

MEKANISME PERTAHANAN DIRI TOKOH UTAMA PADA NOVEL *172 DAYS* KARYA NADZIRA SHAFI DAN IMPLIKASINYA TERHADAP PEMBELAJARAN BAHASA INDONESIA DI SMA

(Skripsi)

Oleh

**ANIS MAYSAROH
NPM 2113041050**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

MEKANISME PERTAHANAN DIRI TOKOH UTAMA PADA NOVEL *172 DAYS* KARYA NADZIRA SHAFI DAN IMPLIKASINYA TERHADAP PEMBELAJARAN BAHASA INDONESIA DI SMA

Oleh

ANIS MAYSAROH

Skripsi

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN
Pada

**Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia
Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lampung**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

ABSTRAK

MEKANISME PERTAHANAN DIRI TOKOH UTAMA PADA NOVEL *172 DAYS* KARYA NADZIRA SHAFI DAN IMPLIKASINYA TERHADAP PEMBELAJARAN BAHASA INDONESIA DI SMA

Oleh

ANIS MAYSAROH

Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan mekanisme pertahanan diri dalam novel *172 Days* karya Nadzira Shafa serta implikasinya dalam pembelajaran di SMA. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan psikologi sastra. Data penelitian ini berupa kutipan-kutipan dalam novel yang mencerminkan mekanisme pertahanan diri. Sumber data ini adalah novel *172 Days* karya Nadzira Shafa. Teknik analisis data meliputi membaca untuk memahami isi dan makna teks serta mencatat untuk mengidentifikasi mekanisme pertahanan diri pada tokoh utama.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh utama dalam novel *172 Days* karya Nadzira Shafa menggunakan berbagai mekanisme pertahanan diri untuk menghadapi konflik batin. Mekanisme yang paling dominan adalah sublimasi, Mekanisme lain, seperti pengalihan, rasionalisasi, regresi, reaksi, agresi, apatis, serta fantasi dan stereotip, muncul dalam jumlah yang lebih sedikit.

Mekanisme represi adalah tindakan mengabaikan pikiran dan perasaan. sublimasi adalah tindakan mengendalikan amarah dengan cara menyalurkannya ke hal positif. Proyeksi adalah tindakan memindahkan perasaan mengganggu dirinya ke objek eksternal. Pengalihan adalah tindakan meluapkan emosi ke objek lain yang lebih aman. Rasionalisasi adalah tindakan logis atau pembenaran untuk suatu tindakan. Reaksi formasi sikap yang berlawanan dengan perasaan yang sebenarnya. Regresi tingkah laku dengan kemunduran psikologis sementara, Agresi dan Apatitis adalah Perilaku individu yang bertujuan untuk melukai atau mencelakakan orang lain atau diri sendiri, Fantasi dan *Stereotype* adalah tindakan berhayal. Temuan ini diimplementasikan dalam LKPD untuk pembelajaran Bahasa Indonesia di kelas XI fase F.

Kata Kunci: *mekanisme pertahanan diri, pembelajaran Bahasa Indonesia SMA.*

ABSTRACT**DEFENSE MECHANISMS OF THE MAIN CHARACTER IN THE NOVEL
172 DAYS BY NADZIRA SHAFI AND ITS IMPLICATIONS FOR
INDONESIAN LANGUAGE LEARNING IN SENIOR HIGH SCHOOL****By****ANIS MAYSAROH**

This study aims to describe the defense mechanisms in the novel 172 Days by Nadzira Shafa and their implications for learning in senior high school. The research employs a qualitative descriptive method with a literary psychology approach. The research data consists of excerpts from the novel that reflect defense mechanisms. The data source is the novel 172 Days by Nadzira Shafa. The data analysis techniques include reading to understand the content and meaning of the text and taking notes to identify the defense mechanisms in the main character.

The results indicate that the main character in 172 Days employs various defense mechanisms to cope with inner conflicts. The most dominant mechanism is sublimation, while other mechanisms, such as displacement, rationalization, regression, reaction formation, aggression, apathy, and fantasy and stereotypes, appear less frequently.

Repression refers to ignoring thoughts and feelings. Sublimation involves controlling anger by channeling it into positive actions. Projection is the act of transferring disturbing emotions to an external object. Displacement entails expressing emotions toward a safer target. Rationalization is the logical justification of an action. Reaction formation is adopting behaviors that contradict one's true feelings. Regression is a temporary psychological retreat. Aggression and apathy involve behaviors aimed at harming others or oneself. Fantasy and stereotypes refer to engaging in imaginative thinking. These findings are implemented in student worksheets (LKPD) for Indonesian language learning in 11th grade, Phase F.

Keywords: *defense mechanisms, Indonesian language learning, senior high school*

Judul Skripsi : MEKANISME PERTAHANAN DIRI TOKOH UTAMA DALAM
NOVEL *172 DAYS* KARYA NADZIRA SHAFI DAN
IMPLIKASINYA TERHADAP PEMBELAJARAN DI SMA

Nama Mahasiswa : *Anis Maysaroh*

NPM : 2113041050

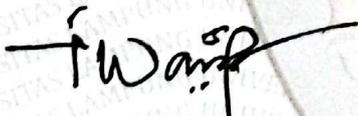
Program Studi : Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia

Jurusan : Pendidikan Bahasa dan Seni

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing

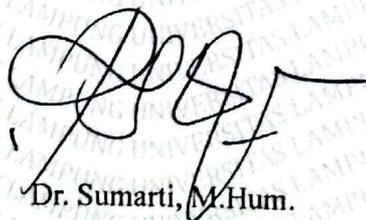


Dr. I Wayan Andi Sumarta, M.Pd.
NIK 2316019105021001



Ayu Setiyo Putri, S.Pd., M.Pd.
NIK 231606900712201

2. Ketua Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni



Dr. Sumarti, M.Hum.

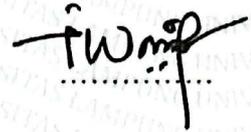
NIP 197003181994032002

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua

: Dr. I Wayan Ardi Sumarta, M.Pd.



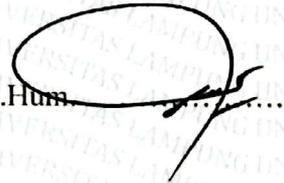
Sekretaris

: Ayu Setiyo Putri, S.Pd., M.Pd.



Penguji

: Prof. Dr. Muhammad Fuad, M.Hum.



Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dr. Albert Maydiantoro, M.Pd.
NIP 198705042014041001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 07 Maret 2025

SURAT PERNYATAAN

Sebagai *civitas academica* Universitas Lampung, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

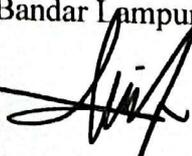
Nama : Anis Maysaroh
Nomor Pokok Mahasiswa : 2113041050
Judul Skripsi : Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Utama dalam Novel *172 Days* Karya Nadzira Shafa dan Implikasinya terhadap Pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA
Program Studi : Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia
Jurusan : Pendidikan Bahasa dan Seni
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya ilmiah ini bukan saduran/terjemahan, murni gagasan, rumusan, dan pelaksanaan penelitian saya sendiri, serta arahan pembimbing.
2. Dalam karya tulis tidak terdapat karya atau pendapat lain yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
3. Saya menyerahkan hak milik atas karya tulis ini kepada Universitas Lampung dan oleh karenanya Universitas Lampung berhak melakukan pengelolaan atas karya tulis ini sesuai dengan norma hukum dan etika yang berlaku.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya dengan norma yang berlaku di Universitas Lampung.



Bandar Lampung, 07 Maret 2025


Anis Maysaroh
NPM 2113041050

RIWAYAT HIDUP



Penulis merupakan anak kedua dari tiga bersaudara yang lahir dari pasangan Sartono dan Violita di Baradatu, 08 Mei 2002. Riwayat pendidikan penulis dimulai dari SD Negeri 01 Baradatu tahun 2009-2015, SMP Negeri 01 Baradatu tahun 2015-2018, dan MA Al-Fatah tahun 2018-2021. Pada tahun 2021 penulis melanjutkan pendidikan di Universitas Lampung, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia melalui jalur Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi (SBMPTN). Selama menjadi mahasiswa, penulis mengikuti beberapa organisasi dalam kampus. Organisasi tersebut adalah HMJ PBS tahun 2021 sampai 2022, Ikatan Mahasiswa Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia tahun 2021 sampai 2022, KSR PMI Unit Unila tahun 2022 sampai 2023. Pada tahun 2024, penulis melaksanakan kegiatan KKN (Kuliah Kerja Nyata) dan PLP (Pengenalan Lapangan Persekolahan). Pelaksanaan KKN di Desa Sukajaya, Kecamatan Katibung, Kabupaten Lampung Selatan, serta pelaksanaan PLP di SDN Sukajaya.

MOTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya
(QS Al-Baqarah:286)

مَنْ جَدَّ وَجَدَ

“Siapa yang bersungguh-sungguh, ia akan berhasil.”

Nasibmu telah ditulis dengan tinta cinta-Nya dan disegel dengan rahmat-Nya jadi jangan takut, percayalah pada-Nya dan berharap pada ketetapan-Nya.
(Gems of Jannah)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Bapak dan Ibu tercinta. Terima kasih atas kasih sayang, perjuangan, dan pengorbanan yang telah bapak dan ibu berikan kepada aku dan adik-adikku.
2. Adik dan Mbakku tersayang, Viona dan Maya.
3. Sepupu dan ponakan yang selalu memberikan perhatian dan dukungan dengan tulus.
4. Keluarga besar (Alm) Mbah Marjono dan keluarga besar (Alm) Mbah Silam yang selalu memberikan semangat, dukungan, dan doa.
5. Dosen-dosenku dan seluruh staf Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia.
6. Sahabat-sahabatku terkasih.
7. Keluarga Besar Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Universitas Lampung 2021.
8. Almamater tercinta.

SANWACANA

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa berkat segala nikmat, rahmat, dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian skripsi dengan judul *Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Utama dalam Novel 172 Days Karya Nadzira Shafa dan Implikasinya terhadap Pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA* sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia di Universitas Lampung. Penulis menyadari bahwa selama penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari dukungan, bantuan, dan bimbingan dari banyak pihak. Oleh karena itu, ucapan terima kasih dengan setulus hati penulis sampaikan kepada:

1. Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung.
2. Dr. Sumarti, S.Pd., M.Hum., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung.
3. Dr. Eka Sofia Agustina, S.Pd., M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung sekaligus dosen pembimbing akademik.
4. Dr. I Wayan Ardi Sumarta, M.Pd., selaku pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, motivasi, nasihat, bantuan, saran, dan kritik selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Ayu Setiyo Putri, S.Pd., M.Pd., selaku pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, motivasi, nasihat, bantuan, saran, dan kritik selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Prof. Dr. Muhammad Fuad, M.Hum., selaku penguji utama yang telah banyak

meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, motivasi, nasihat, bantuan, saran, dan kritik selama proses penyusunan skripsi ini dan selama proses perkuliahan.

7. Bapak, Ibu dosen, dan staf Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia yang telah banyak memberikan ilmu, pengetahuan, wawasan, dan keterampilan selama menempuh pendidikan sebagai mahasiswa di Universitas Lampung.
8. Almamater Universitas Lampung.
9. Orang tuaku tercinta Bapak Sartono dan Ibu Violita yang telah membesarkan, mencintai, mendoakan, dan selalu mendukung dengan setulus hati, yang rela mengorbankan segala-galanya baik waktu maupun tenaga untuk kesuksesan anak-anaknya, selalu memberi kasih sayang dan doa yang tidak pernah putus, yang telah memberikan izin kepada anaknya untuk berada jauh dari keluarga demi masa depan, terima kasih telah percaya kepadaku bahwa aku bisa mengejar cita-citaku.
10. Keluarga besar Mbah Marjono dan keluarga besar Mbah Silam.
11. Adik dan mbakku, Viona Maysa Aprilia dan Maya Setiawati yang senantiasa mendoakan dan menyayangiku.
12. Ponakanku Kiandra Rahadian yang ganteng dan menggemaskan yang menghiburku dan memberikan canda dan tawa.
13. Keluarga besar Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Universitas Lampung 2021.
14. Teman-teman KKN dan PLP Desa Sukajaya, Syifa, Prita, Melly, Dinda, Alda, Satya, Febri, Putri dan Dhanan yang telah menjaga, membantu, dan menghibur selama menjalani KKN dan PLP.
15. Teman-teman dekatku kuliah dan sekolah, Nitha, Grup isekai Ridha, Nisa, Farras, Iqbal, Viki dan Jeldy yang telah menemani penulis dari zaman sekolah sampai kuliah terima kasih atas segala perhatian, canda tawa, motivasi, semangat yang telah kalian berikan kepadaku, semoga kita bisa berteman

lebih lama.

16. Sepupu-sepupuku tersayang.
17. Keluarga Kostku Sidiq Utama 2 seluruh keluarga ibu Dian dan Bapak Saiun terutama dedek farin terima kasih telah memberikan semangat dan menghibur penulis mengajak jalan-jalan dan selalu mengetuk pintu kebersamai di setiap penulis pusing, terima kasih untuk mba Choirul, Rahma, Septi, Rintan, Vina, Sifa, Caca yang telah kebersamai hari-hari penulis selama berada di kostan, terima kasih untuk segala dukungan, semangat dan motivasi yang telah diberikan kepada penulis dalam masa skripsi.
18. Seluruh pihak yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini.
19. Teruntuk diri sendiri, terima kasih telah berjuang sampai sejauh ini, kamu hebat, kamu kuat begitu banyak suka dan duka yang telah terlewati selama di dunia perkuliahan ini. selamat karena satu prosesmu telah selesai, kamu telah berjuang dengan sebaik mungkin dan kamu berhasil telah melewatinya.

Semoga semua kebaikan, bantuan, dan perhatian dari Bapak/Ibu, dosen, keluarga, saudara, dan rekan-rekan kepada penulis dibalas yang berlipat ganda oleh Tuhan Yang Maha Esa. Penulis menyadari skripsi ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran dari banyak pihak sangat membantu dalam penyelesaian penelitian ini. Harapan penulis semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembaca, khususnya bagi Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia.

Bandar Lampung, 07 Maret 2025

Anis Maysaroh
NPM 2113041050

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
ABSTRAK	iv
MENGESAHKAN	iv
SURAT PERNYATAAN	v
RIWAYAT HIDUP	vi
MOTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
SANWACANA	ix
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	8
II. TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Psikologi Sastra	9
2.2 Pengertian Tokoh Utama	10
2.3 Mekanisme Pertahanan Konflik	12
2.4 Implikasi Pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA	14
2.5 Tahapan Penyajian Pengajaran Sastra	18
III. METODE PENELITIAN	18
3.1 Desain Penelitian	18
3.2 Data dan Sumber Data.....	18

3.3 Instrumen Penelitian.....	19
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	22
3.5 Teknik Analisis Data.....	23
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	24
4.1 Hasil Pembahasan.....	24
4.2 Pembahasan	25
4.2.1 Mekanisme Pertahanan Diri.....	26
4.3 Implikasi pada Pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA.....	51
V. SIMPULAN DAN SARAN.....	56
5.1 Simpulan.....	56
5.2 Saran	57
DAFTAR PUSTAKA.....	58
LAMPIRAN.....	58

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3.1 Instrumen Penelitian Mekanisme Pertahanan Diri.....	19
Tabel 3.2 Indikator Jenis Mekanisme Pertahanan Diri	22
Tabel 3.3 Halaman Kutipan.....	23
Tabel 3.4 Nomor Urut Data.....	23
Tabel 4.1 Jumlah Data Mekanisme Pertahanan Diri dalam Novel <i>172 Days</i> Karya Nadzira Shafa	24

DAFTAR SINGKATAN

Keterangan:

1. P.Rep : Represi
2. P.Sub : Sublimasi
3. P.Pro : Proyeksi
4. P.Png : Pengalihan
5. P.Ras : Rasionalisasi
6. P.RF : Reaksi Formasi
7. P.Reg : Regresi
8. P.Agr : Agresi dan Apatis
9. P.Fan : Fantasi dan Stereotype

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sastra adalah bentuk karya seni yang menggunakan bahasa sebagai media utama untuk mengekspresikan ide, perasaan, dan pengalaman manusia melalui berbagai elemen seperti kata-kata, narasi, dan karakter. Pengalaman-pengalaman yang pernah dialami pengarang menjadi sumber inspirasi untuk menciptakan karya sastra. Novel adalah salah satu bentuk sastra yang paling populer saat ini. Novel adalah teks naratif fiktif yang lebih panjang dibandingkan cerpen. Tokoh-tokoh dalam novel, terutama tokoh utama, biasanya mengalami perkembangan karakter sesuai dengan kebutuhan alur cerita. Selain itu, novel biasanya mengandung banyak konflik untuk mengetahui konflik apa saja yang ada pada novel dapat berlandaskan dengan pendekatan psikologi sastra.

