

Konflik Batin Tokoh Ale dalam Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Krisna Kajian: Psikologi Sastra

Aprilia Sri Wulandari, Hendrik Furqon, Sariban

Universitas Islam Darul 'ulum Lamongan
april.2022@mhs.unisda.ac.id

Article History

accepted 1/6/2026

approved 1/7/2026

published 17/7/2026

Abstract

Literary works represent human psychological dynamics, including inner conflicts due to reality discrepancies. This study aims to describe the inner conflict experienced by the character Ale in the novel Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati by Brian Krisna using a literary psychology approach. This research employs a descriptive-analytical qualitative method with reading and note-taking data collection techniques. The findings indicate that Ale experiences severe inner conflict triggered by the incongruence between his life experiences, negative self-concept, and ideal self, which is further exacerbated by social rejection and depression. However, Ale also undergoes a self-actualization process, leading to a more positive perspective and life meaning. In conclusion, Carl Rogers' humanistic theory is highly relevant for revealing character personality dynamics in literature.

Keywords: *inner conflict, Ale, Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati, literary psychology, Carl Rogers.*

Abstrak

Karya sastra merepresentasikan dinamika psikologis manusia, termasuk adanya konflik batin akibat ketidaksesuaian realitas. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan konflik batin tokoh Ale dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna melalui kajian psikologi sastra. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif analitis dengan teknik pengumpulan data berupa simak dan catat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh Ale mengalami konflik batin mendalam yang dipicu oleh incongruence (ketidaksesuaian) antara pengalaman hidup, konsep diri negatif, dan diri idealnya, yang diperparah oleh penolakan sosial serta depresi. Meskipun demikian, tokoh Ale menunjukkan proses aktualisasi diri yang mengarah pada perubahan cara pandang dan pemaknaan hidup secara lebih positif. Simpulan penelitian menegaskan bahwa teori humanistik Carl Rogers sangat relevan untuk mengungkap dinamika kepribadian tokoh fiksi.

Kata kunci: *konflik batin, tokoh Ale, novel Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati, psikologi sastra, Carl Rogers.*



PENDAHULUAN

Karya sastra merupakan ekspresi pengarang yang bersifat imajiner serta estetis dan dituangkan dalam bahasa sebagai mediumnya (Faradila et al., 2023). karya sastra dapat dipahami sebagai bentuk ekspresi kreatif pengarang yang menggabungkan unsur imajinasi dan keindahan estetis melalui bahasa, sekaligus merepresentasikan kehidupan manusia beserta dinamika dan kompleksitasnya. Karya sastra juga menyampaikan beragam permasalahan sosial, budaya, maupun psikologi yang direalisasikan melalui tokoh, peristiwa, dan konflik dalam karya tersebut. Salah satu bentuk dari karya sastra adalah novel. Novel merupakan karya sastra yang berbentuk prosa, yang dikenal karena panjangnya yang signifikan serta kompleksitasnya dibandingkan dengan cerita pendek (Mala et al., 2024). Dalam novel, tokoh menjadi unsur penting yang menghidupkan cerita melalui berbagai peristiwa, konflik, dan permasalahan hidup yang dihadapinya.

Konflik batin merupakan hal yang paling erat kaitannya dengan emosional individu sehingga hal ini menyebabkan tingkat keresahan paling tinggi (Putri et al., 2020). Konflik batin adalah konflik yang terjadi di dalam diri seseorang. Konflik itu terjadi karena sisi-sisi batin tersebut memuat keinginan atau gagasan yang saling bertenangan pada diri seseorang (Pramono, 2021). Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa konflik batin terjadi pada diri seseorang akibat adanya pertentangan emosional yang dipendam, sehingga memengaruhi sikap, perilaku, serta cara individu dalam mengambil keputusan. Dalam karya sastra, tokoh tidak hanya berperan sebagai pelaku cerita, tetapi juga merepresentasikan kondisi psikologis manusia. Melalui pendekatan psikologi sastra, tokoh dipahami sebagai individu yang memiliki motif, kebutuhan, dan respons terhadap berbagai pengalaman hidup. Dalam novel Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati, tokoh Ale menjadi pusat cerita dengan konflik batin yang kompleks, sehingga layak dikaji untuk mengungkap dinamika psikologis yang melatarbelakangi pergulatan hidupnya.

Psikologi sastra merupakan studi interdisipliner yang memanfaatkan teori psikologi untuk memahami dan menganalisis karya sastra (Walfajri, 2024). Psikologi sastra sebagai disiplin interdisipliner lahir dari dorongan untuk memahami karakter dan dinamika psikologis dalam karya sastra menggunakan teori-teori psikologi. Sedangkan menurut Endraswara (dalam Sita et al., 2021) menyatakan bahwa psikologi sastra merupakan kajian sastra yang memandang karya sastra sebagai aktivitas kejiwaan. Berdasarkan pandangan tersebut, pendekatan psikologi sastra menjadi relevan digunakan untuk mengkaji karya sastra, khususnya novel, karena mampu mengungkap dinamika kejiwaan tokoh secara lebih mendalam.

