

Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Samuel terhadap Situasi *Broken Home* dalam Novel *Extended Goodbye* Karya Clara Canceriana: Kajian Psikologi Sastra

Ayunda Riska Septiana¹, Mulyo Hadi Purnomo²

¹²Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Diponegoro, Semarang

Pos-el: septianaseptiana15@gmail.com

Abstract

The research on self-defense mechanisms against broken home situations in Clara Canceriana's novel "Extended Goodbye" was conducted to reveal Samuel's self-defense against broken home situations and to observe his responses that can be used to see the picture of a child's condition when faced with such situations. This research is a qualitative descriptive study with a literary psychology approach. The theories used are anxiety theory and the theory of self-defense mechanisms in Sigmund Freud's psychoanalysis. The results of the analysis in this research are that Samuel experiences realistic and neurotic anxiety as a result of his parents' divorce, in the form of fear of losing family wholeness, fear of changes in life plans with the entry of a new head of the family, fear of being left alone, and fear of experiencing new disappointments. These four fears are then handled with three forms of defense mechanisms, namely displacement, aggressive reaction, and escaping-avoiding. These defenses also showed changes in Samuel's behavior, such as frequently suppressing feelings and avoiding problems.

Keywords: *self-defense mechanisms, anxiety, literary psychology, divorce, broken home*

Abstrak

Penelitian mekanisme pertahanan diri terhadap situasi *broken home* dalam novel *Extended Goodbye* karya Clara Canceriana dilakukan untuk mengungkap pertahanan diri Samuel atas situasi *broken home* dan melihat responnya yang dapat digunakan untuk melihat gambaran kondisi anak ketika berhadapan dengan situasi tersebut. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan pendekatan psikologi sastra. Teori yang digunakan adalah teori kecemasan dan teori mekanisme pertahanan diri dalam psikoanalisis Sigmund Freud. Hasil analisis pada penelitian ini adalah Samuel mengalami kecemasan realistik dan neurotik sebagai dampak dari perceraian orang tua yang dihadapinya, berupa ketakutan kehilangan keutuhan keluarga, ketakutan pada perubahan rencana hidup dengan masuknya kepala keluarga baru, ketakutan ditinggal sendiri, dan ketakutan merasakan kekecewaan baru. Empat ketakutan itu kemudian ditangani dengan tiga bentuk mekanisme pertahanan, yakni pemindahan, reaksi agresi, dan penolakan. Adanya pertahanan diri itu turut menunjukkan perubahan dalam perilaku Samuel, yakni sering memendam perasaan dan menghindari masalah.

Kata kunci: mekanisme pertahanan diri, kecemasan, psikologi sastra, perceraian, *broken home*

Pendahuluan

Karya sastra hadir sebagai karya imajinatif yang kebenarannya tidak seratus persen sama dengan dunia nyata walau mengambil inspirasi dari dunia nyata itu sendiri. Hal ini terjadi karena

pengarang telah mengolah inspirasi sedemikian rupa dengan imajinasinya (Noor, 2019:8-9). Pengolahan inspirasi dunia nyata dengan imajinasi ini memungkinkan hadirnya perwatakan tokoh yang menunjukkan sewajarnya

manusia di dunia nyata. Dengan demikian, menggunakan teori psikologi sastra, tokoh dalam karya sastra dapat dianalisis. Salah satu novel yang dapat dikaji sisi psikologis tokoh utamanya adalah novel *Extended Goodbye* karya Clara Canceriana (2017) yang diterbitkan oleh penerbit Bentang Belia dan masuk ke dalam program *Belia Writing Marathon* (BMW) pada *platform* penulisan Wattpad, serta telah dibaca sebanyak 298 ribu kali sebelum diterbitkan dalam bentuk cetak. Sementara itu, Clara Canceriana tidak hanya menulis novel saja, tetapi juga menerjemahkan karya sastra berbahasa Jepang ke dalam bahasa Indonesia. Di samping itu, novel ini menceritakan tentang Samuel yang harus menghadapi perceraian orang tuanya yang terjadi secara tiba-tiba, padahal selama ini orang tuanya selalu terlihat harmonis. Konflik perceraian sendiri termasuk ke dalam salah satu faktor terjadinya situasi *broken home* (Ariyanto, 2023:16). *Broken home* dapat diartikan sebagai keluarga yang tidak utuh lagi. Dapat disebut juga sebagai situasi keluarga yang tidak lagi harmonis, tidak seperti yang diharapkan banyak orang (Maghfiroh dkk, 2022:45).