Pendekatan psikologi sastra didasarkan pada pengalaman manusia sebagai objek kajian. Tidak hanya digunakan untuk memahami manusia secara umum, pendekatan psikologi juga penting dalam analisis sastra (Tara dkk., 2019). Keadaan psikologis seorang pengarang memengaruhi proses kreatif dalam pembuatan cerita, pengarang secara tidak langsung mengekspresikan perasaannya melalui tulisan. Perasaan-perasaan seperti sedih, senang, sengsara, terharu, dan takut, sangat terkait dengan proses psikologis manusia. Penelitian sastra dengan pendekatan psikologi dapat dilakukan melalui empat pendekatan, mengamati psikologi pengarang sebagai individu atau kelompok, menelaah proses kreatif, memahami jenis dan prinsip psikologi yang digunakan dalam karya, serta melihat dampak sastra pada pembaca (Wahid, 2020).

Dalam analisis psikologi sastra, mekanisme pertahanan diri menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan. Mekanisme pertahanan diri merupakan strategi psikologis yang digunakan individu untuk mengurangi stres atau kecemasan akibat konflik yang dihadapinya. Sigmund Freud menguraikan berbagai jenis mekanisme pertahanan diri, termasuk represi, sublimasi, proyeksi, rasionalisasi, regresi, dan displacement. Dalam karya sastra, mekanisme ini sering muncul sebagai respons tokoh terhadap tekanan psikologis yang mereka alami. Dengan demikian, analisis mekanisme pertahanan diri memungkinkan pemahaman yang lebih mendalam terhadap karakter serta dinamika psikologis yang mereka alami (Prasty dkk., 2023).

Permasalahan psikologis yang dialami tokoh dalam karya sastra sering kali berkaitan dengan realitas kehidupan manusia. Konflik batin, kecemasan, dan tekanan sosial yang dialami karakter dalam novel kerap mencerminkan kondisi psikologis yang juga terjadi di dunia nyata. Hal ini membuktikan bahwa sastra tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga mampu merefleksikan dan memberikan pemahaman mendalam mengenai berbagai permasalahan psikologis di masyarakat. Dengan demikian, mempelajari mekanisme pertahanan diri dalam sastra dapat membantu meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental dalam kehidupan sehari-hari.

Masalah kesehatan mental tidak hanya dialami orang dewasa, tetapi juga remaja, terutama di sekolah. Salah satu penyebab utamanya adalah *bullying*. Menurut WHO (dalam Natalia, dkk., 2024) sekitar 1 dari 3 anak di dunia mengalami *bullying*, yang memicu kecemasan, depresi, dan tindakan menyakiti diri.

Di Indonesia, data KPAI dan FSGI menunjukkan *bullying* masih menjadi masalah serius di sekolah. Pada 2022, tercatat 226 kasus *bullying*, sedangkan 2021 ada 53 kasus, dan 2020 sebanyak 119 kasus. Jenis *bullying* yang paling sering terjadi adalah fisik (55,5%), verbal (29,3%), dan psikologis (15,2%). Kasus terbanyak menimpa siswa SD (26%), diikuti SMP (25%), dan SMA (18,75%). Pada 2023, FSGI mencatat 30 kasus *bullying* di sekolah, dengan 80% terjadi di bawah Kemendikbudristek dan 20% di bawah Kementerian Agama.

Data dari *Indeks Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia tahun 2023* (dalam Shalahuddin dkk., 2024) menunjukkan terdapat 9.162.886 kasus depresi dengan prevalensi sebesar 3,7 persen. Data ini menunjukkan bahwa individu yang kurang produktif lebih rentan terhadap gejala depresi dibandingkan dengan individu yang produktif. Sementara itu, hasil 3itera Indonesia National Adolescent Mental Health Survey 2022 mencatat bahwa 15,5 juta remaja (34,9 persen) mengalami masalah kesehatan mental, dan 2,45 juta (5,5 persen) di antaranya mengalami gangguan mental. Selain itu, depresi juga banyak dialami oleh remaja Indonesia, dengan 19 persen memiliki keinginan untuk bunuh diri, dan 45 persen pernah melakukan tindakan melukai diri sendiri.

Peneliti menganggap penelitian ini penting karena analisis mekanisme pertahanan diri yang dilakukan oleh tokoh dalam novel dapat memberikan pemahaman lebih mendalam tentang dinamika psikologis karakter serta nilai-nilai kehidupan yang ingin disampaikan oleh penulis. Mekanisme pertahanan diri mencerminkan cara individu menghadapi tekanan, konflik batin, dan tantangan emosional, yang sering kali tersembunyi di balik tindakan atau dialog mereka. Dengan menganalisis aspek ini, pembaca diajak untuk memahami kompleksitas kepribadian tokoh serta merefleksikan pengalaman mereka sendiri dalam menghadapi situasi serupa. Selain itu, penelitian ini berkontribusi dalam dunia pendidikan terutama dalam membentuk karakter Pelajar Pancasila yang tangguh dan adaptif dengan memperkaya wawasan tentang bagaimana individu mengelola emosi dan menyelesaikan masalah secara konstruktif. Dengan demikian, analisis mekanisme pertahanan diri tidak hanya memperkaya pengalaman membaca, tetapi juga memiliki dampak yang lebih luas dalam membangun kesadaran psikologis dan sosial bagi pembaca.

Novel yang cocok untuk dianalisis menggunakan pendekatan psikologi sastra adalah novel yang kaya akan muatan psikologis. Salah satu contohnya adalah Novel *172 Days* karya Nadzira Shafa. Novel ini mengisahkan tentang perjalanan hidup Zira, seorang gadis muda dari keluarga agamis, yang terjebak dalam pergaulan yang dianggap buruk menurut pandangan agama setelah mengalami suatu kejadian di

sekolah. Keputusan Zira untuk hijrah muncul setelah mengalami masalah keluarga, yang membuatnya mulai aktif dalam kegiatan religi seperti mengikuti pengajian.

Dalam perjalanan spiritualnya, Zira bertemu dengan Ameer Azzikra, putra dari Ustaz Muhammad Arifin Ilham, yang mengikuti jejak sang ayah sebagai ustaz muda. Hubungan mereka berkembang melalui proses taaruf dan berujung pada pernikahan. Namun, pernikahan mereka hanya berlangsung beberapa bulan sebelum Ameer menderita sakit parah dan meninggal dunia setelah 172 hari menjadi suami Zira. Kehilangan tersebut membuat Zira harus menghadapi duka mendalam dan kerinduan yang tidak terduga terhadap almarhum suaminya.

Peneliti memilih novel *172 Days* karena terindikasi adanya mekanisme pemertahanan diri untuk dianalisis menggunakan pendekatan psikologi sastra. Novel ini pertama kali diterbitkan pada tahun 2022 dan menjadi *best seller true story* dan sudah mencapai cetakaan keempat oleh penerbit Motivaksi Inspira. Selain itu, novel ini telah resmi diadaptasi menjadi film yang tayang perdana pada tanggal 23 November 2023, yang semakin menunjukkan daya tarik dan relevansinya bagi pembaca luas. Film *172 Days* berhasil meraih total 3.087.826 penonton selama penayangannya di bioskop, menjadikannya salah satu film Indonesia terlaris pada tahun 2023 (CNNIndonesia.com). Novel ini mengangkat tema-tema psikologis yang mendalam, seperti kehilangan, proses penerimaan, dan perjuangan menghadapi duka, yang merupakan permasalahan universal dalam kehidupan manusia. Penulis menggambarkan permasalahan psikologis tokoh utama dengan sangat detail, memungkinkan pembaca memahami perjalanan emosional karakter secara lebih intens. Hal yang menarik dalam novel ini adalah bagaimana tokoh utama mengambil keputusan-keputusan penting dalam menghadapi konflik batinnya, termasuk bagaimana ia mengelola perasaan kehilangan, kebingungan, dan pencarian makna hidup. Oleh karena itu, novel ini menjadi pilihan yang relevan dan signifikan untuk diteliti dalam konteks mekanisme pertahanan diri dengan pendekatan psikologi sastra.