Pendekatan psikologi sastra menjadi landasan yang tepat untuk mengkaji dinamika batin tokoh dalam karya sastra. Novel Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati karya Brian Khrisna dipilih karena tokoh Ale menampilkan konflik batin yang kompleks. Oleh sebab itu, konflik batin tokoh Ale penting dikaji untuk memahami penyebab, dinamika, dan makna psikologis yang melatarbelakangi pergulatan hidupnya, yang masih belum banyak dibahas dalam penelitian sebelumnya.

Salah satu teori yang relevan digunakan untuk mengkaji konflik batin adalah teori psikologi humanistik Carl Rogers. Carl Rogers (dalam Aji, 2025) berpendapat bahwa yang menjadi inti dari teorinya adalah teori kepribadian, dalam teori tersebut terdapat 3 struktur kepribadian yaitu organisme, diri (*self*), dan diri ideal (*ideal self*). Struktur kepribadian tersebut, menjadi landasan terbentuknya konflik batin pada diri tokoh. Dalam penelitian ini, teori psikologi humanistik Carl Rogers, menekankan hubungan antara pengalaman organisme, diri (*self*), dan diri ideal (*ideal self*) yang mengalami ketidaksesuaian (*incongruence*) sehingga membentuk konflik batin individu. Dengan demikian, penggunaan teori Carl Rogers dinilai tepat untuk mengungkap secara mendalam proses terbentuknya konflik batin tokoh Ale serta dinamika psikologis yang menyertainya.

Pemilihan novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna didasarkan pada penggambaran konflik batin tokoh Ale yang mendalam dan dekat dengan realitas kehidupan, seperti perasaan putus asa, tekanan psikologis, dan kehilangan makna hidup. Kondisi tersebut memberikan ruang analisis yang luas dalam kajian psikologi sastra karena selaras dengan konsep psikologi humanistik Carl Rogers, meliputi diri (self), diri ideal (ideal self), ketidaksesuaian (incongruence), dan aktualisasi diri.

Meskipun novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* telah banyak dibahas, kajian yang secara khusus menganalisis konflik batin tokoh Ale melalui pendekatan psikologi humanistik Carl Rogers masih terbatas. misalnya penelitian pada Novel *Mama Karya* Wulan Mulya Pratiwi dan Erby S. membahas mengenai kepribadian yang ada pada tokoh yang menggunakan teori humanistik Rogers, penelitian tersebut memaparkan wujud kepribadian tokoh utama berdasarkan aspek kepribadian organisme dalam novel *Mama*, ditemukan adanya penyakit kepribadian secara jelas tergambar dalam tokoh utama *pada* (Aryani & Rafsanjani, 2020). Kemudian, penelitian mengenai wujud konflik batin tokoh utama dan faktor penyebab munculnya konflik batin dalam novel *Algrafi* karya Dwi Berliana. Penelitian ini menggunakan pendekatan psikologi sastra Sigmund Freud yang dijadikan sebagai pisau bedah (Wati et al., 2025).

Kedua penelitian tersebut memiliki perbedaan sendiri-sendiri, meski demikian, keduanya tidak mengkaji ketidaksesuaian antara organisme, diri (self), dan diri ideal (ideal self) secara terintegrasi, juga tidak menelaah proses aktualisasi diri sebagai mekanisme penyelesaian konflik batin. menunjukkan bahwa teori humanistik Rogers efektif digunakan untuk mengungkap dinamika kepribadian tokoh dalam karya sastra. Dengan demikian, penelitian ini menawarkan kontribusi baru dengan mengintegrasikan struktur kepribadian Rogers dan proses aktualisasi diri untuk menjelaskan sumber, perkembangan, dan penyelesaian konflik batin Ale dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna.

Di sisi lain, novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Krisna juga telah diteliti dalam beberapa kajian sebelumnya, seperti penelitian mengenai *Kemiskinan Urban* dan kajian tentang *Hasrat, Trauma, dan Absurditas Tokoh*. Namun, penelitian-penelitian tersebut tidak menyinggung aspek psikologi humanistik maupun tidak menelaah konflik batin tokoh Ale dari sudut pandang ketidaksesuaian (*incongruens*) antara diri (*self*) dan diri ideal (*ideal self*). Juga tidak menjelaskan aktualisasi diri yang dialami tokoh Ale. Sehingga penelitian ini sesuai untuk mengungkapkan konsep diri, diri ideal, dan tahapan aktualisasi diri sesuai teori Carl Rogers, yang berbeda dengan aspek-aspek yang belum pernah dikaji dalam penelitian terdahulu.

Studi ini memperluas penerapan teori psikologi humanistik Carl Rogers dalam kajian sastra melalui analisis hubungan antara organisme, diri (self), dan diri ideal (ideal self) pada tokoh fiksi. Penelitian ini menunjukkan bahwa ketidaksesuaian (incongruence) antarkomponen tersebut memicu konflik batin, sedangkan aktualisasi diri berperan sebagai upaya mencapai keselarasan psikologis. Selain itu, penelitian ini memperkaya pemahaman mengenai relevansi teori Rogers dalam konteks budaya Indonesia, khususnya melalui pengalaman tokoh Ale yang dipengaruhi kondisi sosial-ekonomi. Temuan ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi kajian sastra, psikologi naratif, dan konseling sastra dalam menganalisis dinamika psikologis tokoh.