Isu *broken home* telah disorot di beberapa bentuk karya sastra, khususnya yang diakibatkan oleh faktor perceraian, seperti dalam film *Ipar Adalah Maut* (2024) dan serial *Layangan Putus* (2021). Pengangkatan isu dalam karya-karya tersebut cenderung berfokus pada dinamika hubungan suami-istri yang mulai hancur karena adanya orang ketiga. Isu perselingkuhan masih lebih banyak disoroti daripada keadaan anak dalam menghadapi konflik tersebut.

Padahal, anak adalah korban utama jika perceraian terjadi sebab yang paling dekat dengan orang tuanya (Aisyah dkk, 2022: 76).

Melalui penjabaran singkat tersebut, maka mekanisme pertahanan diri dalam psikoanalisis Sigmund Freud digunakan untuk menganalisis bagaimana respon atau pertahanan diri tokoh Samuel terhadap situasi *broken home* dan pengaruh situasi tersebut dalam hidup anak yang terlihat melalui tokoh Samuel. Freud melalui Alwisol (2009:23) menyebutkan bahwa mekanisme pertahanan diri digunakan ego untuk melindungi individu dari kecemasan yang berlebihan. Melalui hal itu, kecemasan yang dialami tokoh Samuel akibat situasi *broken home* turut dianalisis untuk melihat lebih jelas mengapa tokoh Samuel melakukan pertahanan diri, sekaligus untuk menganalisis dampak yang dirasakan tokoh Samuel akibat situasi tersebut.

Teori kecemasan dan mekanisme pertahanan diri sendiri masuk ke dalam ranah psikologi sastra, yakni kajian yang memandang sebuah karya sastra sebagai aktivitas kejiwaan (Endraswara, 2008:96). Penelitian ini hanya difokuskan pada psikologi teks sebab bukti-bukti penelitian hanya berdasarkan teks. Kemudian, Freud menyebut bahwa kecemasan adalah fungsi ego yang digunakan untuk memberi peringatan pada individu terkait kemungkinan hadirnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai (Alwisol, 2009:22). Kecemasan ini dapat dibedakan menjadi tiga jenis, yakni kecemasan realistik, neurotik, dan moral.

Untuk menghadapi kecemasan, seseorang akan bertindak defensif. Hal

inilah yang disebut sebagai mekanisme pertahanan (Atkinson dkk, 1983:2013). Mekanisme pertahanan merupakan proses alam bawah sadar individu yang bertahan dari anxitas, yakni melindungi individu dari berbagai ancaman eksternal maupun munculnya impuls dari anxitas internal dengan mendistorsi realitas menggunakan berbagai cara (Freud melalui Minderop, 2018:29).

Freud melalui Alwisol (2009:23), menyebutkan tujuh mekanisme pertahanan, yakni identifikasi (*identification*), pemindahan (*displacement*), represi (*repression*), fiksasi (*fictation*), regresi (*regression*), reaksi formasi (*reaction formation*), dan proyeksi (*projection*). Namun, kemudian pengikut-pengikut Freud mengembangkan mekanisme pertahanan tersebut, di antaranya adalah reaksi agresi (*aggressive reactions*) dan penolakan (*escaping-avoiding*) (Alwisol, 2009:23). Dalam penelitian ini, hanya beberapa mekanisme pertahanan yang cukup relevan dengan peristiwa-peristiwa yang terjadi pada diri tokoh Samuel, yakni pemindahan, reaksi agresi, dan penolakan.