Penelitian ini bertujuan untuk mencapai tujuan pembelajaran, yaitu capaian pembelajaran peserta didik mampu menganalisis (C4) dan menerapkan (C3) nilai-nilai kehidupan yang terkandung dalam cerita pendek. hal ini membuat novel

menjadi objek penelitian yang menarik untuk dijadikan sebagai objek penelitian dan diimplikasikan pada pembelajaran. Penelitian ini akan diterapkan dalam pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA dengan Kurikulum Merdeka, menghasilkan Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD). LKPD merupakan alat pembelajaran berupa lembar kerja yang berisi panduan mengenai tugas atau aktivitas yang harus diselesaikan oleh peserta didik. LKPD ini berfokus pada karakteristik utama Kurikulum Merdeka, yaitu mengembangkan Profil Pelajar Pancasila. Melalui interpretasi sastra dan psikologi penelitian ini diharapkan mampu menambah literatur pada Kurikulum Merdeka dan memberi referensi untuk implikasi bahan bacaan dengan karakteristik Profil Pelajar Pancasila.

Penelitian serupa dengan topik yang sama sebelumnya dilakukan oleh (Andini, 2017) dengan judul *Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Utama dalam Novel Lelakon Karya Lang Fang: Kajian Psikologi Sastra*. Penelitian ini mengadopsi teori Maslow dan pendekatan psikologi sastra. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mekanisme pertahanan diri yang ditemukan meliputi proyeksi, pengalihan, rasionalisasi, regresi, agresi, apatis, fantasi, dan stereotip.

Selanjutnya, (Kencanasari, 2023) melakukan penelitian dengan judul *Struktur Kepribadian dan Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Utama Ong Djing Fei dalam Novel Dari Dalam Kubur Karya Soe Tjen Marching (Teori Psikoanalisis Sigmund Freud)*. Penelitian ini menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud sebagai dasar teoretis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa struktur kepribadian id, ego, dan superego serta berbagai mekanisme pertahanan diri yang diterapkan oleh tokoh utama, Ong Djing Fei (atau Lydia), dalam novel *Dari Dalam Kubur* karya Soe Tjen Marching.

Penelitian lain yang relevan dilakukan oleh (Kasih, 2024) dengan judul *Analisis Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Utama dalam Novel Genduk Duku Karya Y.B. Mangunwijaya*, yang juga menggunakan kajian psikologi sastra. Penelitian ini mengacu pada teori mekanisme pertahanan diri dan konflik dari Sigmund Freud, dengan data yang diambil dari kutipan naratif dan dialog dalam novel *Genduk Duku* karya Y.B. Mangunwijaya, baik dalam bentuk kata, frasa, atau kalimat.

Berbeda dari penelitian terdahulu yang lebih banyak berfokus pada mekanisme pertahanan diri dalam berbagai novel dengan pendekatan psikoanalisis Freud, penelitian ini memberikan kontribusi baru dengan mengaitkan pemahaman mekanisme pertahanan diri dari minderop dengan karakter Pelajar Pancasila dalam konteks pembelajaran di sekolah. Penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk menganalisis strategi psikologis tokoh dalam novel, tetapi juga untuk mengembangkan Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD) dalam Kurikulum Merdeka. Dengan pendekatan ini, penelitian ini dapat memberikan manfaat praktis bagi dunia pendidikan dengan membantu siswa menginternalisasi nilai-nilai kehidupan yang mendukung kesuksesan akademik dan sosial mereka. selain itu, belum ada peneliti yang membahas tentang mekanisme pertahanan diri yang terdapat pada novel *172 Days* Karya Nadzira Shafa. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman bahwa mekanisme pertahanan diri tidak hanya muncul dalam karya sastra, tetapi juga dalam kehidupan nyata. kemampuan mengenali dan mengelola mekanisme pertahanan diri dengan baik dapat meningkatkan ketahanan mental. mengurangi risiko stres berlebihan, serta membentuk pribadi yang lebih reflektif dan adaptif. Dengan demikian, penelitian ini tidak sekadar mengulang kajian sebelumnya, melainkan memberikan perspektif baru yang lebih aplikatif dalam dunia pendidikan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang masalah, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Bagaimanakah cara tokoh utama dalam novel *172 Days* karya Nadzira Shafa menggunakan mekanisme pertahanan diri?
2. Bagaimana implikasi dari penelitian mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam novel *172 Days* karya Nadzira Shafa terhadap pengajaran sastra di tingkat SMA?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan maka tujuan dilakukan penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Mendeskripsikan mekanisme pertahanan konflik yang dilakukan tokoh utama dalam novel *172 Days* karya Nadzira Shafa.
2. Mendeskripsikan implementasi penelitian mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam novel *172 Days* karya Nadzira Shafa dan implikasinya terhadap pembelajaran bahasa Indonesia di SMA.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat.

a. Bagi Pendidik

Penelitian ini memberikan wawasan dalam pengajaran yang menarik dan relevan bagi peserta didik, serta memperkaya pengalaman belajar mereka dalam menganalisis mekanisme pertahanan diri dalam novel.

b. Bagi Peserta Didik

Penelitian ini memberikan manfaat meningkatkan pemahaman mengenai mekanisme pertahanan diri dalam novel, serta mengembangkan kemampuan mengidentifikasi dan menerapkan nilai-nilai kehidupan dalam cerita.

c. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini memberikan dasar dan dorongan untuk penelitian lanjutan di psikologi sastra dan pendidikan sastra. Data dan teori dari penelitian ini dapat digunakan oleh peneliti lain untuk studi yang lebih mendalam tentang mekanisme pertahanan diri dalam karya sastra, serta dampaknya pada proses pembelajaran.

d. Pembaca

Penelitian ini memberikan pengalaman membaca yang mendalam dan memuaskan, serta menginspirasi pemikiran dan refleksi pribadi terhadap tema-tema yang diangkat dalam novel.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dari penelitian ini mencakup mekanisme pertahanan terhadap konflik yang ditunjukkan oleh tokoh utama dalam novel *172 Days* karya Nadzira Shafa, akan dikelompokkan berdasarkan kategori yang dijelaskan oleh Albertine Minderop. Kategori-kategori ini mencakup represi, sublimasi, proyeksi, pengalihan, rasionalisasi, reaksi pembentukan, regresi, agresi, apatis, fantasi, dan stereotipe.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Psikologi Sastra

Psikologi sastra adalah kajian terhadap sastra yang dipercaya mencerminkan proses dan aktivitas mental (Minderop, 2010). Psikologi sastra adalah mempelajari aspek-aspek psikologis yang terdapat dalam sebuah karya (Ristiana dan Adeani, 2017). Dalam psikologi sastra, imajinasi atau fantasi tidak disadari sebagai kekuatan atau insting yang menghasilkan naluri, cerita, gambaran, atau objek psikologis yang mungkin terjadi. Menurut Hanum, psikologi sastra melibatkan insting yang meresap ke dalam kejiwaan menggunakan alam bawah sadar untuk menggambarkan pola-pola naluri dan psikologis manusia (Ristiana dan Adeani, 2017).

Psikologi sastra adalah studi sastra yang mencakup kreativitas mental (Nastiti dan Syah, 2022). Komponen psikologi mengkaji sikap, perilaku, dan perasaan yang mendorong tindakan tokoh. Pendekatan psikologi berarti meneliti atau memusatkan penelitian pada aspek kejiwaan tokoh-tokoh tersebut (Pradnyana dkk, 2019). Tujuan psikologi sastra adalah memahami aspek psikologis dalam sebuah karya. Terdapat tiga cara untuk memahami hubungan antara psikologi dan sastra yakni, memahami aspek psikologis pengarang sebagai penulis, memahami aspek psikologis tokoh fiksi dalam karya sastra, dan memahami aspek psikologis pembaca (Ratna, 2019). Psikologi sastra terutama fokus pada aspek kedua, yakni pembahasan mengenai unsur-unsur kejiwaan tokoh fiksi dalam karya sastra. Secara umum, aspek-aspek kemanusiaan dalam karya sastra menjadi objek utama psikologi sastra karena aspek-aspek psikologis tersebut diterapkan dan

diinvestasikan dalam diri tokoh-tokoh manusia. Dalam analisis, tujuan utamanya biasanya adalah tokoh utama, kemudian tokoh kedua, tokoh ketiga, dan seterusnya.

Dalam mengkaji karya sastra, penting untuk memahami hubungan antara kondisi psikologis pengarang dan kemampuannya dalam menggambarkan tokoh fiksi yang mengalami konflik batin. Secara definitif, tujuan psikologi sastra adalah memahami aspek-aspek psikologis dalam sebuah karya sastra. Pendekatan psikologis dapat diterapkan dalam analisis sastra karena adanya hubungan fungsional antara psikologi dan sastra. Terdapat empat cara penerapan psikologi sastra yaitu,, membahas pengarang sebagai pencipta karya, menerapkannya dalam proses penciptaan karya sastra, menggunakannya dalam analisis karya sastra, dan membahas pengaruh karya sastra terhadap pembaca melalui psikologi sastra.