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan, Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mendeskripsikan komponen organisme, diri (self), dan diri ideal (ideal self) dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna berdasarkan teori Carl Rogers; (2) menganalisis bentuk konflik batin ketidaksesuaian (incongruence) antara organisme, diri, dan diri ideal pada tokoh Ale sesuai perspektif Rogers; dan (3)

mendeskripsikan proses aktualisasi diri tokoh Ale dalam mengatasi konflik batinnya menurut teori tersebut.

METODE

Metode penelitian merupakan suatu cara yang digunakan seorang peneliti dalam sebuah penelitian ilmiah dengan cara mengumpulkan, mengolah, menganalisa dan mengumpulkan data dalam metode tersebut (Munanto & Rahima, 2020). Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif analitis. Penelitian deskriptif kualitatif adalah penelitian yang berusaha untuk mendeskripsikan dan menginterpretasikan sesuatu, misalnya situasi dan kondisi dengan hubungan yang ada, pendapat-pendapat yang berkembang, akibat atau efek yang terjadi dan sebagainya (Fiantika et al., 2022: 2). Pendekatan ini memungkinkan peneliti mendeskripsikan fenomena secara sistematis dan mendalam.

Pada penelitian kualitatif, peneliti menggunakan kata-kata, gambar, atau teks untuk menggambarkan fenomena yang diteliti. Bentuk-bentuk data inilah yang disebut sebagai data deskriptif (Nurhayati et al., 2024: 7). Sejalan dengan hal tersebut, penelitian ini menggunakan data deskriptif yang bersumber dari novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna. Data berupa kata, kalimat, dialog, dan narasi dianalisis untuk mendeskripsikan aspek kepribadian tokoh Ale berdasarkan teori Carl Rogers.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi teknik baca, dan catat. Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna dibaca secara menyeluruh, kemudian data yang relevan dicatat dan diklasifikasikan sesuai fokus penelitian. Selanjutnya, data yang telah diperoleh dianalisis berdasarkan teori kepribadian Carl Rogers. Analisis data menurut Patton adalah proses mengatur urutan data, mengorganisasikannya ke dalam suatu pola, kategori, dan satuan uraian dasar (Sofwatillah et al., 2024). Dalam penelitian ini, analisis data menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*) melalui tahapan identifikasi, klasifikasi, interpretasi, dan penarikan simpulan untuk mengungkap konflik batin serta proses aktualisasi diri tokoh Ale berdasarkan teori kepribadian Carl Rogers.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dan pembahasan dalam penelitian ini menguraikan konflik batin tokoh Ale dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* (2025) karya Brian Khrisna berdasarkan pendekatan psikologi sastra dengan teori kepribadian Carl Rogers. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konflik batin tokoh Ale berkaitan erat dengan dinamika kepribadian yang ditandai oleh ketidaksesuaian antara pengalaman hidup yang dialami, cara tokoh memandang dirinya, serta harapan terhadap diri yang diinginkan. Konflik tersebut tidak hanya muncul akibat kondisi eksternal, tetapi juga berasal dari pergulatan psikologis dalam diri tokoh yang terus berkembang sepanjang cerita.

Dalam perspektif Carl Rogers, konflik batin tokoh Ale dapat dipahami melalui hubungan antara tiga komponen kepribadian, yaitu organisme (*organism*), diri (*self*), dan diri ideal (*ideal self*). Ketidaksesuaian (*incongruence*) antara pengalaman organismik dengan konsep diri serta diri ideal menimbulkan ketegangan psikologis yang memengaruhi cara tokoh memandang dirinya, merespons lingkungan, dan menjalani kehidupannya. Dalam sebuah karya sastra konflik batin bisa disebut juga dengan suatu pertentangan yang terjadi di dalam batin, hati, dan jiwa seorang tokoh. (Fadhil et al., 2024). Konflik ini muncul akibat adanya keinginan yang tidak sesuai dengan harapan atau masalah lainnya. Konflik batin tersebut ditandai dengan adanya kondisi yang tampak melalui perasaan kesepian, rendah diri, kehilangan makna hidup, hingga keinginan untuk diterima dan dicintai oleh orang lain. Penggambaran tokoh Ale dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* menunjukkan berbagai dinamika psikologis yang menjadi dasar munculnya konflik batin. Konflik batin pada tokoh Ale tersebut juga dapat dipahami sebagai bentuk pergolakan psikologis yang muncul ketika

individu menghadapi situasi yang dilematis (Nathaniela & Israhayu, 2025). Namun demikian, tokoh Ale juga menunjukkan adanya proses aktualisasi diri sebagai upaya untuk memahami, menerima, dan memperbaiki dirinya menuju kondisi yang lebih kongruen.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, pembahasan selanjutnya difokuskan pada analisis data yang meliputi: (1) konflik batin berdasarkan tiga komponen kepribadian Carl Rogers yang terdiri atas organisme (*organism*), diri (*self*), dan diri ideal (*ideal self*); (2) bentuk ketidaksesuaian (*incongruence*) yang muncul akibat ketidakselarasan antara organisme (*organism*), diri (*self*), dan diri ideal (*ideal self*) sehingga menimbulkan konflik batin pada tokoh Ale; serta (3) proses aktualisasi diri tokoh Ale dalam mengatasi konflik batinnya sebagaimana tercermin dalam kutipan-kutipan novel yang telah dianalisis. Berikut merupakan data-data kutipan yang ditemukan dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna yang dianalisis berdasarkan tiga fokus pembahasan tersebut sesuai dengan teori kepribadian Carl Rogers.

