

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam beberapa tahun terakhir ini, media sosial dan pemberitaan banyak mengungkap kasus orang-orang yang mengakhiri hidupnya karena salah satu gangguan mental yang paling umum, yaitu depresi. Seseorang yang mengalami depresi dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti pengalaman traumatis, pola pikir negatif, tekanan sosial, ekspektasi yang tinggi, serta kurangnya tempat yang aman untuk mengekspresikan emosi mereka. Akibatnya, orang yang mengalami depresi mudah putus asa, kehilangan motivasi, hingga memiliki keinginan untuk mengakhiri hidup. Meskipun depresi sering berkaitan dengan perempuan, angka bunuh diri lebih tinggi pada laki-laki karena norma sosial yang menuntut mereka untuk memendam masalah dan tidak boleh menunjukkan kelemahan, sehingga laki-laki kesulitan untuk mengekspresikan perasaan yang sebenarnya. Akibatnya, krisis makna hidup yang dialami laki-laki sering kali tersembunyi dan tidak tertangani (Albert, 2015:219). Laki-laki memiliki gejala depresi yang sama dengan perempuan, seperti rasa bersalah, kepercayaan diri yang rendah, rasa lelah, dan tidak memiliki masa depan. Akan

tetapi, laki-laki kesulitan untuk mengekspresikan perasaannya, sehingga mereka melampiaskan rasa tertekannya melalui rokok, kemarahan, perilaku agresif, obat-obatan terlarang, atau mabuk-mabukan.

Depresi dan makna hidup saling berkaitan erat. Depresi dapat membuat seseorang merasa hidupnya tidak lagi bermakna, sebaliknya, kehilangan makna hidup dapat menjadi faktor risiko depresi. Masalah depresi dan kehilangan makna hidup sering kali diangkat dalam karya sastra sebagai bentuk ungkapan pengalaman dan perasaan manusia. Hal ini sesuai dengan pengertian dari karya sastra yang merupakan cerminan realitas kehidupan manusia yang memuat pengalaman, emosi, pemikiran, dan pandangan hidup manusia. Sejalan dengan pendapat Sumaryanto (2019: 1), bahwa karya sastra dapat dikatakan sebagai kehidupan rekaan pengarang dalam menghasilkan karyanya. Maka dari itu, pengarang menciptakan karya sastra untuk menuangkan pemikiran dan perasaannya berdasarkan pandangan hidupnya, kegelisahan, harapan, serta kritik terhadap dunia, sehingga karya tersebut tidak hanya mengandung unsur keindahan, tetapi juga mengandung makna filosofi, sosial, dan psikologis.

Novel merupakan salah satu bentuk karya sastra yang paling dekat dengan realitas kehidupan setiap orang.

Sari (2022:97) menjelaskan bahwa novel merupakan sebuah karya imajinatif yang menggambarkan secara utuh konflik kehidupan yang dialami oleh tokoh-tokoh dalam cerita. Dalam novel, pengarang menggunakan emosi, imajinasi, pengalaman, dan penghayatannya untuk membangun alur cerita dan karakter yang mampu menggambarkan konflik batin dalam kehidupan manusia.

Permasalahan psikologis dan sosial manusia dapat terlihat di dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna. Novel ini menggambarkan kehidupan tokoh Ale sebagai laki-laki yang mengalami krisis eksistensial berupa krisis makna hidup dan keterasingan dari lingkungan sosial. Brian Khrisna lahir di Bandung pada tanggal 17 Januari 1992. Ia adalah seorang penulis Indonesia yang di kenal dengan karya-karyanya yang mengangkat tema romansa dan isu sosial. Brian Khrisna memulai karier menulisnya melalui platform Tumblr pada tahun 2010 dengan nama pena “Mbeer”. Sebagai anak dari pedagang warung tegal (warteg), pengalaman hidupnya yang sederhana dan penuh tantangan menjadi inspirasi bagi karya-karyanya. Ia juga telah menulis sepuluh buku, termasuk *Merayakan Kehilangan* (2016), *Kudasai* (2019), *Parable* (2021), *Sisi*

Tergelap Surga (2023), Bandung Menjelang Pagi (2024), dan Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati (2025).

