

Sarahita Ahmad. 2026. *Konflik Batin Tokoh Utama Dalam Novel Tersesat Setelah Terlahir Kembali Karya Yoga Zen*, Skripsi, Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Trunodjoyo Madura. Pembimbing: Syekhfani Alif Akbar, M.Hum.

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh urgensi fenomena darurat kesehatan mental dan trauma psikologis sosiokultural yang tecermin dalam karya sastra kontemporer. Masalah utama dalam novel ini berpusat pada pergulatan batin mendalam dari seorang tokoh utama yang tidak bisa berdamai dengan dirinya sendiri, serta mengalami kegagalan berulang dalam menemukan jati diri di tengah bayang-bayang trauma masa lalu dan rasa bersalah. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap bentuk-bentuk konflik batin dan mekanisme pertahanan ego yang dialami oleh tokoh utama dalam novel *Tersesat Setelah Terlahir Kembali* karya Yoga Zen. Dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra dan teori psikoanalisis Anna Freud, penelitian deskriptif kualitatif ini mengidentifikasi empat bentuk konflik batin, yaitu pertentangan antara ego dengan id, superego, dunia luar, serta kecenderungan psikis tokoh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh utama menggunakan tujuh jenis mekanisme pertahanan diri untuk mengatasi kecemasannya, yang meliputi represi, rasionalisasi, proyeksi, pembentukan reaksi, pengalihan, penyangkalan, dan sublimasi. Penggunaan mekanisme ini secara dominan berfungsi sebagai perisai psikologis bagi tokoh utama untuk mempertahankan keseimbangan mentalnya di tengah situasi traumatis dan tekanan lingkungan sosiokultural yang mencekam. Berdasarkan temuan tersebut, penelitian ini memberikan kontribusi nyata bagi masyarakat luas dalam meningkatkan kesadaran emosional (*awareness*) akan pentingnya manajemen kesehatan mental, serta menjadi acuan edukatif bagi individu dalam mengelola trauma agar tidak bertransformasi menjadi tindakan yang merusak diri sendiri maupun lingkungan sekitar. Selain itu, penelitian ini juga dapat memperkaya kajian psikologi sastra melalui pendekatan interdisipliner dengan sosiologi sastra. Kajian mendatang diharapkan dapat menguji bagaimana dinamika batin dan gangguan mental tokoh utama tidak hanya dipicu oleh konflik personal, tetapi juga dibentuk oleh tekanan sosiokultural, dan tradisi masyarakat yang melingkupinya.

Kata Kunci: konflik batin, tokoh utama, novel, psikoanalisis Anna Freud.

Sarahita Ahmad. 2026. *The Inner Conflict of the Main Character in Yoga Zen's Novel "Tersesat Setelah Terlahir Kembali" (Lost After Rebirth)*. Thesis, Indonesian Language and Literature Education Study Program, Department of Education, Faculty of Teacher Training and Education, Trunodjoyo University, Madura. Supervisor: Syekhfani Alif Akbar, M.Hum.

ABSTRACT

This research is motivated by the urgency of the mental health emergency phenomenon and sociocultural psychological trauma reflected in contemporary literary works. The main problem in this novel centers on the deep inner struggle of a main character who cannot make peace with himself, and experiences repeated failures in finding his identity amidst the shadow of past trauma and guilt. This study aims to reveal the forms of inner conflict and ego defense mechanisms experienced by the main character in the novel Tersesat Setelah Terlahir Kembali by Yoga Zen. By using a literary psychology approach and Anna Freud's psychoanalytic theory, this qualitative descriptive study identifies four forms of inner conflict, namely the conflict between the ego and the id, the superego, the external world, and the character's psychological tendencies. The results of the study show that the main character uses seven types of self-defense mechanisms to overcome his anxiety, which include repression, rationalization, projection, activation formation, activation, denial, and sublimation. The use of these mechanisms predominantly functions as a psychological shield for the main character to maintain his mental balance amidst traumatic situations and the pressures of a tense sociocultural environment. Based on these findings, this research provides a real contribution to the wider community in increasing emotional awareness of the importance of mental health management, as well as serving as an educational reference for individuals in managing trauma so that it does not transform into actions that are detrimental to themselves or their surroundings. Furthermore, this research can also enrich the study of literary psychology through an interdisciplinary approach with sociological literature. Future studies are expected to examine how the inner dynamics and mental disorders of the main characters are not only triggered by personal conflicts, but also caused by sociocultural pressures and the traditions of the society that surrounds them.

Keyword: inner conflict, the main character, novel, Anna Freud's psychoanalysis.