A. Konflik Batin yang Terbentuk dari Tiga Komponen Kepribadian: Organisme (*Organism*), Diri (*Self*), dan Diri Ideal (*Ideal Self*)

Konflik batin yang dialami tokoh Ale dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna tidak terlepas dari dinamika kepribadian yang melibatkan tiga komponen utama, yaitu organisme (*organism*), diri (*self*), dan diri ideal (*ideal self*). Ketiga komponen tersebut saling berkaitan dan berperan dalam membentuk kondisi psikologis tokoh sepanjang alur cerita. Oleh karena itu, pembahasan konflik batin tokoh Ale dalam penelitian ini dianalisis berdasarkan ketiga komponen tersebut sebagai dasar untuk memahami sumber dan bentuk konflik yang muncul.

1. Organisme (*Organism*)

Menurut Carl Rogers organisme (*organism*) adalah keseluruhan individu termasuk jasmani dan rohani, pikiran, perasaan dan sensasi. Atau secara singkatnya organisme adalah tempat semua pengalaman terjadi. Organisme merupakan keseluruhan totalitas individu yang meliputi pemikiran, perilaku, dan keadaan fisik (Harahap, 2020). Pada penelitian ini Organisme (*organism*) merujuk pada keseluruhan pengalaman hidup yang dialami oleh tokoh Ale, baik yang bersifat fisik maupun psikologis. Dalam novel, pengalaman organisme Ale ditandai oleh berbagai peristiwa yang membentuk kondisi batinnya, seperti tekanan masa lalu, penolakan sosial, serta pengalaman emosional yang menyakitkan. Pengalaman-pengalaman tersebut tidak hanya memengaruhi cara Ale merespons lingkungan, tetapi juga membentuk perasaan, pikiran, dan sikapnya terhadap kehidupan. Namun, tidak semua pengalaman organisme tersebut dapat diterima secara utuh, sehingga menimbulkan ketegangan dalam dirinya. Berikut kutipan yang menggambarkan konsep organisme (*organism*) pada diri tokoh Ale:

Kutipan (1)

“Di kota yang penuh gegap gempita ini, entah kenapa aku merasa sepi sekali.”
(SMASM/O/2025/2)

Kutipan tersebut termasuk ke dalam konsep organisme (*organism*). karakteristik organisme tampak melalui adanya realitas subjektif (*subjective reality*) yang dialami tokoh. Dalam kutipan tersebut, tokoh merasakan kesepian meskipun berada di tengah kota yang digambarkan penuh gegap gempita. Perasaan “sepi” yang dialami tokoh menunjukkan bahwa ia memaknai lingkungan di sekitarnya berdasarkan persepsi dan pengalaman batinnya sendiri. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa respons tokoh terhadap lingkungannya tidak ditentukan oleh keadaan objektif yang ada, melainkan oleh cara tokoh mempersepsikan dan merasakan situasi tersebut. Oleh karena itu, kutipan tersebut mencerminkan karakteristik organisme berupa realitas subjektif

(subjective reality), yaitu cara individu memandang dan memaknai realitas berdasarkan pengalaman pribadinya.

Hal ini sejalan dengan pendapat Carl Rogers (dalam Aji, 2025: 27) yang menyatakan bahwa organisme merespons dunia sebagaimana yang dipersepsikan individu, bukan sebagaimana adanya secara objektif. Setiap individu memiliki cara pandang yang unik terhadap dunia yang dipengaruhi oleh pengalaman dan kondisi internalnya. Dalam kutipan tersebut, tokoh tetap merasakan kesepian meskipun berada di tengah suasana kota yang ramai. Dengan demikian, perasaan sepi yang dialami tokoh menunjukkan bahwa realitas yang dirasakan individu tidak selalu sama dengan kondisi objektif yang ada, sehingga kutipan tersebut mencerminkan karakteristik organisme berupa realitas subjektif (subjective reality) sebagaimana yang dikemukakan oleh Rogers.

Kutipan (2)

“Dan tiga bulan lalu, aku didiagnosis depresi akut oleh psikiater...”

“Bangun pagi dengan tubuh yang begitu nyeri, kepala pening...”

(SMASM/O/2025/6)

Kutipan tersebut termasuk ke dalam konsep organisme (organism). Karakteristik organisme tampak melalui adanya totalitas (holism) yang dialami tokoh Ale. Dalam kutipan tersebut, kondisi tokoh Ale tidak hanya ditunjukkan melalui aspek psikologis berupa diagnosis “depresi akut”, tetapi juga melalui aspek fisiologis seperti “tubuh yang nyeri dan kepala yang pening”. Hal ini memperlihatkan bahwa pengalaman yang dialami tokoh Ale merupakan satu kesatuan yang utuh antara kondisi mental dan kondisi fisik. Keadaan psikologis berupa depresi tidak berdiri sendiri, melainkan berpengaruh dan terwujud dalam kondisi tubuh yang juga mengalami ketidaknyamanan. Oleh karena itu, kutipan tersebut mencerminkan karakteristik organisme berupa totalitas (holism), yaitu kesatuan utuh antara aspek fisik, psikis, dan pengalaman individu.

