

KONFLIK BATIN TOKOH UTAMA DALAM NOVEL RASA KARYA TERE LIYE: KAJIAN PSIKOLOGI HUMANISTIK ABRAHAM MASLOW

Rifatus Sholihah

Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya
rifatus.22159@mhs.unesa.ac.id

Syamsul Sodik

Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya
syamsulsodik@unesa.ac.id

ABSTRACT

This study examines the inner conflict of the main character in the novel Rasa by Tere Liye using the humanistic psychology of Abraham Maslow. The purpose of this study is to describe the inner conflict of the main character in the novel using the humanistic psychology of Abraham Maslow. The inner conflict of Linda is studied based on Maslow's five levels of hierarchy of needs, namely physiological needs, safety, love and belonging, self-esteem, and self-actualization. This study uses a qualitative descriptive method with data collection techniques in the form of literature studies, recording, and documentation. The data source used in this study is the novel Rasa by Tere Liye. The results of the study show that Linda experiences inner conflict at all five levels of needs. The most dominant inner conflict is in the need for love and belonging, which is reflected in wounds due to wounds and trauma from father figures, conflicts in romantic relationships, and the destruction of friendships. The research findings prove that unfulfilled needs at one level directly hinder the fulfillment of needs at the next level.

Keywords: *inner conflict, humanistic psychology, Maslow's hierarchy of needs, novel*

PENDAHULUAN

Konflik batin merupakan salah satu bentuk gejala psikologis yang paling sering muncul dalam dinamika kehidupan manusia. Kondisi ini terjadi ketika seseorang menghadapi pertentangan antara harapan, kebutuhan, dan kenyataan yang tidak dapat berjalan seiring. Nurgiyantoro (2018) menegaskan bahwa konflik merupakan unsur yang krusial dalam pengembangan cerita fiksi, karena berkembangnya alur sebuah novel sangat dipengaruhi oleh bentuk dan isi konflik yang ada di dalamnya. Muis (2009) menambahkan bahwa manifestasi konflik batin sangat beragam, mulai dari perasaan benci, kecewa, marah, hingga rasa malu dan cemas yang mendalam. Bahkan dalam kondisi tertentu, seperti frustrasi, rasa bersalah, hingga ketidakberdayaan yang mendorong individu pada tindakan-tindakan yang tidak selalu sejalan dengan nilai-nilai yang diyakininya dan merugikan diri sendiri (Husna & Nur Ismail, 2025). Dalam konteks ini, karya sastra bukan sekadar hiburan, melainkan menjadi medium yang mampu merepresentasikan kondisi psikologis manusia secara mendalam dan kompleks.

Novel sebagai salah satu bentuk prosa panjang memiliki kemampuan unik dalam menggambarkan dinamika batin tokoh secara realistis.

Aminuddin (2011) menyatakan bahwa novel tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga merefleksikan kompleksitas kehidupan manusia beserta aspek psikologis yang ada di dalamnya. Melalui penggambaran karakter dan alur cerita, novel mampu menghadirkan representasi perjalanan batin individu yang relevan dengan kondisi psikologis manusia secara universal. Oleh karena itu, kajian terhadap novel dengan pendekatan psikologi menjadi salah satu cara yang paling efektif untuk memahami motivasi, kepribadian, dan pergulatan batin yang dialami tokoh.

Salah satu pendekatan psikologi yang relevan untuk menganalisis dinamika batin tokoh sastra adalah psikologi humanistik Abraham Maslow. Teori hierarki kebutuhan Maslow menyoroti potensi positif manusia dan perjuangannya dalam mencapai aktualisasi diri, mulai dari pemenuhan kebutuhan fisiologis, rasa aman, cinta dan memiliki, harga diri, hingga aktualisasi diri (Ahmadi, 2015). Ketika salah satu kebutuhan tidak terpenuhi, individu akan mengalami ketegangan psikologis yang berpotensi menimbulkan konflik batin yang serius. Pendekatan ini memberikan kerangka analisis yang sistematis dan menyeluruh dalam membedah konflik internal tokoh dalam karya fiksi.