Dapat disimpulkan psikologi sastra adalah studi yang memfokuskan pada aspek-aspek psikologis dalam karya sastra, terutama dalam menganalisis kondisi mental dan aktivitas jiwa tokoh fiksi. Kajian ini melibatkan pemahaman tentang imajinasi, insting, dan alam bawah sadar yang membentuk pola-pola naluri manusia.

2.2 Pengertian Tokoh Utama

Tokoh dalam sebuah karya sastra, seperti roman atau drama adalah elemen vital yang menggerakkan alur cerita dan memberikan kehidupan pada narasi. Mereka adalah pemegang peran utama yang mengemban peristiwa dan membawa pembaca masuk ke dalam dunia imajinatif yang dibangun oleh pengarang. Tokoh adalah pelaku yang mengemban peristiwa dalam cerita fiksi, baik itu dalam bentuk prosa maupun drama. Mereka memainkan peran penting dalam menjalin cerita menjadi utuh (Milawasri, 2017). Meskipun tokoh-tokoh ini adalah rekaan dari imajinasi pengarang, dan keberadaan dan peran mereka sangat signifikan dalam menyajikan cerita yang menarik dan bermakna bagi pembaca.

Tokoh adalah individu rekaan yang mengalami peristiwa atau melakukan tindakan dalam suatu cerita. Mereka menjadi pusat perhatian dalam mengembangkan alur cerita, menjalankan konflik, dan memperkuat tema yang ingin disampaikan oleh pengarang kepada pembaca. Tokoh adalah orang yang memainkan peran dalam

karya sastra. Mereka tidak hanya sekadar menampilkan adegan atau dialog, tetapi juga menjadi representasi dari berbagai nilai, konflik, dan perubahan yang terjadi dalam cerita. Tokoh-tokoh ini memberikan dimensi manusiawi dan emosional yang memperkaya pengalaman membaca (Giawa dkk, 2022).

Istilah "tokoh" merujuk pada orang yang menjadi pelaku cerita, seperti tokoh utama dalam sebuah novel. Kehadiran tokoh-tokoh ini menjadi pilar utama dalam membangun dinamika cerita, menjelajahi konflik, dan menampilkan perubahan karakter yang memberikan warna dan kekuatan pada narasi keseluruhan. Dengan demikian tokoh dalam sebuah karya sastra bukan hanya sekadar karakter-karakter di atas kertas, tetapi mereka adalah jembatan antara karya sastra dengan pembaca. Keberadaan dan peran mereka menghadirkan kehidupan dalam cerita serta memperkaya pengalaman membaca dengan memberikan gambaran yang lebih dalam tentang kehidupan, nilai-nilai, dan konflik-konflik yang ada dalam dunia imajinatif karya sastra (Nurgiyantoro, 2018).

Dalam karya sastra terutama cerita fiksi tokoh-tokoh dapat diklarifikasi menjadi beberapa jenis salah satunya tokoh utama. Tokoh utama dalam cerita fiksi atau novel adalah tokoh yang menjadi fokus utama penceritaan. Tokoh utama adalah karakter yang paling banyak muncul dan diceritakan dalam sebuah cerita. Mereka sering menjadi pelaku utama dari berbagai kejadian atau konflik penting yang membentuk alur cerita. Dalam novel tertentu, tokoh utama dapat ditemukan dalam setiap halaman dan hadir dalam setiap peristiwa yang terjadi. Esensinya, cerita tersebut adalah tentang perjalanan dan pengalaman tokoh utama tersebut (Nurgiyantoro, 2018).

Dapat disimpulkan tokoh dalam karya sastra adalah elemen penting yang menggerakkan alur cerita dan memberikan kehidupan pada narasi. Mereka berperan sebagai pelaku utama dalam mengembangkan cerita, menjalankan konflik, dan menyampaikan tema. Tokoh utama, khususnya, menjadi fokus penceritaan dan hadir dalam berbagai peristiwa penting, menjembatani dunia fiksi dengan pembaca melalui gambaran kehidupan dan nilai-nilai yang mendalam.

2.3 Mekanisme Pertahanan Konflik

Mekanisme pertahanan ego atau mekanisme penyelesaian konflik muncul ketika dorongan atau perasaan dialihkan untuk mencari objek pengganti. Contohnya, impuls agresif diarahkan kepada pihak lain yang dianggap aman untuk diserang. Mekanisme pertahanan adalah proses bawah sadar seseorang untuk melindungi diri dari kecemasan. Mekanisme ini melindungi diri dari ancaman eksternal atau impuls internal yang menimbulkan kecemasan dengan mendistorsi realitas melalui berbagai cara (Minderop, 2010).

1. Represi

Represi adalah mekanisme pertahanan ego yang paling kuat dan dominan. Dalam mekanisme ini, impuls-impuls *id* yang tidak diterima oleh ego akan didorong keluar dari kesadaran menuju alam bawah sadar. Represi ini berfungsi sebagai dasar bagi semua mekanisme pertahanan ego, dengan tujuan menahan atau menekan impuls-impuls yang berusaha muncul ke permukaan kesadaran (Minderop, 2010).

2. Sublimasi

Sublimasi adalah mekanisme pertahanan yang melibatkan pengalihan, perasaan tidak nyaman digantikan dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang diterima secara sosial (Minderop, 2010).

3. Proyeksi

Mekanisme pertahanan konflik ini dilakukan oleh seseorang untuk terlihat lebih unggul dari orang lain. Individu tersebut menyembunyikan masalah dan kekurangannya sendiri atau menyalahkan orang lain atas kesalahannya (Minderop, 2010).

4. Pengalihan

Mekanisme pertahanan ego dilakukan dengan mengalihkan rasa tidak suka terhadap suatu objek ke objek lain yang dianggap lebih aman atau memungkinkan (Minderop, 2010).

5. Rasionalisasi

Rasionalisasi adalah mekanisme pertahanan ego yang terjadi ketika ego tidak bisa menerima motif utama dari suatu perilaku individu sehingga motif tersebut diganti dengan motif lain yang lebih dapat diterima untuk mendapatkan pembenaran (Minderop, 2010).

6. Reaksi

Formasi mekanisme pertahanan ego berupa reaksi formasi dilakukan dengan cara menekan impuls kecemasan (*anxitas*) yang diikuti oleh kecenderungan untuk menunjukkan sikap yang berlawanan dengan impuls yang ditekan. Dalam situasi ini, individu menampilkan perilaku atau sikap yang bertentangan dengan perasaan atau dorongan internal yang sebenarnya, sebagai upaya untuk mengatasi atau menutupi kecemasan yang dirasakan (Minderop, 2010).

7. Regresi

Mekanisme pertahanan ego yang terjadi ketika seseorang dewasa berperilaku seperti anak kecil adalah upaya untuk mendapatkan perhatian dan rasa aman dari orang lain. Dalam situasi ini, individu dewasa menunjukkan perilaku kekanak-kanakan sebagai cara untuk menghadapi stres atau kecemasan, berharap mendapatkan perlindungan dan perhatian yang biasanya diberikan kepada anak-anak (Minderop, 2010).

8. Agresi dan Apatitis

Agresi adalah perilaku individu yang bertujuan untuk melukai atau mencelakakan orang lain yang tidak menghendaki perilaku tersebut. Menurut Minderop (2010), agresi dibagi menjadi dua jenis, yaitu agresi langsung (*direct aggression*) dan agresi pengalihan (*displaced aggression*). Agresi langsung merupakan tindakan yang secara langsung ditujukan kepada sumber masalah. Sementara itu, agresi pengalihan terjadi ketika seseorang merasa kecewa tetapi tidak mampu mengungkapkan sepenuhnya kepada objek yang sebenarnya karena objek tersebut tidak dapat dijangkau atau tidak jelas sehingga penyerangan dapat diarahkan kepada individu yang tidak bersalah.

9. Fantasi dan *Stereotype*

Fantasi adalah cara yang digunakan oleh seseorang ketika menghadapi banyak masalah, mereka mencari solusi melalui dunia khayal daripada menghadapi kenyataan. Hilgard (dalam Minderop, 2010) menjelaskan bahwa *stereotype* adalah perilaku yang terus-menerus diulang. Individu ini cenderung melakukan tingkah laku yang tidak bermanfaat dan aneh secara berulang-ulang.