Pemilihan novel *Extended Goodbye* sebagai objek kajian dalam penelitian ini didasari oleh belum adanya penelitian yang mengkaji novel tersebut dan isu *broken home* benar-benar ditampilkan memengaruhi tindakan anak sebagai korban. Selain itu, isu yang diangkat benar-benar terjadi di masyarakat dan dewasa ini banyak diangkat di berbagai bentuk karya sastra seperti novel dan film. Melalui penggunaan teori tersebut, maka akan diketahui bagaimana keadaan *broken home* memengaruhi psikologis tokoh

utama sebagai korban hingga memunculkan pertahanan diri. Berangkat dari penjabaran di atas, maka dapat dijabarkan tujuan penelitian berupa; memaparkan kecemasan yang dialami tokoh Samuel akibat situasi *broken home* dan mekanisme pertahanan dirinya terhadap situasi tersebut. Selain itu, juga melihat bagaimana situasi tersebut memengaruhi kehidupan anak yang dilihat melalui tokoh Samuel.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang memanfaatkan cara-cara penafsiran dengan menjabarkan hasil secara deskriptif (Ratna, 2018:46). Sementara itu, deskriptif berarti pemecahan masalah yang berusaha menggambarkan keadaan subjek atau objek penelitian yang dilandasi fakta-fakta yang terlihat dan sebagaimana adanya (Siswantoro, 2010:56). Pendekatan yang digunakan adalah psikologi sastra karena dalam analisis penelitian menggunakan teori-teori psikologi dan penelitian difokuskan pada analisis psikologis tokoh dalam karya sastra novel.

Data pada penelitian ini berupa kalimat, paragraf, narasi, dan dialog antar tokoh yang menunjukkan adanya suatu kecemasan dan pertahanan yang dilakukan tokoh Samuel. Kemudian, data-data tersebut dikumpulkan dengan membaca objek material dengan cermat, memberi tanda pada teks yang menunjukkan adanya kecemasan dan mekanisme pertahanan diri karena situasi *broken home*, dan mencatat data-data yang dirasa telah sesuai, serta mengelompokkannya.

Teknik analisis data pada penelitian ini dilakukan dengan menganalisis kecemasan tokoh Samuel terlebih dahulu, baru kemudian mekanisme pertahanan dirinya dari kecemasan yang telah diketahui. Sementara itu, dalam penyajian hasil analisis data, dilakukan dengan deskripsi pada bagian hasil dan pembahasan.

Hasil dan Pembahasan

***Broken Home* dalam Keluarga Samuel**
Broken home dalam sebuah keluarga dapat dilihat melalui dua ciri, yakni struktur keluarga yang tidak utuh karena perceraian atau salah satu pasangan meninggal, dan struktur keluarga tidak utuh karena orang tua tidak menunjukkan kasih sayang untuk satu sama lain (Ariyanto, 2023:16).

Melalui hal itu, keluarga Samuel dapat dikatakan sebagai keluarga *broken home* karena adanya perceraian di antara kedua orang tuanya dan struktur keluarganya tidak lengkap. Selain itu, kasih sayang di antara orang tuanya juga menghilang. Hak asuh Samuel sendiri jatuh pada tangan Naomi, ibunya. Hal ini membuatnya berpisah dari ayahnya, Peter. Walaupun pada awalnya tempat tinggal yang terpisah ini tidak menghancurkan keharmonisan keluarga mereka, tetapi perlahan keharmonisan itu hilang karena harapan Samuel agar orang tuanya kembali bersama turut hancur. Semuanya terjadi karena Naomi berselingkuh dengan cinta pertamanya, David, dan siap bertunangan setelah bercerai dari Peter. Dengan hancurnya keharmonisan itu, Samuel mulai menunjukkan amarah dan kekecewaan melalui pemberontakan, seperti

membolos, merokok, dan mengikuti tawuran.

Beberapa hal yang telah disebutkan tersebut menunjukkan adanya ciri *broken home*, sehingga dapat dikatakan bahwa *broken home* menjadi penyebab konflik dalam diri Samuel. Tidak akan kembalinya kedua orang tuanya dan kehadiran Samuel di dunia melalui kehamilan di luar nikah memberikan guncangan batin pada dirinya. Semua peristiwa tersebut memberikan tekanan pada diri Samuel hingga muncul tindakan-tindakan memberontak seperti yang telah disebutkan. Hal tersebut jelas menunjukkan bahwa situasi *broken home* yang dialami Samuel memberikan guncangan batin hingga menimbulkan konflik dalam diri.