Di dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati*, Brian Khrisna menulis tentang kehidupan seorang karyawan tetap bernama Ale yang didiagnosis mengidap depresi akut. Tokoh Ale, sebagai tokoh utama mengalami penolakan sosial dan merasa hidupnya tidak berharga, sehingga ia memutuskan untuk mengakhiri hidup di hari ulang tahunnya yang ke-37. Namun, sebelum melaksanakan niat tersebut, Ale memiliki satu keinginan sederhana, yaitu menikmati seporsi mie ayam. Ironisnya, melalui keinginan yang tampak sederhana itu, Ale justru menemukan makna kehidupan melalui interaksinya dengan orang-orang yang mengalami masalah yang hampir sama, yaitu mengalami keterpurukan, kelelahan, dan kebosanan dalam menjalani kehidupan. Akan tetapi, mereka memilih untuk tetap bertahan, meskipun berada dalam situasi kehidupan yang penuh tekanan dan ketidakpastian.

Novel yang ditulis oleh Brian Khrisna ini, sesuai dengan persoalan hidup manusia, bahwa penderitaan dan ketidakberdayaan menjadi bagian dari dinamika kehidupan manusia. Dalam kehidupan sehari-hari, kita sering kali menemukan orang-orang yang mengalami

tekanan mental, baik tekanan dari keluarga atau pekerjaannya, sehingga tekanan tersebut dapat menimbulkan gangguan psikologis dan besarnya keinginan seseorang untuk melakukan bunuh diri. Hal tersebut dapat disebabkan oleh rasa hampa, kekosongan hidup, dan kecemasan, sehingga manusia mengalami ketidakbermaknaan hidup yang muncul dalam bentuk kevakuman eksistensial. Kevakuman eksistensial adalah kondisi seseorang kehilangan arah dan tujuan hidup. Menurut penuturan Viktor Frankl, kevakuman ekistensial merupakan situasi di mana seseorang merasa hidupnya tidak lagi memiliki makna. Jika krisis ini dibiarkan terus-menerus, maka akan berkembang menjadi neurosis noogenik, yaitu gangguan psikologis manusia akibat kehilangan makna hidup (Purnama, 2021: 106). Di dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati*, tokoh Ale merepresentasikan seorang laki-laki yang mengalami keputusasaan dan merasa bahwa hidupnya tidak memiliki makna, yang sering kali menjadi masalah kejiwaan dalam kehidupan kita saat ini. Pertemuan Ale dan interaksinya dengan orang-orang yang mengalami kesulitan serupa menegaskan pentingnya dukungan sosial dan penerimaan diri dalam proses pemulihan dan menemukan makna hidup.

Novel yang ditulis dengan gaya jenaka dan sederhana ini, terinspirasi dari kisah nyata para penyintas depresi berat, yang mampu bertahan hidup ditengah keputusan. Dalam penulisannya, Brian Khrisna menggunakan sudut pandang orang pertama untuk memberikan kesan kepada pembaca, sehingga pembaca dapat memahami pemikiran dan perasaan tokoh utamanya. Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* menekankan bahwa penerimaan bukanlah bentuk penyerahan, melainkan sikap seseorang dalam menghadapi realitas kehidupan dengan kesadaran dan keberanian. Penerimaan tersebut menjadi landasan untuk memperbaiki diri dan menemukan kebahagiaan meskipun dalam keterbatasan dan penderitaan, sehingga novel ini memberikan pemahaman kepada kita untuk dapat menemukan makna hidup dan perjuangan menghadapi depresi.

Beberapa penelitian terdahulu telah mengkaji tokoh utama dalam novel yang mengangkat psikologis dan makna hidup, namun masih memiliki keterbatasan. Penelitian Ressa Istiana (2020) membahas struktur kepribadian tokoh utama anak perempuan dengan menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud. Penelitian Vina Amelia (2013) menganalisis makna hidup tokoh Baachan dengan pendekatan eksistensialisme dan

teori logoterapi Viktor Frankl. Penelitian Ramadhela Vaneta Putri Silvian (2024) mengkaji sikap menyalahkan diri dalam menghadapi trauma menggunakan pendekatan psikologi sastra dan teori logoterapi Viktor Frankl. Selain itu, novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna sudah ada yang meneliti sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Barkatun Nisa Alfia dan Syahabuddin (2025) dengan membahas transformasi eksistensial meliputi kebebasan dan tanggung jawab tokoh menggunakan pendekatan eksistensialisme Sartre. Berbeda dari penelitian tersebut, penelitian ini menggunakan teori logoterapi Viktor Frankl dengan pendekatan psikologi sastra.