2.4 Implikasi Pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA

Undang-Undang Sistem Pendidikan No. 20 tahun 2003 (dalam Rismauli, 2022) mendefinisikan pendidikan sebagai upaya yang sadar dan terencana untuk menciptakan lingkungan belajar yang memungkinkan peserta didik aktif mengembangkan potensi dirinya. memungkinkan peserta didik aktif mengembangkan potensi mereka dalam berbagai aspek, seperti spiritualitas, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, dan keterampilan yang diperlukan untuk diri mereka sendiri dan masyarakat. Menurut pandangan psikologis, pendidikan merupakan proses yang mengarah pada perkembangan pribadi setiap individu.

Pengajaran juga memiliki peran penting dalam membimbing kehidupan individu dari awal kehidupan hingga kembali ke tanah, dan kesuksesan pendidikan ini sangat tergantung pada kemajuan psikologi dalam mengembangkan karakter dan kepribadian masing-masing individu, yang tercermin melalui aspek psikologis mereka. Fokus utama Kurikulum Merdeka adalah pada pengembangan karakter dan kompetensi peserta didik dengan cara memberikan penekanan pada materi pembelajaran yang esensial (Nafi'ah dkk, 2023).

Capaian pembelajaran (CP) Bahasa Indonesia di SMA Kurikulum Merdeka adalah kompetensi pembelajaran yang harus dicapai peserta didik pada setiap fase. CP ini dibagi dalam fase usia, dengan tujuan untuk membantu peserta didik mengembangkan kemampuan berbahasa dengan berbagai teks multimodal (lisan, tulis, visual, audio, audiovisual) untuk berbagai tujuan (genre) dan konteks. Capaian pembelajaran ini juga bertujuan untuk membantu peserta didik mengembangkan kepercayaan diri untuk berekspresi sebagai individu yang cakap, mandiri, bergotong royong, dan berkebinekaan global (Agustina, 2023).

Capaian Pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA Kurikulum Merdeka meliputi beberapa aspek, yaitu.

1. Menulis

Peserta didik mampu menulis teks berbagai jenis, seperti cerita pendek, esai, dan lain-lain, dengan memperhatikan struktur, gaya, dan ejaan bahasa Indonesia.

2. Berbicara dan Mempresentasikan

Peserta didik mampu berbicara dan mempresentasikan gagasan, pikiran, perasaan, pandangan, arahan, atau pesan yang akurat dalam bentuk monolog, dialog, dan gelar wicara, serta mampu menggunakan bahasa Indonesia secara santun dan akurat.

3. Menyimak

Peserta didik memiliki kemampuan untuk menilai dan menghasilkan informasi dalam bentuk ide, pemikiran, perasaan, pandangan, instruksi, atau pesan yang akurat setelah mereka mendengarkan berbagai jenis teks (baik nonfiksi maupun fiksi) dalam format monolog, dialog, dan pidato.

4. Membaca

Peserta didik mampu membaca teks berbagai jenis dengan memperhatikan struktur, gaya, dan ejaan bahasa Indonesia, serta mampu menginterpretasikan informasi yang diperoleh.

5. Memirsa

Peserta didik mampu memirsa teks berbagai jenis dengan memperhatikan struktur, gaya, dan ejaan bahasa Indonesia, serta mampu menginterpretasikan informasi yang diperoleh.

Peneliti mengaitkan dengan materi teks cerpen dalam pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA, pada fase F Kurikulum Merdeka. Capaian pembelajaran Peserta didik mampu capaian pembelajaran peserta didik mampu menganalisis (C4) dan menerapkan (C3) nilai-nilai kehidupan yang terkandung dalam cerita pendek. Menghasilkan Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD), LKPD adalah perangkat pembelajaran berupa lembaran yang berisi petunjuk tentang tugas atau pekerjaan yang harus diselesaikan oleh seorang peserta didik yang menitikberatkan pada karakteristik utama Kurikulum Merdeka, yaitu Profil Pelajar Pancasila.

Profil Pelajar Pancasila mencakup enam kompetensi utama yang dirumuskan sebagai dimensi kunci. Keenam dimensi ini saling terkait dan memperkuat satu sama lain sehingga mewujudkan Profil Pelajar Pancasila yang utuh memerlukan perkembangan keenam dimensi tersebut secara bersamaan, bukan secara terpisah (Irawati dkk., 2022). Dimensi-dimensi tersebut meliputi,

Keenam dimensi Profil Pelajar Pancasila saling terkait dan memperkuat satu sama lain, sehingga untuk membentuk pribadi yang utuh, seluruh dimensi ini harus dikembangkan secara bersamaan, bukan secara terpisah (Irawati dkk., 2022).

Berikut adalah penjelasan dari masing-masing dimensi tersebut:

1. Beriman dan Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa serta Berakhlak Mulia

Dimensi ini menekankan pentingnya memiliki keyakinan dan ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa serta mengamalkan nilai-nilai moral dalam kehidupan sehari-hari. Seorang peserta didik yang memiliki dimensi ini diharapkan menunjukkan sikap yang mencerminkan akhlak mulia, baik

dalam hubungan dengan Tuhan, sesama manusia, maupun lingkungan sekitar.

2. Mandiri

Kemandirian mencerminkan kemampuan peserta didik untuk bertanggung jawab atas dirinya sendiri, termasuk dalam mengambil keputusan, menyelesaikan tugas, serta menghadapi tantangan dengan sikap percaya diri dan pantang menyerah. Peserta didik yang mandiri mampu mengelola emosi, berpikir secara rasional, serta memiliki motivasi untuk terus berkembang tanpa bergantung pada orang lain.

3. Bernalar Kritis

Dimensi ini berkaitan dengan kemampuan berpikir secara mendalam, logis, dan objektif dalam menganalisis informasi, memecahkan masalah, serta mengambil keputusan yang bijaksana. Peserta didik yang memiliki nalar kritis tidak mudah menerima informasi begitu saja, tetapi mampu mengevaluasi berbagai perspektif sebelum menyimpulkan suatu hal.

4. Kreatif

Kreativitas mengacu pada kemampuan peserta didik dalam menghasilkan gagasan, karya, atau solusi yang inovatif dan orisinal. Peserta didik kreatif memiliki fleksibilitas berpikir, mampu melihat peluang baru, serta tidak takut untuk bereksperimen dengan ide-ide segar yang dapat membawa manfaat bagi diri sendiri dan orang lain.

5. Bergotong-royong

Dimensi ini mengajarkan pentingnya bekerja sama, berbagi tanggung jawab, serta saling membantu dalam mencapai tujuan bersama. Peserta didik yang memiliki sikap gotong-royong mampu berkolaborasi dengan berbagai pihak, menghargai pendapat orang lain, serta memahami bahwa kesuksesan bersama lebih bernilai dibandingkan keberhasilan individu semata.

6. Berkebinekaan Global

Dimensi terakhir ini mencerminkan sikap terbuka terhadap keberagaman budaya, agama, suku, dan pandangan hidup di tingkat nasional maupun internasional. Peserta didik dengan kesadaran kebinekaan global mampu

berinteraksi dengan berbagai latar belakang budaya secara harmonis, memahami serta menghargai perbedaan, dan tetap menjunjung nilai-nilai kebangsaan serta identitas diri.

2.5 Tahapan Penyajian Pengajaran Sastra

Pendidik perlu mempertimbangkan tahapan dalam menyajikan karya sastra dalam proses pembelajaran (Rahmanto, 2005), tahapan tersebut meliputi.

1. Pelacakan Pendahuluan

Tahap awal ini melibatkan pembacaan karya sastra oleh pendidik untuk memperoleh pemahaman awal sebagai dasar pengajaran. Tujuannya adalah menemukan strategi pembelajaran yang sesuai dan mengkaji secara rinci fakta-fakta dalam karya sastra.

2. Penentuan Sikap Praktis

Pada tahap ini, pendidik menentukan informasi yang harus disampaikan kepada peserta didik agar cerita pendek yang disajikan lebih mudah dipahami.

3. Introduksi

Tahap ini merupakan pembukaan pembelajaran atau pengantar, termasuk salam pembuka, pengecekan kehadiran peserta didik, apersepsi, motivasi, dan penyampaian tujuan pembelajaran.

4. Penyajian

Pada tahap ini, pendidik menyajikan materi pembelajaran dan menjelaskan gambaran umum cerita pendek yang akan digunakan sebagai bahan pembelajaran. Pendidik juga harus memberikan stimulus berupa tanya jawab untuk membuat peserta didik aktif dalam pembelajaran.

5. Diskusi

Tahap ini melibatkan diskusi kelompok peserta didik mengenai hal-hal yang sesuai dengan tujuan pembelajaran.