Kecemasan yang Dialami Tokoh Samuel

Kecemasan termasuk ke dalam dampak perceraian orang tua yang dialami anak (Conger & Chao melalui Santrock, 2007:186). Pada novel *Extended Goodbye* hanya ditemukan dua jenis kecemasan saja berupa kecemasan realistik dan kecemasan neurotik.

Kecemasan Realistik

Kecemasan realistik merupakan perasaan takut pada bahaya yang ada di dunia nyata (Freud melalui Alwisol, 2009:22-23). Beberapa kecemasan realistik yang dirasakan Samuel dapat dilihat di bawah ini.

Sam bisa merasakan dia tengah berusaha menahan gemuruh dalam dadanya. Hingga kedua tangan yang mengempal itu kini bergetar kecil. Kepalanya penuh dengan umpatan-umpatan kotor

yang meletup-letup. Karena, meskipun sangat ingin, Sam tidak tahu siapa yang pantas disalahkan dalam hal ini. Sam tidak tahu siapa yang benar-benar menjadi penyebabnya hingga membuat keluarganya kini bercerai-berai. (Canceriana, 2017:173)

Kutipan tersebut menunjukkan adanya kecemasan realistik berupa ketakutan kehilangan keutuhan keluarga, terlihat melalui Samuel yang mempertanyakan penyebab kehancuran keluarganya. Hal itu menunjukkan adanya keinginan Samuel agar keluarganya tetap bersama seperti dulu, walaupun perlahan ia mulai kehilangan harapan karena Naomi mengatakan telah menerima lamaran David. Ketakutan kehilangan keutuhan keluarga tersebut cukup kuat dan membuat Samuel mulai menunjukkan kemarahan dan ketidaksetujuannya pada perceraian orang tuanya dengan memberontak. Selain karena mengetahui alasan perceraian dan pernikahan orang tuanya, ketakutan kehilangan keluarga juga terlihat ketika Samuel baru mengetahui orang tuanya bercerai, melihat jarak di antara keduanya, mendengar penyesalan Naomi karena menikah dengan Peter, dan memberi izin Naomi menikah dengan David walaupun belum sepenuhnya ikhlas.

...“Aku sudah bilang kepadanya, setelah menikah aku, Naomi, Daniel, dan Sam akan tinggal bersama di Kanada sebagai keluarga baru yang utuh. Aku harus membantu bisnis saudaraku di sana.”

Sam membeku di tempat. Dia tidak pernah mendengar rencana itu. Rencana soal hidupnya. Dan, keluar dari penuturan seseorang

yang masih asing. (Canceriana, 2017:230)

Selain ketakutan kehilangan keutuhan keluarga, kecemasan realistik yang dirasakan Samuel juga berupa ketakutan pada perubahan rencana hidup dengan masuknya kepala keluarga baru yang ditunjukkan melalui kutipan di atas. Keputusan pindah ke Kanada yang dilontarkan David memberikan keterkejutan bagi Samuel hingga menimbulkan penolakan. Keputusan tersebut tentu akan mengubah kehidupan Samuel sepenuhnya. Ia tidak lagi hanya memiliki keluarga baru dalam hidupnya, tetapi juga akan menyambut lingkungan baru yang tentu menuntutnya untuk beradaptasi kembali.

“Mama menyesal dengan kehadiranku, *Dad* ...”

“Sam, mamamu cuma kalut. Nggak seperti itu. Dia sangat sayang kamu.”

Sam terdiam sejenak sebelum bertanya, “Lalu, *Dad* sendiri?” Sam menahan napas meski sudah bisa menebak apa yang akan *Dad* jawab.

Semua pasti demi Mama. (Canceriana, 2017:238)

Kutipan tersebut menunjukkan adanya kecemasan realistik baru berupa ketakutan ditinggal sendiri. Samuel yang menolak rencana pindah ke Kanada lantas pergi ke rumah Peter, berharap akan dibela. Namun, ternyata Peter malah menyetujui rencana tersebut dan terkesan mementingkan Naomi daripada Samuel karena ia juga mengaku bisa saja mendapatkan hak asuh Samuel, tetapi memilih tidak memperjuangkannya karena tidak tega memisahkan Naomi dari Samuel. Selain itu, ketakutan tersebut juga muncul ketika Peter tetap memaksa Samuel menyetujui rencana

pindah ke Kanada setelah semalaman Samuel tidak pulang ke rumah karena merasa kecewa, marah, dan sendiri akibat keputusan Peter.