Hal ini sejalan dengan pendapat Carl Rogers (dalam Aji, 2025: 27) yang menyatakan bahwa organisme adalah kesatuan yang utuh dan terpadu, di mana tidak terdapat pemisahan antara pikiran, perasaan, dan kondisi tubuh. Semua aspek tersebut saling berinteraksi dan memengaruhi satu sama lain dalam membentuk pengalaman individu. Dalam kutipan tersebut, kondisi depresi yang dialami tokoh Ale tidak hanya bersifat psikologis, tetapi juga muncul dalam bentuk gejala fisik seperti nyeri “tubuh dan pening kepala”. Dengan demikian, kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengalaman tokoh Ale merupakan kesatuan yang tidak terpisahkan antara aspek mental dan fisik, sehingga kutipan tersebut mencerminkan karakteristik organisme berupa totalitas (holism) sebagaimana dikemukakan oleh Rogers.

2. Diri (Self)

Diri adalah konsep tentang diri sendiri, yaitu persepsi dan keyakinan individu tentang siapa dirinya, apa nilai-nilainya, dan apa kemampuannya. Diri berkembang secara bertahap melalui interaksi dengan lingkungan, terutama interaksi dengan orang-orang signifikan dalam hidupnya. Diri bersifat sadar dan terorganisasi, meskipun mungkin ada aspek-aspek diri yang tidak sepenuhnya disadari. Dalam teori kepribadian humanistik Carl Rogers, konsep self merupakan inti dari keseluruhan struktur kepribadian (Rosadha et al., 2025). Self atau diri merujuk pada persepsi dan nilai yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri, termasuk pandangan tentang siapa dirinya saat ini (self-concept). Berikut adalah kutipan dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati*

karya Brian Khrisna yang termasuk kedalam diri (self). Berikut kutipan yang menggambarkan konsep diri (self) pada diri tokoh Ale:

Kutipan (1)

“Aku kembali menjadi seorang Ale yang dulu, bukan lagi Blek anak buah Murad. Seorang Ale yang pengecut.”

(SMASM/D/2025/117)

Kutipan tersebut menunjukkan konsep diri (self) karena memuat persepsi dan penilaian tokoh terhadap dirinya sendiri sebagai individu yang “pengecut”. Penilaian ini mencerminkan konsep diri (self-concept) yang terbentuk dari pengalaman hidup dan interaksi sosial yang dialaminya. Selain itu, adanya perbandingan antara identitas masa lalu dan kondisi saat ini menunjukkan bahwa diri bersifat dinamis (dynamic structure), di mana tokoh mengalami perubahan namun tetap mempertahankan penilaian tertentu terhadap dirinya.

Hal ini sejalan dengan pendapat Carl Rogers (dalam Aji, 2025: 31) yang menyatakan bahwa diri merupakan pola persepsi individu tentang dirinya yang berkembang melalui pengalaman dan interaksi dengan lingkungan.

Kutipan (2)

“Ngomongin? Ah, pasti mereka membicarakan bentuk tubuhku yang buruk rupa ini. Atau kalau tidak, mereka pasti bergosip tentang bau badanku yang selalu menyengat dan mengganggu sekitar.”

(SMASM/D/2025/124)

Kutipan tersebut menunjukkan konsep diri karena memuat persepsi dan penilaian tokoh terhadap dirinya sendiri secara negatif, terutama terkait kondisi fisik dan penerimaan sosial. Hal ini mencerminkan self-concept yang terbentuk dari pengalaman interaksi sosial yang kurang menyenangkan. Selain itu, kutipan ini juga menunjukkan diri subjektif (subjective self), yaitu bagaimana tokoh merasakan dan menilai dirinya secara emosional. Penilaian negatif yang berulang tersebut membentuk konsep diri yang cenderung menetap dalam diri tokoh.

Hal ini sejalan dengan pendapat Carl Rogers (dalam Aji, 2025: 30) yang menyatakan bahwa konsep diri berkembang melalui pengalaman dan respons lingkungan terhadap individu.

3. Diri Ideal (*Ideal Self*)

Diri ideal merupakan gambaran tentang diri yang diharapkan atau diinginkan oleh individu. Citra diri ideal merupakan pandangan pribadi terhadap masa depan sesuai dengan ekspektasi yang diciptakan (Pangaribuan, 2020). Diri ideal berisi harapan, cita-cita, dan standar tentang bagaimana seseorang ingin menjadi. Ketika terdapat jarak yang besar antara konsep diri dan diri ideal, individu akan mengalami ketegangan psikologis. Diri ideal (ideal self) adalah seseorang yang diinginkan, yaitu atribut atau kualitas yang ingin di capai, serta diri seperti yang di inginkan. (Syifa Asha Umarta, 2023). Maka dari itu, diri ideal (ideal self) dapat didefinisikan sebagai keinginan individu terhadap dirinya yang ingin dicapai, atau diharapkan. Berikut adalah kutipan dalam novel yang termasuk kedalam diri ideal (*ideal self*) pada diri tokoh Ale.

Kutipan (1)

“Bu, seharusnya aku tumbuh menjadi lelaki yang bisa mengerjakan sesuatu dengan baik dan benar dalam hidupku. Seharusnya aku bisa menjadi lelaki yang punya mimpi.”