6. Pengukuhan/Evaluasi

Evaluasi adalah tahap akhir dari semua tahapan pembelajaran dan menjadi acuan untuk menilai keberhasilan pelaksanaan pembelajaran.

III. METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menerapkan metode penelitian deskriptif kualitatif. Pemilihan pendekatan deskriptif kualitatif dilakukan oleh peneliti karena penelitian ini difokuskan pada penjelasan data. Metode penelitian kualitatif merupakan pendekatan yang berakar dari *filsafat postpositivisme*, digunakan khususnya untuk penelitian yang berorientasi pada kondisi alami objek penelitian (Hanyfah dkk, 2022). Metode kualitatif, peneliti dapat melakukan penyelidikan dan memberikan penjelasan mendalam dari perspektif individu yang mengalami fenomena tersebut. Teknik ini melibatkan pengumpulan data melalui triangulasi (penggabungan data dari berbagai sumber) dan analisis yang bersifat induktif atau kualitatif. Dalam penelitian kualitatif, fokusnya lebih pada pemahaman makna daripada membuat generalisasi dari hasil penelitian (Ulfathin, 2022).

Peneliti menerapkan metode deskriptif kualitatif untuk menggambarkan mekanisme pertahanan diri yang dialami oleh tokoh utama, Nadzira, dalam novel *172 Days* karya Nadzira Shafa. Peneliti juga menguraikan dampak temuan penelitian ini terhadap pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA dalam bentuk LKPD. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa informasi verbal yang sesuai dengan tujuan penelitian.

3.2 Data dan Sumber Data

Data dalam penelitian ini berupa kutipan-kutipan dari novel yang mencerminkan berbagai jenis mekanisme pertahanan diri yang digunakan oleh tokoh utama dalam

novel *172 Days* karya Nadzira Shafa. Sumber data penelitian ini adalah novel *172 Days*. Berikut adalah identitas dari novel *172 Days* karya Nadzira Shafa.

- 1) Penulis : Nadzira Shafa
- 2) Jumlah halaman : 241
- 3) Tahun terbit : 2022
- 4) Lebar : 14.8 cm
- 5) Panjang : 20.8 cm
- 6) Penerbit : Motivaksi Inspira

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang Bahasa Indonesia, khususnya dalam pemahaman makna teks dan peningkatan kemampuan menulis cerpen yang lebih baik.

3.3 Instrumen Penelitian

Sebagai gambaran peneliti mengenai mekanisme pertahanan diri, berikut disajikan instrumen penelitian yang menjadi acuan peneliti.

Tabel 3.1

Instrumen Penelitian Mekanisme Pertahanan Diri

No	Indikator	Subindikator	Deskriptor
1.	Mekanisme Pertahanan Diri	Represi	Seseorang untuk mengabaikan pikiran, ingatan, atau perasaan. Represi mendorong seseorang untuk menghindari pikiran, ingatan, atau perasaan yang sulit dihadapi. Namun, ingatan yang ditekan tersebut bisa muncul dalam bentuk lain, seperti dalam mimpi.
2.		Sublimasi	Mengendalikan amarah atau emosi negatif lainnya dengan cara

No	Indikator	Subindikator	Deskriptor
			<p>menyalurkannya ke hal-hal positif.</p> <p>Mekanisme pertahanan ini melibatkan pengalihan, yaitu perasaan tidak nyaman digantikan dengan melakukan aktivitas yang diterima secara sosial.</p>
3.		Proyeksi	<p>memindahkan perasaan atau dorongan yang tidak dapat diterima atau mengganggu dirinya ke objek eksternal. Proyeksi adalah mekanisme ketika seseorang mengalihkan perasaan atau dorongan yang tidak dapat diterima atau mengganggu dirinya ke objek eksternal.</p>
4.		Pengalihan	<p>Meluapkan emosi ke objek lain yang lebih aman atau memungkinkan.</p> <p>Mekanisme pertahanan ego terjadi ketika seseorang mengatasi ketegangan emosional dengan memindahkan reaksi emosionalnya ke tindakan lain yang dianggap lebih dapat diterima atau lebih terkendali secara sosial. Salah satu contoh pengalihan yang sering terjadi adalah ketika seseorang meluapkan emosinya pada orang yang tidak bersalah.</p>

No	Indikator	Subindikator	Deskriptor
5.		Rasionalisasi	<p>Mencari alasan atau pembenaran logis untuk perilaku atau tindakan mereka.</p> <p>Mekanisme pertahanan ini terjadi ketika individu mencari alasan atau pembenaran yang logis untuk perilaku atau tindakannya, meskipun ia menyadari bahwa perilaku tersebut salah.</p>
6.		Reaksi Formasi	<p>Sikap yang berlawanan dengan perasaan yang sebenarnya.</p> <p>Seseorang memilih untuk menampilkan perilaku atau sikap yang bertentangan dengan perasaan sebenarnya yang mereka rasakan.</p>
7.		Regresi	<p>Tingkah laku seseorang yang tiba-tiba berubah, kemunduran psikologis sementara Kondisi ini menggambarkan kemunduran psikologis sementara atau regresi. Seorang dewasa dapat menunjukkan perilaku seperti anak kecil, misalnya menangis setelah ditegur atasan atau setelah mengalami putus cinta.</p>
8.		Agresi dan Apatis	<p>Perilaku individu yang bertujuan untuk melukai atau mencelakakan orang lain atau diri sendiri yang tidak menghendaki perilaku tersebut. Pengalihan terjadi ketika seseorang merasa kecewa tetapi tidak dapat</p>

No	Indikator	Subindikator	Deskriptor
			sepenuhnya mengungkapkan perasaan tersebut kepada objek yang sebenarnya sehingga perasaan tersebut dialihkan kepada objek lain.
9.		Fantasi dan <i>Stereotype</i>	Berhayal. individu melarikan diri dari kenyataan dengan membayangkan situasi yang lebih menyenangkan atau menghibur sebagai bentuk perlindungan terhadap emosi negatif

(Minderop, 2010).

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan metode baca dan catat (Sebayang, 2019). Peneliti membaca novel secara cermat untuk menemukan data yang relevan dengan fokus penelitian, yaitu konflik yang dialami oleh tokoh utama. Setelah membaca, peneliti menandai kutipan-kutipan novel yang mengandung konflik dan mencatatnya di lembar catatan. Setiap kutipan diberi kode sesuai dengan data yang ditemukan. Kode-kode yang digunakan adalah sebagai berikut.

Tabel 3.2

Indikator Jenis Mekanisme Pertahanan Diri

No	Indikator Mekanisme Pertahanan Diri (Kode II)	Kode II
1.	Represi	P.Rep
2.	Sublimasi	P.Sub
3.	Proyeksi	P.Pro
4.	Pengalihan	P.Png
5.	Rasionalisasi	P.Ras
6.	Reaksi Formasi	P.RF
7.	Regresi	P.Reg
8.	Agresi dan Apatitis	P.Agr
9.	Fantasi dan Stereotype	P.Fan

Tabel di bawah ini menyajikan kode angka yang menunjukkan urutan kutipan serta halaman tempat data tersebut ditemukan. Sebagai contoh, kode H.1/2 menunjukkan bahwa kutipan berasal dari halaman 1 dengan nomor data 2.

Tabel 3.3 Halaman Kutipan

Angka (Kode III)	Halaman Kutipan
1	H.1
2	H.2
3	H.3

Tabel di bawah ini menyajikan kode angka yang menunjukkan urutan kutipan data yang ditemukan. Sebagai contoh, kode H.1/2 menunjukkan bahwa kutipan berasal dari nomor data 2.

Tabel 3.4 Nomor Urut Data

Angka	Nomor Urut Data
1	1
2	2

Contohnya menggunakan kode data yang lengkap, kode P.Rep/H.10/2 berarti kutipan novel tersebut menunjukkan indikator mekanisme pertahanan diri berupa represi, terdapat di halaman sepuluh, dan merupakan data nomor dua.

3.5 Teknik Analisis Data

Langkah-langkah yang ditempuh oleh peneliti untuk menganalisis data dalam novel *172 Days* adalah sebagai berikut.

1. Membaca novel *172 Days* karya Nadzira Shafa dengan intens dan teliti untuk mengidentifikasi mekanisme pertahanan diri yang dialami tokoh utama.
2. Mengklasifikasikan data mekanisme pertahanan diri ke dalam sebelas jenis mekanisme pertahanan ego atau penyelesaian konflik, yaitu represi, sublimasi, proyeksi, pengalihan, rasionalisasi, reaksi formasi, regresi, agresi, apatis, fantasi, dan stereotipe.
3. Mendeskripsikan data yang telah diklasifikasikan.