Kecemasan Neurotik

Kecemasan neurotik bersifat khayal sebab kecemasan tersebut timbul karena seorang individu pernah melakukan hal yang sama saat masih anak-anak dan mendapatkan hukuman (realistik) yang dicemaskannya (Freud melalui Alwisol, 2009:22-23).

...“Biarkan Mama mengobati luka-lukamu.”

Sam mematung di tempat.

“*Thanks*, tapi aku baik-baik aja. Ini sudah terlalu malam dan aku nggak mau jadi penyebab Mama terlalu lelah.” Sam menyeret kakinya perlahan menuju kamarnya sambil tetap mengarahkan tatapan kepada Mama. “Nanti Mama nggak bisa mempersiapkan pernikahanmu” (Canceriana, 2017:214).

Kutipan tersebut mengandung kecemasan neurotik berupa ketakutan merasakan kekecewaan baru. Naomi yang menawari mengobati luka Samuel akibat tawuran langsung mendapatkan penolakan darinya. Hal ini berkemungkinan terjadi karena Samuel enggan berinteraksi lebih lama dengan Naomi sebab interaksi-interaksi mereka setelah terjadinya perceraian antara Naomi dan Peter sering berakhir dengan pertengkaran atau kekecewaan. Melalui penolakan itu, terlihat bahwa Samuel merasa takut akan mendapatkan kekecewaan baru, walaupun interaksi kali itu belum tentu memberikan kekecewaan. Namun, karena terjadi beberapa kali, maka ketakutan itu muncul.

Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Samuel

Pemindahan (Displacement)

Pemindahan bekerja dengan memindahkan dorongan penyebab kecemasan pada objek yang dianggap kurang mengancam dibanding objek sesungguhnya (Koeswara, 1986:47).

Sam bisa merasakan dia tengah berusaha menahan gemuruh dalam dadanya. Hingga kedua tangan yang mengepal itu kini bergetar kecil. Kepalanya penuh dengan umpatan-umpatan kotor yang meletup-letup. Karena, meskipun sangat ingin, Sam tidak tahu siapa yang benar-benar menjadi penyebabnya hingga membuat keluarganya kini bercerai-berai. (Canceriana, 2017:173)

Ketakutan yang ada dalam kutipan tersebut adalah ketakutan kehilangan keutuhan keluarga setelah Samuel mengetahui alasan perceraian dan pernikahan orang tuanya. Kenyataan itu menimbulkan keterkejutan dan amarah hingga menimbulkan ketakutan yang kemudian dialihkan dengan mengepalkan tangan. Mengepalkan tangan membantu Samuel menjaga emosinya tertap tertahan. Selain itu, kepalan tangan terasa lebih aman bagi Samuel daripada mengungkapkan langsung segala perasaan itu pada Naomi dan Peter sebagai sumber sebenarnya.

...Sam menaiki angkutan umum yang membawanya menuju SMA Andreas. Namun, ketika kendaraan itu berhenti di sana, Sam justru bertahan pada tempat duduk yang membuatnya terbawa hingga perhentian terakhir, terminal. (Canceriana, 2017:183)

Pemindahan juga terlihat dalam kutipan di atas yang digunakan Samuel untuk menangani ketakutan kehilangan keutuhan keluarga. Melalui kutipan tersebut terlihat Samuel membolos dengan tidak turun di pemberhentian SMA-nya. Hal ini terjadi karena ia masih merasakan emosi ketika mengetahui alasan perceraian dan pernikahan orang tuanya, juga hancurnya harapannya untuk melihat orang tuanya kembali bersama. Tindakan membolos yang Samuel lakukan membantu memunculkan perasaan aman karena ia tidak perlu bersinggungan dengan orang tuanya sebagai sumber kecemasan ataupun dengan kenyataan yang mau tidak mau membuatnya menyadari keluarganya benar-benar telah hancur.