Novel *Rasa* karya Tere Liye yang terbit pada April 2022 menjadi objek kajian dalam penelitian ini. Novel ini menghadirkan tokoh utama bernama Linda, seorang siswi SMA yang ceria namun menyimpan luka emosional yang cukup dalam akibat ketidakhadiran figur ayah sejak masa kecil. Perjalanan hidup Linda dipenuhi dengan berbagai tekanan psikologis, mulai dari trauma masa lalu, dinamika hubungan pertemanan yang kompleks, hingga dilema dalam hubungan asmara. Konflik batin Linda tidak berdiri sendiri, melainkan berkaitan erat dengan hambatan dalam pemenuhan setiap tingkatan kebutuhan sebagaimana yang dijelaskan oleh Maslow.

Kajian psikologi sastra sendiri berpijak pada asumsi bahwa karya sastra merupakan hasil dari proses psikologis dan pemikiran penulis yang berada dalam kondisi setengah sadar, sehingga mencerminkan realitas kejiwaan tokoh yang ditampilkan (Endraswara, 2013). Selaras pernyataan tersebut, Minderop (2010) menambahkan bahwa kondisi psikologis tokoh serta dampak dari tragedi yang mereka alami mendorong para ahli psikologi dan sastra untuk terus mengkaji hubungan antara karya sastra dan ilmu psikologi. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengungkap lapisan-lapisan makna psikologis yang tersembunyi di balik tindakan, dialog, dan monolog batin tokoh dalam novel.

Meskipun penelitian tentang konflik batin dalam novel sudah cukup banyak berkembang, kajian yang secara khusus menganalisis konflik batin tokoh utama dalam novel *Rasa* karya Tere Liye melalui perspektif psikologi humanistik Abraham Maslow secara komprehensif belum pernah dilakukan sebelumnya. Sebagian besar penelitian yang ada cenderung menggunakan pendekatan psikologi sastra secara umum tanpa menghubungkan setiap jenis konflik batin dengan tingkatan kebutuhan Maslow secara sistematis. Celah penelitian inilah yang menjadi titik tolak sekaligus kontribusi utama dari penelitian ini.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini merumuskan rumusan masalah sebagai berikut: (1) bagaimana konflik batin tokoh utama dalam pemenuhan kebutuhan fisiologis dalam novel *Rasa* karya Tere Liye; (2) bagaimana konflik batin tokoh utama dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman dalam novel *Rasa* karya Tere Liye; (3) bagaimana konflik batin tokoh utama dalam pemenuhan kebutuhan cinta dan memiliki dalam novel *Rasa* karya Tere Liye; (4) bagaimana konflik batin tokoh utama dalam pemenuhan kebutuhan harga diri dalam novel *Rasa* karya Tere Liye; dan (5) bagaimana konflik batin

tokoh utama dalam pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri dalam novel *Rasa* karya Tere Liye.

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah mendeskripsikan konflik batin tokoh utama dalam novel *Rasa* karya Tere Liye pada masing-masing tingkatan hierarki kebutuhan Abraham Maslow secara sistematis dan mendalam. Secara teoritis, penelitian ini berkontribusi pada pengembangan kajian psikologi sastra di Indonesia, khususnya dalam memperkaya penerapan teori psikologi humanistik Maslow pada analisis novel kontemporer. Secara praktis, penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti berikutnya yang ingin mengkaji konflik batin dalam karya sastra lain, sekaligus memberikan pemahaman kepada pembaca bahwa konflik batin tokoh dalam novel tidak dapat dipisahkan dari pengalaman psikologis yang berakar pada kebutuhan-kebutuhan dasar manusia yang belum terpenuhi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Pendekatan ini dipilih karena data yang dikaji berupa teks sastra yang memerlukan penafsiran mendalam, bukan pengukuran statistik. Siswantoro (2010) menjelaskan bahwa pendekatan deskriptif merupakan prosedur pemecahan masalah yang dilakukan dengan mendeskripsikan objek penelitian secara akurat berdasarkan fakta yang ada. Kajian psikologi sastra pada dasarnya merupakan kajian yang menganalisis refleksi kejiwaan tokoh-tokoh yang ditampilkan oleh penulis dalam sebuah karya (Endraswara, 2008). Dengan demikian, penelitian ini bertujuan mendeskripsikan bentuk-bentuk konflik batin tokoh utama dalam novel *Rasa* karya Tere Liye melalui perspektif psikologi humanistik Abraham Maslow, tanpa melibatkan data berupa angka atau pengukuran kuantitatif.