(SMASM/DI/2025/14)

Kutipan tersebut menunjukkan konsep diri ideal (ideal self) karena memuat gambaran tentang diri yang diharapkan tokoh, yaitu menjadi individu yang baik agar memperoleh perlakuan yang sama dari orang lain. Hal ini mencerminkan harapan dan aspirasi (hopes and aspirations) untuk menjadi pribadi yang diterima, sekaligus menunjukkan bahwa diri ideal tokoh terbentuk dari pengaruh norma sosial (influenced by social norms), di mana kebaikan dipandang sebagai standar untuk mendapatkan penerimaan. Namun, pernyataan “semua itu percuma” menunjukkan adanya kesenjangan antara diri aktual dan diri ideal, sehingga menimbulkan kekecewaan dan konflik batin dalam diri tokoh. Dengan demikian, diri ideal dalam kutipan ini juga berfungsi sebagai sumber konflik (source of conflict) karena tidak sesuai dengan realitas yang dialami.

Hal ini sejalan dengan pendapat Carl Rogers (dalam Aji, 2025: 31) yang menyatakan bahwa diri ideal merupakan gambaran diri yang dipengaruhi oleh harapan dan tuntutan lingkungan, yang dapat menjadi pendorong sekaligus sumber konflik ketika tidak selaras dengan kondisi diri aktual.

Kutipan (2)

“Sejatinya, aku bisa mengerti mengapa teman Ipul memilih memutus hubungan dengan ibunya. Sebab, jika aku diharuskan memilih antara orangtua yang selalu menghina, menimbulkan luka, dan bahkan tak pernah memujiku, dengan sesosok perempuan yang bisa mencintaiku dan membuatku bahagia, bahkan menyayangiku, detik itu juga aku akan memutuskan hubungan dengan ibuku.”

(SMASM/DI/2025/140)

Kutipan tersebut menunjukkan konsep diri ideal karena tokoh memiliki gambaran kehidupan yang diinginkan, yaitu hidup bersama orang yang mampu mencintai, menerima, dan menghargainya apa adanya. Hal ini mencerminkan karakteristik harapan dan aspirasi (hopes and aspirations) karena tokoh menunjukkan keinginan untuk memperoleh kebahagiaan dan penerimaan yang tidak ia dapatkan dari keluarganya. Kutipan tersebut juga memperlihatkan adanya dorongan untuk mencapai kehidupan yang dianggap lebih baik bagi dirinya.

Hal tersebut sejalan dengan pendapat Carl Rogers (dalam Aji, 2025: 41) yang menyatakan bahwa diri ideal (ideal self) merupakan gambaran diri dan kehidupan yang ingin dicapai individu melalui harapan dan aspirasi (hopes and aspirations) tertentu. Rogers menjelaskan bahwa individu membentuk diri ideal berdasarkan kondisi kehidupan yang dianggap mampu memberikan makna, penerimaan, dan kebahagiaan bagi dirinya.

B. Konflik Batin akibat Ketidaksesuaian (*Incongruence*) antara Organisme (*Organism*), Diri (*Self*), dan Diri Ideal (*Ideal Self*)

Menurut Carl Rogers, konflik psikologis terjadi ketika terdapat ketidaksesuaian (incongruence) antara pengalaman organisme, konsep diri dan diri ideal. Incongruence terjadi ketika ada ketidaksesuaian antara konsep diri dan pengalaman nyata, yang menyebabkan kecemasan, stres, dan ketidakpuasan (Harsantik et al., 2025).

Ketidaksesuaian ini menimbulkan konflik pada diri seseorang, adanya ketidaklarasan pada konsep kepribadian menyebabkan terjadinya konflik batin.

Konflik batin tokoh Ale dapat dipahami sebagai akibat dari incongruence yang kuat antara konsep diri negatif dengan diri ideal yang tidak tercapai, sehingga mendorong munculnya depresi dan keinginan bunuh diri. Berikut disajikan kutipan beserta pembahasan analisis konflik batin tokoh yang terbentuk akibat ketidaksesuaian (*incongruence*) antara pengalaman organismik, konsep diri (*self*), dan diri ideal (*ideal self*).

Kutipan (1)

a. Organisme (Organism)

“Seumur hidupku, tidak pernah ada satu wanita cantik pun yang menyapaku seperti tadi. wanita biasa pun biasanya hanya melengos tiap melihatku.”
(SMASM/O/2025/102)

Kutipan tersebut menunjukkan organisme karena memuat pengalaman hidup tokoh yang merasa diabaikan dan tidak diterima oleh orang lain akibat kondisi fisiknya. Pengalaman ini bersifat subjektif dan membentuk realitas emosional tokoh terhadap lingkungan sosialnya. Kondisi tersebut menjadi dasar munculnya ketegangan psikologis ketika tidak selaras dengan harapan yang dimiliki tokoh.

b. Diri (Self)

“Bentuk badanku yang tinggi 189 cm dengan berat badan 138 kg dan kulit hitam ini membuat orang-orang enggan mendekat lebih lama.”
(SMASM/D/2025/7)

Kutipan tersebut menunjukkan konsep diri karena memuat pandangan negatif tokoh terhadap kondisi fisiknya yang dianggap membuat orang lain menjauh. Penilaian tersebut mencerminkan konsep diri yang rendah dan dipenuhi rasa tidak percaya diri. Konsep diri tersebut memperkuat ketidaksesuaian ketika dibandingkan dengan harapan tokoh untuk dapat diterima oleh orang lain.

c. Diri Ideal (Ideal Self)

“Ta... tapi... apakah ada yang mau sama orang seperti saya ini?”
(SMASM/DI/2025/149)

Kutipan tersebut menunjukkan diri ideal karena memuat harapan tokoh untuk dapat dicintai dan diterima oleh orang lain. Keinginan tersebut mencerminkan aspirasi tokoh terhadap hubungan yang penuh kasih sayang dan penerimaan. Namun, harapan tersebut bertentangan dengan pengalaman hidup dan konsep diri negatif yang dimiliki tokoh.

