IV/*mature*). Mekanisme sublimasi menjadi yang paling adaptif karena memungkinkan Valentino menyalurkan kecemasannya menjadi tindakan yang bermakna, sehingga secara keseluruhan mekanisme yang digunakan Valentino bersifat adaptif meskipun beberapa di antaranya menghasilkan dampak maladaptif. Namun,

penelitian ini tidak hanya mengkaji mekanisme pertahanan diri, tetapi juga mengintegrasikannya dengan kajian kecemasan terhadap kematian (*death anxiety*), sehingga belum mengkaji mekanisme pertahanan diri secara mandiri dalam suatu karya sastra. Selain itu, penelitian ini hanya berfokus pada satu tokoh dalam novel berbahasa Inggris, sehingga belum memberikan gambaran mengenai mekanisme pertahanan diri pada beberapa tokoh dalam karya sastra berbahasa Prancis.

Penelitian mengenai mekanisme pertahanan diri tokoh dalam karya sastra juga dilakukan oleh Üstün Kaya (2021) melalui artikel berjudul *Defence Mechanisms in Literature: Wuthering Heights and Yeryüzünde bir Melek* yang diterbitkan dalam jurnal *RumeliDE Dil ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*. Penelitian ini menggunakan teori Sigmund Freud dan Anna Freud dengan metode kualitatif dengan pendekatan komparatif. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis mekanisme pertahanan diri yang digunakan oleh dua tokoh perempuan dari dua novel dengan latar budaya yang berbeda, yaitu Raziye dalam *Yeryüzünde bir Melek* karya Ahmet Mithat Efendi (1878) dan Catherine dalam *Wuthering Heights* karya Emily Brontë (1847), dengan fokus pada mekanisme *denial* dan *projection*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua tokoh perempuan tersebut menggunakan kedua jenis mekanisme pertahanan diri ini untuk melindungi diri dalam masyarakat patriarki, serta menghindari perasaan negatif seperti rasa bersalah, malu, dan kesedihan. Namun, penelitian ini berfokus pada kajian komparatif dua tokoh perempuan dengan membahas dua jenis mekanisme pertahanan diri saja, sehingga belum mengkaji jenis-jenis mekanisme pertahanan diri secara lebih komprehensif dalam suatu karya sastra.

Berdasarkan beberapa penelitian tersebut, dapat diketahui bahwa kajian mengenai mekanisme pertahanan diri dalam karya sastra telah banyak dilakukan dengan berbagai objek, pendekatan, metode, dan fokus kajian yang beragam. Meskipun demikian, penelitian-penelitian tersebut umumnya mekanisme pertahanan diri secara terbatas, baik dari segi jumlah tokoh, jenis mekanisme yang dikaji, maupun pengintegrasian dengan variabel lain seperti trauma dan analisis ruang. Selain itu, penelitian yang menggunakan teori mekanisme pertahanan diri Vaillant (1992) dalam kajian psikologi sastra masih jarang dilakukan. Hingga saat ini, belum ditemukan penelitian yang secara khusus mengkaji mekanisme pertahanan diri pada ketiga tokoh utama dalam novel *La Tresse* karya Laetitia Colombani menggunakan teori Vaillant (1992). Novel tersebut menghadirkan tiga tokoh utama perempuan, Smita, Giulia, dan Sarah, yang memiliki latar belakang kehidupan dan permasalahan yang berbeda, seperti diskriminasi kasta, penyakit, serta tekanan ekonomi. Keberagaman latar belakang tersebut menjadikan novel *La Tresse* relevan untuk dikaji melalui pendekatan psikologi sastra, terutama mekanisme pertahanan diri.

Oleh karena itu, penelitian ini akan mengkaji mekanisme pertahanan diri tokoh-tokoh perempuan dalam novel *La Tresse* karya Laetitia Colombani menggunakan teori Vaillant (1992). Penelitian ini penting dilakukan karena belum terdapat penelitian yang secara khusus mendeskripsikan level-level mekanisme pertahanan diri pada tokoh-tokoh utama dalam novel *La Tresse* karya Laetitia Colombani. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi sastra, terutama mekanisme pertahanan diri dalam karya sastra Prancis, serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dan pembelajaran sastra pada program studi Pendidikan Bahasa Prancis.