Sumber data dalam penelitian ini adalah novel *Rasa* karya Tere Liye, cetakan pertama diterbitkan pada April 2022 oleh PT Sabak Grip Nusantara, setebal 421 halaman. Novel ini dipilih karena memuat penggambaran konflik psikologis tokoh utama yang kaya dan kompleks, sehingga relevan untuk dianalisis menggunakan hierarki kebutuhan Maslow. Adapun data penelitian berupa kutipan, kalimat, frasa, dan dialog dalam novel yang secara langsung menggambarkan pergolakan batin tokoh utama, Linda. Pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik, yaitu studi pustaka untuk mengidentifikasi sumber-sumber teori yang relevan, pencatatan dengan membaca novel secara berulang dan teliti untuk menemukan data yang sesuai rumusan

masalah, serta dokumentasi untuk mengklasifikasikan data yang terkumpul secara sistematis ke dalam tabel instrumen berdasarkan lima tingkatan hierarki kebutuhan Maslow.

Analisis data yang digunakan adalah teknik hermeneutik, yaitu teknik penafsiran teks untuk memperoleh pemahaman mendalam terhadap makna yang terkandung di dalamnya (Faruk, 2017: 25). Proses analisis mengacu pada model Miles dan Huberman yang mencakup tiga tahap, yakni reduksi data dengan mengelompokkan data berdasarkan kategori kebutuhan Maslow, penyajian data dalam bentuk deskriptif, dan penarikan simpulan sebagai jawaban atas rumusan masalah. Untuk menjaga keabsahan data, penelitian ini menerapkan triangulasi yang meliputi triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan triangulasi waktu, guna memastikan konsistensi dan kredibilitas seluruh data yang telah dikumpulkan (Creswell & Creswell, 2017).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konflik batin yang dialami tokoh utama dalam novel *Rasa* karya Tere Liye menunjukkan bagaimana ketidakseimbangan pemenuhan kebutuhan dasar manusia dapat membentuk gejala psikologis yang berlapis dan berkepanjangan. Ketidakseimbangan ini tampak melalui absennya figur ayah sebagai sumber rasa aman emosional, tekanan ekonomi yang dibebankan terlalu dini kepada tokoh utama, dan rapuhnya hubungan sosial Linda akibat luka masa lalu yang tidak pernah benar-benar terselesaikan. Apabila kebutuhan-kebutuhan dasar seorang individu tidak terpenuhi pada satu tingkatan, maka hal tersebut akan secara langsung menghambat pemenuhan kebutuhan pada tingkatan berikutnya (Maslow, 1984). Dalam teori hierarki kebutuhan Abraham Maslow, kondisi tersebut dapat dibagi ke dalam lima tingkatan yang menjadi kerangka analisis konflik batin tokoh, yaitu kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan cinta dan memiliki, kebutuhan harga diri, serta kebutuhan aktualisasi diri.

Data yang telah terkumpul dari hasil penelitian terhadap novel *Rasa* karya Tere Liye berjumlah 40 data yang kemudian diinterpretasikan. Berdasar pada temuan data yang berjumlah 40 data, data-data tersebut terdiri dari 3 data yang menunjukkan konflik batin akibat tidak terpenuhinya kebutuhan fisiologis, 10 data yang menunjukkan konflik batin akibat tidak terpenuhinya kebutuhan rasa aman, 16 data yang menunjukkan konflik batin akibat tidak terpenuhinya kebutuhan cinta dan memiliki, 8 data yang menunjukkan konflik batin akibat tidak terpenuhinya kebutuhan harga diri, dan 3 data yang

menunjukkan konflik batin akibat tidak terpenuhinya kebutuhan aktualisasi diri.