Berdasarkan ketiga kutipan tersebut, terlihat adanya ketidaksesuaian antara pengalaman organisme, konsep diri, dan diri ideal tokoh. Pengalaman organisme berupa penolakan sosial akibat kondisi fisik membentuk realitas emosional yang negatif, kemudian diperkuat oleh konsep diri tokoh yang memandang dirinya sebagai sosok yang tidak menarik dan sulit diterima. Di sisi lain, tokoh memiliki diri ideal yang bertolak belakang, yaitu keinginan untuk dicintai dan diterima oleh orang lain. Perbedaan antara pengalaman yang dialami, cara tokoh memandang dirinya, dan gambaran diri yang diharapkan menunjukkan adanya incongruence dalam dirinya. Kondisi ini menimbulkan konflik batin karena tokoh berada dalam ketegangan antara rasa rendah diri dan harapan untuk memperoleh penerimaan serta kasih sayang dari orang lain.

Hal ini sejalan dengan pendapat Carl Rogers (dalam Aji, 2025: 34) yang menyatakan bahwa inkongruensi terjadi ketika terdapat ketidaksesuaian antara

pengalaman organisme, konsep diri, dan diri ideal, yang dapat menimbulkan ketegangan psikologis dan konflik batin dalam diri individu.

C. Proses Aktualisasi Diri Tokoh Ale dalam Mengatasi Konflik Batin berdasarkan Teori Carl Rogers

Konsep aktualisasi diri merupakan salah satu gagasan sentral dalam psikologi humanistik yang dikemukakan oleh Carl Rogers. Rogers menekankan bahwa setiap individu memiliki dorongan bawaan untuk berkembang, mewujudkan potensi dirinya, serta menjadi versi terbaik dari dirinya sendiri (Walfajri, 2024). Aktualisasi diri tidak dipahami sebagai suatu kondisi akhir yang statis, melainkan sebagai proses dinamis yang berlangsung secara berkelanjutan sepanjang kehidupan individu. Rogers juga berpendapat bahwa aktualisasi diri, yaitu proses untuk mencapai potensi penuh dan menjadi diri yang terbaik (Firmansyah & Khadijah, 2025). Individu yang mampu menerima dirinya sendiri dan mendapatkan penerimaan positif akan lebih mudah mencapai aktualisasi diri.

Kutipan (1)

“Aku yang dulu selalu melihat dunia hanya warna abu-abu, kini bisa melihat matahari tenggelam berwarna merah tembaga.”

(SMASM/AD/2025/173)

Kutipan tersebut menunjukkan proses aktualisasi diri karena tokoh mulai mampu menikmati dan memaknai pengalaman hidup secara lebih positif. Perubahan cara pandang tokoh terhadap dunia menunjukkan adanya keterbukaan terhadap pengalaman serta kemampuan untuk hidup secara eksistensial, yaitu menikmati kehidupan pada saat ini tanpa terus terjebak dalam penderitaan masa lalu.

Hal ini sejalan dengan pendapat Carl Rogers (2025: 20–21) yang menyatakan bahwa individu yang berada dalam proses aktualisasi diri akan terbuka terhadap pengalaman dan mampu hidup secara eksistensial, yaitu menghargai pengalaman hidup pada saat ini (*here and now*).