4. Mengaplikasikan hasil penelitian untuk pembelajaran sastra Indonesia di SMA dalam bentuk pembuatan LKPD Kurikulum Merdeka.
5. Menarik kesimpulan.

V. SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian tentang mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam novel *172 Days* karya Nadzira Shafa, terdapat beberapa kesimpulan, yaitu.

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 43 data pada novel *172 Days* menggunakan berbagai mekanisme pertahanan diri untuk menghadapi konflik. Mekanisme yang paling dominan adalah sublimasi, tokoh mengalihkan emosi negatif menjadi aktivitas positif, seperti berkarya atau berkontribusi sosial. Selain itu, ditemukan juga mekanisme represi dan proyeksi, yang mencerminkan usaha tokoh untuk menekan atau memindahkan perasaan sulit diterima. Mekanisme lain, seperti pengalihan, rasionalisasi, regresi, reaksi, agresi, apatis, serta fantasi dan stereotip, muncul dalam jumlah yang lebih sedikit, menggambarkan variasi cara tokoh menghadapi tekanan emosional.
2. Hasil penelitian dalam pembelajaran Bahasa Indonesia di SMA kelas XI fase F Kurikulum Merdeka bab 3, khususnya dalam pembelajaran teks cerpen. Penggunaan novel ini dapat membantu peserta didik memahami bahwa novel tidak hanya mengandung unsur intrinsik dan ekstrinsik, tetapi juga aspek lain, seperti mekanisme pertahanan diri. Untuk mengaplikasikan hasil ini dalam pembelajaran bahasa Indonesia materi teks cerpen dapat diajarkan melalui pembagian LKPD (Lembar Kerja Peserta Didik) yang dirancang untuk membantu peserta didik lebih memahami dan mengaplikasikan mekanisme pertahanan diri yang ada dalam cerita.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, penulis memberikan beberapa saran.

1. Penulis menyarankan bagi pendidik Untuk mengembangkan metode pengajaran yang lebih menarik, pendidik dapat memanfaatkan pendekatan berbasis proyek atau studi kasus ketika peserta didik menganalisis karakter dalam cerita secara mendalam. Pendidik juga dapat menggunakan teknik pembelajaran berbasis diskusi atau perdebatan tentang keputusan-keputusan yang diambil oleh tokoh dalam menggunakan mekanisme mereka. Hal ini bisa meningkatkan partisipasi aktif dan membuat pembelajaran lebih hidup serta relevan dengan pengalaman peserta didik.
2. Penulis menyarankan agar peserta didik lebih sering membaca novel, terutama novel yang mengangkat tema mekanisme pertahanan diri. Membaca novel tidak hanya memperkaya wawasan dan meningkatkan keterampilan literasi, tetapi juga membantu peserta didik memahami bagaimana tokoh-tokoh cerita mengatasi konflik mereka.
3. Penulis menyarankan bagi peneliti selanjutnya dapat memperluas studi ini dengan mengintegrasikan analisis psikologi sastra yang lebih kompleks atau membandingkan mekanisme pertahanan diri dalam berbagai genre sastra (misalnya, novel, puisi, atau drama). Selain itu, pengujian empiris terhadap dampak pembelajaran tentang mekanisme pertahanan diri dalam teks sastra terhadap perkembangan sosial-emosional peserta didik juga bisa menjadi area penelitian yang menarik.
4. Penulis menyarankan bagi pembaca untuk tidak hanya sekadar membaca cerita, tetapi juga berinteraksi dengan cerita tersebut melalui diskusi atau penulisan kreatif. Pembaca dapat diminta untuk merenungkan bagaimana mekanisme pertahanan diri yang dilakukan tokoh dalam cerita dapat dihubungkan dengan pengalaman hidup mereka sendiri atau bahkan perkembangan pribadi mereka. Ini akan meningkatkan keterlibatan pembaca dengan materi dan memperdalam pemahaman mereka terhadap tema-tema yang diangkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, E. S. (2023). Paradigma Pembelajaran Bahasa Indonesia dalam Kurikulum Merdeka. *Prosiding Pertemuan Ilmiah Bahasa Dan Sastra Indonesia*, Untukmu Guruku.
- Giawa, M. I. P., Duha, A., dan Dakhi, S. (2022). Analisis Perwatakan Tokoh dalam Novel Pertemuan Dua Hati Karya Nh. Dini. *KOHESI: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 2(2), 22–33. <https://doi.org/10.57094/kohesi.v2i2.424>
- Hanyfah, S., Fernandes, G. R., dan Budiarmo, I. (2022). Penerapan Metode Kualitatif Deskriptif untuk Aplikasi Pengolahan Data Pelanggan pada Car Wash. *Semnas Ristek (Seminar Nasional Riset Dan Inovasi Teknologi)*, 6(1), 339–344. <https://doi.org/10.30998/semnasristek.v6i1.5697>
- Irawati, D., Iqbal, A. M., Hasanah, A., dan Arifin, B. S. (2022). Profil Pelajar Pancasila Sebagai Upaya Mewujudkan Karakter Bangsa. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 6(1), 1224–1238. <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.3622>
- Milawasri, E. (2017). Karakterisasi tokoh dalam novel dan implikasinya terhadap pembelajaran sastra. *Jurnal Bahasa dan Sastra*, 12(4), 35-50.
- Minderop, A. (2010). *Psikologi sastra: Karya sastra, metode, teori, dan contoh kasus*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Nastiti, V. G., dan Syah, E. F. (2022). Psikologi Sastra dalam Cerita Anak Liburan Seru di Desa Nenek Lulu Karya Anee Rahman Sebagai Alternatif Bahan Ajar Sastra di Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 6(1), 104–110. <https://doi.org/10.23887/jppp.v6i1.43764>
- Nurgiyantoro, B. (2018). *Teori Pengkajian Fiksi*. Gadjah Mada University Press.
- Pradnyana, I. W. G., Artawan, G., dan Sutama, I. M. (2019). Psikologi Tokoh dalam Novel Suti Karya Sapardi Djoko Damono; Analisis Psikologi Sastra. *Jurnal Imiah Universitas Pendidikan Ganesha Denpasar*, 3(3), 339–347. <https://doi.org/10.23887/jipp.v3i3.21844>.

- Prastya, T. A., dkk. (2023). Mekanisme pertahanan diri tokoh dalam sastra: Kajian psikoanalisis Freud. *HUMANUS: Jurnal Sosiohumaniora Nusantara*, 1(1), 111-121.
- Rahmanto, W. (2005). *Metode pengajaran sastra di sekolah*. Gramedia Pustaka Utama.
- Ratna, I. N. K. (2019). Antropologi Sastra: Mata Rantai Terakhir Analisis Ekstrinsik. *Mabasan*, 5(1), 39–50. <https://doi.org/10.26499/mab.v5i1.197>
- Rismauli, H. dan N. U. (2022). Jurnal Pendidikan dan Konseling. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4, 1349–1358.
- Ristiana, K. R., dan Adeani, I. S. (2017). Konflik Tokoh Utama dalam Novel *Surga Yang Tak Dirindukan 2 Karya Asma*. *Jurnal Literasi*, 1(2), 49–56.
- Sebayang, D. (2019). Teknik Baca dan Catat dalam Analisis Sastra. *Jurnal Metode Penelitian*, 6(3), 85-97.
- Shalahuddin, A., dkk. (2024). Indeks Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia Tahun 2023. *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 15(2), 120-135.
- Tara, S. N. A., Rohmadi, M., dan Saddhono, K. (2019). Konflik Tokoh Utama dalam Novel Karya Ruwi Meita Tinjauan Psikologi Sastra dan Relevansinya sebagai Bahan Ajar Sastra Indonesia di SMA. *Basastra: Jurnal Bahasa, Sastra, Dan Pengajarannya*, 7(1), 103. <https://doi.org/10.20961/basastra.v7i1.35521>
- Tuflih, M. A., dkk. (2024). Konflik dan Psikoanalisis dalam Novel Kontemporer. *Widyabastra: Jurnal Ilmiah Pembelajaran Bahasa dan Sastra Indonesia*, 12(1), 32-42.
- Ulfathin, N. (2022). Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan: Teori dan Aplikasinya. *Edukasi* (Vol. 1, pp. 1–327).
- Wahid, M. A. (2020). Dampak Perubahan Perilaku Tokoh Dhirga dalam Novel *Dhirga Karya Natalia Tan (Perspektif Psikologi Behaviorisme Skinner)*. *Bapala*, 7(4), 1–15.