“Yah ..., soalnya aku pikir, sebagai keluarga baru, kami harus tinggal bersama untuk bisa saling mengenal satu sama lain,” lanjut David tanpa memedulikan Sam yang mencengkram sendoknya kuat-kuat.

Tahu-tahu Sam melepaskan sendoknya hingga jatuh dan menimbulkan bunyi berdenting yang memanggil semua orang untuk memandangnya. (Canceriana, 2017:230)

Pemindahan juga digunakan Samuel untuk menangani ketakutan perubahan rencana hidup dengan masuknya kepala keluarga baru. Samuel yang baru mengetahui rencana kepindahan ke Kanada dari David saat makan malam bersama calon keluarga barunya tentu merasakan keterkejutan dan rasa marah. Respon yang diberikan Samuel atas keputusan itu adalah penolakan yang terlihat ketika ia menjatuhkan sendok dengan cukup keras. Menjatuhkan

sendok di sini adalah bentuk pertahanan diri pemindahan yang dilakukan Samuel. Rasa kecewa dan penolakan yang Samuel rasakan tidak langsung diungkapkan pada David sebagai sumber kecemasan sebenarnya, tetapi pada sendok. Sendok sebagai benda mati memberikan rasa aman daripada David yang bisa saja menentang penolakannya.

Sam diam. Lalu, mengempaskan diri ke atas kasur, menyumpal kedua telinga dengan *earplug*, dan membiarkan kasetnya memutar lagu.

Sampai dia tertidur karena terlalu lelah. (Canceriana, 2017:243)

Ketakutan ditinggal sendiri turut ditangani dengan pemindahan. Kutipan tersebut terjadi setelah Samuel semalaman tidak pulang ke rumah karena merasa sendiri akibat Peter yang menyetujui kepindahan ke Kanada dan penolakannya tidak didengarkan. Muncul kekecewaan yang sudah berada di puncaknya, rasa takut, dan kepasrahan. Pergulatan emosi itu kemudian ditangani dengan mendengarkan musik hingga tertidur. Melalui tindakan itu, terlihat bahwa Samuel mengalihkan rasa tidak aman yang ia rasakan. Dengan mendengarkan musik, rasa aman itu muncul. Perasaan tidak mengenakkan itu pun dapat dikesampingkan sejenak walaupun tidak benar-benar menghilang. Sementara itu, tidur dapat menjadi tempat bersitirahat dari lelah emosional.

Selain tindakan-tindakan di atas, pemindahan yang digunakan untuk menangani ketakutan kehilangan keutuhan keluarga juga dilakukan Samuel dengan cara menutup pintu dengan keras, memukul pohon, melampiaskan amarahnya pada Mika, dan merokok.

Reaksi Agresi (Aggressive Reaction)

Reaksi agresi adalah cara seseorang menutupi kelemahannya dengan menunjukkan kekuatan dorongan agresinya baik pada objek sesungguhnya, objek pengganti, maupun pada diri sendiri (Alwisol, 2009:27).

...Dia meninju salah satu batang pohon hingga buku-buku tangan kirinya terasa begitu nyeri, membuat bercak darah menempel bersama serpihan kecil kayu. (Canceriana, 2017:176)

Reaksi agresi digunakan Samuel untuk menangani kecemasan realistik berupa ketakutan kehilangan keutuhan keluarga. Persitiwa pada kutipan terjadi setelah harapannya melihat orang tuanya kembali bersama hancur. Terdapat amarah dan kekecewaan yang dirasakan Samuel yang ditangani dengan menyakiti diri sendiri berupa memukul pohon hingga tangannya terluka. Melalui tindakan itu, Samuel berusaha menahan dorongan yang menimbulkan kecemasan untuk tetap berada dalam dirinya. Selain itu, dengan menyakiti diri, ia dapat menutupi rasa sakit setelah mengetahui kehadirannya karena kehamilan di luar nikah.

Sam memandang Mama. *“Yeah, and who’s gonna understand what I’m feeling right now, huh?”*

“Aku bilang perhatikan cara bicaramu, Samuel Bailey!”