1. Kebutuhan Fisiologis Tokoh Utama

Kebutuhan fisiologis adalah kebutuhan dasar yang paling mendesak pemuasannya, karena berkaitan langsung dengan pemeliharaan biologis dan kelangsungan hidup setiap individu agar dapat bertahan hidup. Kebutuhan ini meliputi makanan, air, udara, tempat tinggal, dan kebutuhan biologis lainnya. Jika kebutuhan fisiologis ini tidak terpenuhi, maka individu tersebut akan mengalami kesulitan dalam menjalani hidup, serta dapat mengganggu kesehatan mental dan emosionalnya. Berikut merupakan kutipan yang menunjukkan konflik batin pada tokoh Linda dalam pemenuhan kebutuhan fisiologis dalam novel *Rasa* karya Tere Liye.

Lin juga. Sejak SMP dia bekerja di studio foto itu, yang sekarang diomongin, milik Om Bagoes sepupu Bunda. Awalnya Lin jadi kacung. Hanya *office boy* meskipun Lin cewek. (R/D.1/H.9/KFI)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin yang dialami Linda, karena kebutuhan fisiologisnya tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena kondisi ekonomi keluarga Linda yang terbatas, membuatnya harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan fisiologisnya sehari-hari. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, pemenuhan kebutuhan fisiologis seharusnya menjadi tanggung jawab orang tua terhadap anak, bukan sebaliknya. Hal ini menyebabkan Linda mengalami kesulitan dalam pemenuhan kebutuhan tingkat paling dasar, yakni memenuhi kebutuhan fisiologis seperti biaya kebutuhan makan. Dengan demikian, beban ekonomi yang dipikul Linda pada usia yang seharusnya masih menikmati masa-masa remajanya, menggambarkan ketidakstabilan dalam pemenuhan kebutuhan fisiologis yang dapat memengaruhi aspek psikologisnya.

Kepala Om Bagoes tiba-tiba muncul di balik pintu. “Lin, kamu sudah makan siang?” “Belum, Om.” Lin menggeleng. (R/D.9/H.35/KFI)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin yang dialami Linda, karena kebutuhan fisiologisnya tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena Linda harus berhemat di semua aspek kehidupannya termasuk biaya untuk membeli makanan. Kadang Linda juga harus menahan lapar sampai rumah agar tidak perlu membeli makan. Kutipan tersebut mengungkap situasi yang cukup mengkhawatirkan.

Berdasarkan teori Maslow, makan merupakan kebutuhan paling dasar yang harus dipenuhi dengan teratur. Namun, Linda sering menunda bahkan sampai melewati kebutuhan tersebut. Oleh karena itu, hal ini menunjukkan bahwa kebutuhan paling mendasar ini tidak terpenuhi dengan baik dan dapat menimbulkan ketidakstabilan fisik serta psikologis Linda jika terus berkelanjutan.

Separuh gaji saja sudah lumayan kok. Lin kan mau beli ponsel baru. Kudu. Lin mesti punya ponsel bagus, biar bisa buka Instagram. Beda dong dengan kalian, yang masih SMP saja sudah punya ponsel tapi dibelikan orang tua. (R/D.27/H.297/KFI)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin yang dialami Linda, karena kebutuhan fisiologisnya tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena Linda menyadari kondisi ekonomi keluarga yang tidak memungkinkan untuk membeli kebutuhan dasar anak remaja di era digital ini yang mulai bergeser menjadi salah satunya kebutuhan primer, yakni ponsel. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, kondisi ini menggambarkan bagaimana keterbatasan dalam pemenuhan kebutuhan fisiologis tidak hanya berdampak pada aspek material semata, tetapi juga menciptakan tekanan psikologis yang berkelanjutan akibat perbandingan sosial yang tidak bisa Linda hindari. Dengan demikian, hal tersebut menunjukkan bahwa tokoh Linda belum memenuhi kebutuhan fisiologisnya. Linda harus berjuang dengan menabung dari gaji yang diperoleh untuk membeli kebutuhan ataupun barang yang diinginkan.

Temuan ini relevan dengan argumen Maslow (1984) bahwa kebutuhan fisiologis adalah fondasi paling mendasar yang harus terpenuhi sebelum individu dapat bergerak menuju kebutuhan di tingkat yang lebih tinggi. Konflik batin Linda pada tingkatan ini menunjukkan bahwa ketika fondasi psikologis seseorang tidak pernah benar-benar stabil sejak dini, akibatnya bukan sekadar keterbatasan material, melainkan kerentanan psikologis yang turut melemahkan kemampuan Linda dalam menghadapi tekanan di semua tingkatan kebutuhan lainnya.