Berdasarkan pemaparan latar belakang tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian ini untuk menganalisis keadaan kejiwaan tokoh Ale. Analisis diarahkan melalui krisis makna hidup, proses pencarian makna, dan nilai-nilai makna hidup. Oleh karena itu, peneliti memutuskan untuk meneliti novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* dengan judul **“Kebermaknaan Hidup Tokoh Ale Dalam Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna: Kajian Psikologi Sastra”**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, rumusan masalah penelitian ini, antara lain:

- 1.2.1 Bagaimana bentuk krisis makna hidup yang dialami tokoh Ale dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna?
- 1.2.2 Bagaimana proses pencarian makna hidup tokoh Ale dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna?
- 1.2.3 Bagaimana nilai-nilai makna hidup tokoh Ale tercermin dalam dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna?

1.3 Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah dilakukan supaya penelitian lebih berfokus dan tidak melebar dari masalah dan tujuan utama penelitian. Penelitian ini tidak membahas seluruh isi novel atau tokoh-tokoh yang ada dalam novel, tetapi penulis hanya menganalisis tokoh utama, yaitu tokoh Ale dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna melalui kutipan-kutipan berupa narasi, monolog, dan dialog.

1.4 Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah yang telah dipaparkan, maka tujuan penelitian ini, yaitu:

- 1.4.1 Menganalisis bentuk krisis makna hidup tokoh Ale dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna
- 1.4.2 Menganalisis proses pencarian makna hidup tokoh Ale dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna
- 1.4.3 Menganalisis nilai-nilai makna hidup yang tercermin dalam perjalanan hidup tokoh Ale dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih ilmiah dalam pengembangan kajian sastra, terutama dalam psikologi sastra. Penelitian ini juga diharapkan dapat memperluas cakupan kajian tentang makna hidup dalam karya sastra modern Indonesia dan menambah wawasan keilmuan mengenai teori psikologi eksistensial Viktor Frankl melalui logoterapi.

1.5.2 Manfaat Praktis

1.5.2.1 Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan tentang penerapan teori logoterapi Viktor Frankl melalui karya sastra dengan pendekatan psikologi sastra, khususnya dalam menganalisis bentuk krisis makna hidup, proses pencarian makna hidup, dan nilai-nilai makna hidup tokoh dalam novel.

1.5.2.2 Bagi Pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pembaca, terutama bagi mahasiswa Sastra Indonesia mengenai pentingnya menemukan alasan atau makna hidup dalam segala situasi kehidupan dan pentingnya menjaga kesehatan mental dalam menghadapi tantangan hidup. Selain itu, penelitian ini juga dapat digunakan sebagai rujukan oleh peneliti selanjutnya yang ingin membahas masalah yang sejenis.

1.6 Metode Penelitian

Adapun penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Penelitian kualitatif adalah jenis atau pendekatan penelitian yang data-datanya berupa kata-kata atau kalimat, bukan data numerik, sedangkan penelitian

deskriptif adalah pendekatan penelitian yang bertujuan menggambarkan atau menjelaskan fenomena, peristiwa, atau objek yang ada, tanpa mengubah, membandingkan, atau menilai fenomena tersebut (Abubakar, 2021; Azwardi, 2018). Sejalan dengan pendapat Sujarweni (2014: 19), bahwa penelitian kualitatif digunakan untuk penelitian mengenai kehidupan masyarakat, sejarah, tingkah laku, aktivitas sosial, dan lain-lain. Oleh karena itu, penelitian kualitatif bertujuan memahami fenomena atau gejala sosial dengan cara memberikan pemaparan melalui gambaran yang jelas dalam uraian kalimat. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk mendeskripsikan bentuk krisis makna hidup, proses pencarian makna hidup, dan nilai-nilai makna hidup tokoh Ale dalam novel dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna.

Sumber data adalah informasi yang dapat digunakan sebagai dasar untuk mendapatkan data. Menurut Abubakar (2021: 57), sumber data dalam penelitian merupakan subjek tempat data diperoleh atau diambil. Namun, dalam penelitian sastra, sumber data diperoleh dari teks atau karya sastra yang menjadi objek analisis. Adapun penelitian ini menggunakan dua sumber data, yaitu data primer dan data sekunder. Sumber data

primer dalam penelitian ini diperoleh dari karya sastra berupa novel. Dengan demikian, sumber data primer dalam penelitian ini berupa novel yang dijadikan sebagai objek material dalam penelitian, yaitu *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna yang diterbitkan oleh PT Gramedia Widiasarana pada tahun 2025 dengan tebal buku 216 halaman. Kemudian, sumber data sekunder adalah materi atau informasi yang diperoleh dari data lain untuk mendukung analisis teks karya sastra. Adapun sumber data sekunder dalam penelitian diambil dari hasil studi kepustakaan dengan membaca buku-buku, artikel ilmiah, skripsi, dan sumber lain yang mendukung analisis terhadap novel dan berkaitan dengan pokok pembahasan mengenai makna hidup.