“Ayolah, Dad. Nggak perlu selalu membela Mama.” Sam meringis geli. Entah sejak kapan tindakan Dad terasa begitu konyol di mata Sam. *“You just got dumped!”*

“Sam!” Mama memekik. (Canceriana, 2017:190)

Reaksi agresi juga digunakan dalam kutipan tersebut, masih digunakan untuk menangani ketakutan kehilangan keutuhan keluarga. Kutipan tersebut terjadi setelah Samuel membolos, ketahuan merokok, dan mengikuti tawuran. Pertengkaran antara Samuel dengan kedua orang tuanya tidak terhindarkan, termasuk ucapan Naomi yang menganggap pemberontakan Samuel sebagai amarah biasa. Hal ini menimbulkan rasa kecewa dan amarah pada diri Samuel yang membuatnya membentak Peter karena mulai merasa muak. Bentakan yang dilakukan Samuel merupakan reaksi agresi untuk menutupi emosi-emosi itu. Dengan menunjukkan sisi agresif, ia tidak akan terlihat lemah di mata orang tuanya. Mekanisme pertahanan reaksi agresi ini juga dilakukan Samuel dengan menepis tangan Naomi saat ia baru pertama kali kehilangan harapan melihat orang tuanya kembali bersama.

Penolakan (Escaping-Avoiding)

Mekanisme pertahanan penolakan dilakukan dengan cara menghindari rangsangan eksternal secara fisik guna membuat emosi tidak menyenangkan tidak muncul (Alwisol, 2009:29).

“Aku rasa nggak ada yang perlu dibicarakan soal Kanada, atau apa pun, karena aku nggak akan ke mana-mana.” Sam mengetatkan rahangnya. *“Sorry, Ma.”*

Sam bangkit berdiri dan bergerak keluar, tanpa peduli panggilan Dad. (Canceriana, 2017:231)

Kutipan tersebut menunjukkan adanya pertahanan diri penolakan yang digunakan untuk mengatasi ketakutan pada perubahan rencana hidup dengan masuknya kepala keluarga baru. Seperti

yang telah disebutkan, rencana pindah ke Kanada yang baru diketahui Samuel menimbulkan keterkejutan dan amarah yang memberikan ketidaknyamanan pada Samuel. Untuk menangani hal itu, Samuel memilih pergi dari meja makan atau menghindari secara fisik meninggalkan makan malam dengan calon keluarga barunya. Dengan pergi dari sana, Samuel tidak akan merasakan perasaan tidak nyaman atau pun tekanan. Ia akan merasa jauh lebih aman daripada bertahan di sana.

“Sam ... aku nggak bisa melihat luka kam—”

“*I’m totally fine*, Ma.” Sam menempelkan tangan di gagang pintu. “Pikirkan tentang pernikahanmu aja dan jangan khawatir soal aku terlalu berlebihan.”

Sam buru-buru menyelip masuk kembali ke kamar dan menguncinya rapat-rapat. (Canceriana, 2017:214)

Penolakan turut digunakan Samuel untuk menangani kecemasan neurotik berupa ketakutan mendapatkan kekecewaan baru. Interaksinya dengan Naomi yang sering berakhir dengan kekecewaan atau pertengkaran menimbulkan ketakutan dan rasa tertekan pada diri Samuel. Untuk menghilangkan perasaan itu, Samuel memilih untuk menolak tawaran mengobati yang Naomi berikan dan pergi ke kamar. Penghindaran secara fisik yang dilakukan Samuel membantunya mengurangi perasaan tidak nyaman tersebut.

Mekanisme pertahanannya penolakan yang dilakukan Samuel cenderung dilakukan dengan meninggalkan ruangan tempat sumber

kecemasannya berada. Pada ketakutan kehilangan keutuhan keluarga, Samuel menggunakan penolakan dengan cara pergi ke kamar mandi, pergi ke kamar, dan pergi dari rumah. Sedangkan untuk ketakutan ditinggalkan sendiri, penolakan yang dilakukan dengan pergi ke kamar meninggalkan tempat bertengkar dengan orang tuanya.