2. Kebutuhan Rasa Aman Tokoh Utama

Kebutuhan rasa aman adalah kebutuhan yang mencakup perasaan aman dan nyaman, terbebas dari rasa takut akan ancaman fisik dan emosional, serta stabilitas dalam kehidupan sehari-hari. Kebutuhan ini juga mencakup faktor psikologis seseorang seperti tekanan mental yang timbul dari lingkungan sekitar.

Oleh karena itu, manusia membutuhkan perlindungan agar dapat merasa aman, nyaman, serta hidup dengan tenang tanpa mengalami kecemasan dan merasa terancam. Ketika kebutuhan rasa aman terancam, konflik batin yang muncul dapat sangat beragam dan kompleks. Manifestasi dari konflik tersebut tidak selalu terlihat secara eksplisit, tetapi mampu dirasakan melalui perubahan perilaku dan kondisi emosional tokoh. Berikut merupakan kutipan yang menunjukkan konflik batin pada tokoh Linda dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman dalam novel *Rasa* karya Tere Liye.

Ayah Lin? Jangan tanya deh. JANGAN TANYA DULU! Nanti bisa dilempar Lin dengan sepatu, piring, kursi, meja, lemari, mesin cuci, apa saja yang ada di dekatnya. Lin yang periang bisa berubah menjadi monster kalau ditanya soal ayahnya. (R/D.2/H.9/KRA)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan rasa aman tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena trauma mendalam akibat masa lalu yang belum terselesaikan terhadap ayahnya yang menyebabkan Linda selalu menunjukkan reaksi marah dan sensitif jika ada hal yang berkaitan dengan sang ayah. Maslow menyatakan bahwa kebutuhan rasa aman juga mencakup keamanan emosional, dan sangat jelas Linda tidak memiliki keamanan emosional. Trauma ini dapat mengancam kebutuhan rasa aman Linda, karena trauma yang tidak diproses ini menyebabkan Linda hidup dalam ketakutan secara terus-menerus terhadap rasa sakit yang dapat timbul kapan saja ketika topik terkait ayahnya dibahas, sehingga mampu menciptakan ketidakstabilan psikologis yang berkelanjutan.

Lin menghela napas. Kalau sudah begini, apa dia tega ngasih tahu soal foto itu? Apa yang akan terjadi nanti? Pasti Aurel dan Nico berantem. Terus Aurel akan nangis di kelas. (R/D.11/H.57/KRA)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan rasa aman tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena rasa cemas dan dilema moral yang dialami Linda dari dampak negatif mengenai keputusannya untuk memberitahu Aurel tentang perselingkuhan pacarnya yang diketahui oleh Linda. Pada konteks kebutuhan rasa aman menurut Maslow, Linda merasa tidak aman bahkan ketika mengambil keputusan yang sederhana, karena bayang-bayang trauma masa lalu yang terus

mengganggu. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa trauma yang belum terselesaikan mencerminkan dampak trauma yang mampu mempengaruhi kepercayaan diri dan rasa aman psikologisnya.

TIDAK BOLEH. Tidak boleh ada yang pergi. Kan jadi nggak asyik. Cukuplah Ayah dulu yang pergi. Cukup! Tapi Bunda tidak ikut memelotot seperti Lin. Bunda hanya diam. Adit ikut diam. Lin menyeringai. Kak Adit apa sih pakai pindah? dia membatin. (R/D.18/H.174/KRA)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan rasa aman tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena rasa takut Linda kehilangan orang yang dicintainya yang menimbulkan penolakan terhadap perubahan, seperti ditinggalkan oleh orang terdekatnya. Rasa takut dan penolakan ini disebabkan karena kepergian ayahnya yang membuat Linda tidak ingin hal itu terulang kepada kakaknya. Hal ini bukan sekadar pertentangan biasa terkait rencana kepindahan kakaknya, melainkan juga rasa takut yang mendalam yang merefleksikan kepergian ayahnya. Bagi Linda, trauma ditinggalkan ini membuat Linda sangat takut kehilangan orang lain, khususnya orang-orang terdekat yang disayanginya.