Untuk mencapai hasil temuan penelitian, peneliti perlu menyusun langkah-langkah penelitian melalui teknik pengumpulan data dan teknik analisis data. Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang efektif dalam suatu penelitian. Oleh karena itu, teknik pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh data yang akurat dan relevan. Adapun teknik pengumpulan data pada penelitian ini dengan menggunakan teknik simak catat dan studi kepustakaan. Teknik simak catat merupakan langkah-langkah atau cara peneliti memperoleh dan mencatat data-

data yang relevan dengan masalah penelitian (Sudaryanto dalam Faruk, 2024: 25). Teknik simak catat dilakukan dengan membaca seluruh isi novel dan mencatat kutipan-kutipan yang sesuai dengan rumusan masalah pada tokoh Ale dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna, baik melalui dialog, monolog, atau narasi. Seluruh kutipan yang terkumpul dikategorikan dan disusun ke dalam lampiran, sehingga terdokumentasi dengan lengkap dan sistematis. Studi kepustakaan (*Library Research*) menurut Azwardi (2018: 4), bertujuan untuk memperoleh data sekunder sebagai dasar teoritis yang relevan dengan permasalahan penelitian. Sumber-sumber dari buku teori, jurnal ilmiah, skripsi dan artikel penelitian lain dapat dijadikan rujukan untuk memperkuat kerangka berpikir dan mendukung hasil analisis. Studi pustaka dalam penelitian dilakukan dengan membaca dan memahami buku, artikel ilmiah, atau skripsi yang mendukung dan membahas tentang makna hidup.

Setelah data dikumpulkan, penulis perlu memastikan dan memverifikasi kembali sumber data yang diperlukan dalam proses analisis data. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis isi (*content analysis*). Analisis isi merupakan teknik pengolahan data yang bertujuan untuk mengkaji isi pesan yang terkandung

dalam suatu karya sastra. Sejalan dengan pendapat ini, Krippendorf (1991: 15) menyatakan bahwa analisis isi adalah suatu teknik analisis data yang digunakan untuk membuat inferensi dari suatu teks melalui proses identifikasi secara terstruktur dan objektif. Maka dari itu, analisis isi dalam penelitian ini dilakukan untuk mengungkap makna, pesan, serta psikologis tokoh Ale dalam teks novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna berdasarkan teori logoterapi Viktor Frankl. Proses analisis dilakukan dengan berbagai tahap, yaitu:

1. Membaca novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna berulang kali untuk memahami isi ceritanya
2. Mencatat kutipan-kutipan, baik narasi, monolog, maupun dialog yang sesuai dengan masalah penelitian
3. Mengelompokkan data ke dalam kategori tertentu, yakni bentuk krisis makna hidup tokoh berupa kevakuman eksistensial dan neurosis noogenik. Selanjutnya, proses pencarian makna hidup tokoh melalui kebebasan berkehendak, kehendak untuk bermakna, dan nilai-nilai makna hidup, yaitu nilai kreatif, nilai penghayatan, dan nilai sikap

4. Menafsirkan kutipan-kutipan dengan menggunakan teori logoterapi Viktor Frankl
5. Menarik kesimpulan yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah penelitian

1.7 Sistematika Penyajian

Sistematika penyajian dalam penelitian sangat diperlukan untuk menguraikan struktur proposal, mulai dari bab pertama hingga bab terakhir.

Bab I Pendahuluan, yaitu memuat (1) Latar Belakang, (2) Rumusan Masalah, (3) Pembatasan Masalah, (4) Tujuan Penelitian, (5) Manfaat Penelitian, (6) Metode Penelitian, dan (7) Sistematika Penyajian.

Bab II Kajian Pustaka, yaitu memuat (1) Tinjauan Pustaka, (2) Landasan Teori, (3) Kerangka Pikir, dan (4) keaslian penelitian.

Bab III Hasil dan Pembahasan, yaitu (1) Hasil penelitian dan (2) Pembahasan.

Bab IV Simpulan dan Saran, yaitu (1) Simpulan dan (2) Saran.