Tiga mekanisme pertahanan yang digunakan Samuel untuk menangani kecemasan realistik dan neurotik akibat situasi *broken home* menunjukkan adanya perubahan pada ritme hidupnya. Ia cenderung menjadi anak yang memendam perasaan, bersikap agresif, dan menghindari masalah karena tidak menemukan tempat aman lagi dalam diri orang tuanya. Sementara itu, mekanisme pertahanannya yang paling banyak digunakan Samuel adalah pemindahan. Hal ini terjadi karena kekecewaan yang dirasakannya dan kedua orang tuanya yang cenderung menganggap rasa kecewa dan marah itu sebagai pemberontakan biasa.

Penggunaan ketiga mekanisme pertahanan di atas cukup membantu Samuel menghadapi kecemasan akibat situasi *broken home*. Namun, karena Samuel terus menggunakannya berkali-kali, timbul efek negatif berupa masalahnya dengan orang tuanya tidak benar-benar selesai. Di samping itu, mekanisme pertahanan ini tidak terus digunakan Samuel hingga akhir cerita. Setelah mendapatkan permintaan maaf dari kedua orang tuanya, Samuel tidak lagi mengalami kecemasan sehingga ia tidak perlu melakukan pertahanan diri. Hal ini terjadi karena Samuel telah melakukan penerimaan dan rasa

kecewanya akhirnya mendapatkan validasi yang layak.

Simpulan

Mekanisme pertahanan diri yang dilakukan Samuel menunjukkan adanya perubahan ritme hidup akibat situasi *broken home*. Ia cenderung memendam perasaan, bertindak agresif, dan menghindari masalah. Selain itu, penggunaan mekanisme pertahanan cukup membantu Samuel walaupun tetap memberikan efek negatif berupa masalah yang ia hadapi tidak benar-benar selesai sebab ia terlalu banyak menggunakannya. Di samping itu, tampak pula pengkerdilan perasaan yang dialami Samuel melalui respon orang tuanya selama ia menunjukkan kekecewan terhadap situasi yang terjadi. Hal ini menunjukkan perasaan anak sering kali kurang divalidasi ketika situasi *broken home* terjadi. Mereka cenderung dianggap melakukan pemberontakan sesaat, tanpa mendapatkan pengakuan rasa sakit yang layak. Melalui hal itu, maka keadaan anak haruslah lebih banyak disorot ketika situasi *broken home* terjadi.

Daftar Pustaka

Aisyah, Siti Hikmatul, dkk. 2022. "Dampak Psikologi terhadap Kehidupan Anak Korban Broken Home". *Jurnal Al-Athfal*, 3(2), 75-81.
<https://doi.org/10.46773/alathfal.v3i2.485>

Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.

Ariyanto, Komang. 2023. "Dampak Keluarga *Broken Home* terhadap Anak". *Jurnal Metta*, 3(1), 15-23.

<https://doi.org/10.37329/metta.v3i1.2380>

Atkinson dkk. 1983. *Pengantar Psikologi, Edisi Kedelapan, Jilid 2*. (Diindonesiakan Nurdjannah Taufiq dan Agus Dharmas). Jakarta: Penerbit Erlangga.

Canceriana, Clara. 2017. *Extended Goodbye*. Yogyakarta: Benteng Pustaka.

Endraswara, Suwardi. 2008. *Metode Penelitian Psikologi Sastra: Teori, Langkah dan Penerapannya*. Yogyakarta: MedPress.

Koeswara, E. 1986. *Teori-Teori Kepribadian*. Bandung: Eresco.

Maghfiroh, Novi Laila dkk. 2022. "Dampak Tumbuh Kembang Anak Broken Home". *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(4), 42-48.
<https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i4.5160>

Minderop, Albertine. 2018. *Psikologi Sastra*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.

Noor, Redyanto. 2019. *Pengantar Pengkajian Sastra*. Semarang: Fasindo.

Ratna, Nyoman Kutha. 2018. *Teori, Metode, dan Teknik Penelitian Sastra*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Santrock, John W. 2007. *Perkembangan Anak, Edisi Ketujuh, Jilid Dua*. (Diindonesiakan Milla Rachmawati dan Anna Kuswanti). Jakarta: Penerbit Erlangga.

Siswantoro. 2010. *Metode Penelitian Sastra*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.