SIMPULAN

Analisis terhadap konflik batin tokoh Ale dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna berdasarkan teori kepribadian Carl Rogers menunjukkan bahwa konflik batin tokoh terbentuk melalui interaksi antara organisme (*organism*), diri (*self*), dan diri ideal (*ideal self*). Pengalaman hidup yang penuh tekanan, penolakan, dan kesepian membentuk konsep diri negatif, sedangkan diri ideal tokoh diwujudkan melalui harapan untuk diterima, dicintai, dan menjalani kehidupan yang lebih bermakna. Ketidaksesuaian (*incongruence*) antara pengalaman hidup, konsep diri, dan diri ideal menjadi sumber utama konflik batin yang dialami tokoh. Meskipun demikian, tokoh Ale menunjukkan proses aktualisasi diri melalui penerimaan terhadap pengalaman hidup, keterbukaan terhadap dukungan sosial, dan munculnya pemaknaan hidup yang lebih positif. Temuan ini mengimplikasikan bahwa teori Carl Rogers relevan digunakan untuk mengungkap dinamika kepribadian dan konflik batin tokoh dalam karya sastra. Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan kajian psikologi sastra dengan menggunakan perspektif psikologi humanistik lainnya atau membandingkan dinamika kepribadian tokoh dalam novel yang berbeda guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai representasi konflik batin dalam karya sastra.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, P. (2025). *Carl Rogers: Seni Mendengarkan dengan Empati*. Publisher Elementa Media.
- Aryani, A., & Rafsanjani, F. R. (2020). Kepribadian Humanistik Rogers pada Novel Mama Karya Wulan Mulya Pratiwi dan Erby S. (Kajian Psikologi Sastra). *Akrab Juara : Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial*, 5(2), 263–283. <https://doi.org/10.58487/akrabjuara.v5i2.1087>
- Fadhil, F. A. F., Riadi, B., & Prayogi, R. (2024). Literature Review: Konflik Batin DALAM Novel pada Artikel Tahun 2017-202. *Aksentuasi: Jurnal Ilmiah Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 5(2), 101–105.
- Faradila, N. A., Sutejo, S., & Suprayitno, E. (2023). Konflik Batin Tokoh Utama dalam Novel Mengapa Aku Cantik Karya Wahyu Sujani. *LEKSIS: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 3(2). <https://doi.org/10.60155/leksis.v3i2.355>
- Fiantika, F., Wasil, M., Jumiyati, S., Honesti, L., Wahyuni, S., Mouw, E., Jonata, Mashudi, I., Hasanah, N., Maharani, A., Ambarwati, K., Noflidaputri, R., Nuryami, & Waris, L. (2022). *Metodologi Penelitian Kualitatif*.
- Firmansyah, T. W., & Khadijah, K. (2025). Integrasi Teori Humanistik Abraham Maslow, Carl Rogers dan Terapi Transpersonal dalam Mewujudkan Transformasi Diri dan Penyembuhan Psikologis. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 5(3), 4511–4526. <https://doi.org/10.31004/innovative.v5i3.18916>
- Harahap, D. (2020). Teori Carl Rogers dalam Membentuk Pribadi dan Sosial yang Sehat. *Jurnal Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(2), 321–334. <https://doi.org/10.24952/bki.v2i2.3174>
- Harsantik, G. S. S., Habsy, B. A., & Purwoko, B. (2025). Paradigma Konsep Diri dalam Pendekatan Konseling Person Centered Therapy: Kajian Literatur. *Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(2), 2807–2823. <https://doi.org/10.33394/realita.v10i2.16035>
- Khrisna, B. (2025). *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati*. PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Mala, N. N., Sucipto, (Dr.), Muhajir, (Dr.), & Purnamasari, (Dr.) Hetty. (2024). *Menulis Kreatif Karya Sastra*. Ruang Karya Bersama.
- Munanto, S., & Rahima, A. (2020). *Watak Tokoh Protagonis dalam Novel Perang Karya I Gusti Ngurah Putu Wijaya*. 4(1).
- Nathaniela, A. O. D., & Israhayu, E. S. (2025). Konflik batin pada tokoh utama dalam novel lost in Ningxia karya Asma Nadia. *Jurnal Pendidik Indonesia*, 6(2), 75–87. <https://doi.org/10.61291/jpi.v6i2.87>
- Nurhayati, Apriyanto, H., Ahsan, J., & Hidayah, N. (2024). *Metodologi Penelitian Kualitatif (Teori dan Praktik)*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Pramono, O. (2021). *Mendamaikan Konflik Batin: Cara Praktis Mengolah Emosi dan Mengatasi Tekanan Hidup*. Araska.
- Putri, N., Kastari, S., & Ramadhan, S. (2020). Konflik Batin Tokoh Utama dalam Novel Assalamualaikum Beijing Karya Asma Nadya. *Deiksis*, 12(02), 200–205. <https://doi.org/10.30998/deiksis.v12i02.3797>
- Rosadha, S. A., Afkar, T., & Fatoni, A. (2025). Bentuk Kepribadian Diri dalam Novel Cinta Dalam Ikhlas Karya Abay Adhitya Kajian Carl Rogers. *Jurnal Transformasi Pendidikan dan Pembelajaran*, 9(3). <https://journal.fexaria.com/j/index.php/jtpp/article/view/521>
- Sita, F. N., Jamal, H. S., & Hartati, D. (2021). Kajian Sastra Bandingan Novel Salah Asuhan dengan Novel Layla Majnun: Pendekatan Psikologi Sastra. *Lingua Franca: Jurnal Bahasa, Sastra, dan Pengajarannya*, 5(2), 131–148. <https://doi.org/10.30651/lf.v5i2.8663>

- Sofwatillah, Risnita, Jailani, M. S., & Saksitha, D. A. (2024). Teknik Analisis Data Kuantitatif dan Kualitatif dalam Penelitian Ilmiah. *Jurnal Genta Mulia*, 15(2), 79–91.
- Syifa Asha Umarta, Wustari. L. M. (2023). *Pengaruh Konsep Diri Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa*. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.8377018>
- Walfajri, N. A. (2024). *Pengantar Psikologi Sastra*. CV. Literasi Nusantara Abadi.
- Wati, M. P. F., Warni, W., & Harahap, E. P. (2025). Analisis Konflik Batin Tokoh Algra dalam Novel Algrafi Karya Dwi Berliana: Kajian Psikologi Sastra Freud. *Jurnalistrendi: Jurnal Linguistik, Sastra, dan Pendidikan*, 10(1), 208–224. <https://doi.org/10.51673/jurnalistrendi.v10i1.2429>