Lin terperangah. Ya ampun, begitu doang? Bunda bagaimana sih? Kenapa Kak Adit dibiarkan pergi? Kan nggak asyik kalau Kak Adit nggak ada. Meski kalau ada, kerjanya cuma menjitaki kepala Lin. Lin nggak rela kakaknya pergi. Dia mau protes. (R/D.19/H.179/KRA)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan rasa aman tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena trauma terhadap masa lalu yang menimbulkan perasaan tidak rela kehilangan sosok kakak yang selama ini mengambil peran sebagai kepala keluarga setelah ayah pergi dari rumah. Menurut teori Maslow, kebutuhan Linda terhadap rasa aman sangat terganggu dan sulit terpenuhi, karena Linda enggan menerima kepergian seseorang lagi, sehingga mampu menciptakan ketergantungan emosional yang tidak sehat.

“Agus cerita ke lo? Kapan?” Lin langsung memelotot. Kan dia sudah kasih tahu Putri agar

jangan dekat-dekat dengan Agus. (R/D.21/H.218/KRA)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan rasa aman tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena rasa cemas dan takut terhadap pengkhianatan atau peristiwa buruk lainnya yang menimpa orang-orang terdekat Linda khususnya keluarga dan sahabatnya. Trauma Linda terhadap ayah membuatnya tidak mempercayai laki-laki lagi, hingga menciptakan kecurigaan dan kecemasan yang berlebihan. Sikap terlalu protektif ini merupakan manifestasi dari ketakutannya sendiri. Dalam istilah psikologi, hal ini disebut dengan generalisasi trauma, yang membuat Linda menggeneralisasi masa lalunya dengan ayah kepada seluruh laki-laki, yang menyebabkan semua laki-laki terlihat seperti ancaman bagi Linda.

“Gue *nervous*, Jo.” Lin mengusap dahi. Bohong! Lin tuh *nervous*-nya karena ingat dosa, bukan karena seleksi olimpiade. (R/D.26/H.273/KRA)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan rasa aman tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena rasa bersalah yang menyebabkan kecemasan sehingga dapat mengganggu kondisi psikologis Linda. Kebohongan kecil yang hadir di antara Linda dan Jo dapat menimbulkan beban mental yang berat. Linda akan terus dihantui rasa bersalah hingga terhalang untuk menemukan ketenangan dalam hal-hal sederhana. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, Linda mengalami gangguan dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman, karena menyembunyikan rahasia besar yang bahkan Linda sendiri tahu, bahwa cepat atau lambat rahasia tersebut akan terungkap.

Lin langsung menelan ludah. Ya amplop, Jo norak banget sih. Masa tulis komen begitu? Kan dibaca banyak orang? Dasar ganjen. Terus, komen dia di-*reply follower* Nando lainnya. Lin jadi resah dan gelisah. Buru-buru dia menelusuri komen lainnya. (R/D.28/H.298/KRA)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan rasa aman tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena rasa tidak aman akibat khawatir secara berlebihan terhadap terungkapnya suatu rahasia dan niat tersembunyi yang kurang baik. Perilaku Linda yang terus-menerus berusaha mengendalikan situasi yang berada di luar kendalinya, justru semakin menunjukkan bahwa Linda

merasa tidak aman dalam hubungan persahabatannya, perasaannya, hingga interaksi di media sosial. Hal ini menjadi bukti bahwa Linda mengalami gangguan dalam proses pemenuhan kebutuhan rasa aman, karena konflik yang terjadi dengan sahabatnya sendiri.

“Bunda! Lin pulang!” Lin memanggil. Mencari handuk. Bunda nggak ada di kamarnya. Di dapur juga nggak ada. Ke mana? Nggak mungkin pergi, kan? Rumah nggak dikunci. Jangan-jangan...? Lin mendesah resah. Berlari kecil ke anak tangga, menuju teras lantai dua. (R/D.32/H.329/KRA)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan rasa aman tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena kecemasan yang timbul akibat pengalaman traumatis karena ditinggal sosok ayah, hingga mampu menciptakan ketakutan yang berlebihan terhadap kehilangan. Reaksi berlebihan akibat trauma masa lalu saat ditinggalkan ayahnya. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, kebutuhan rasa aman Linda sangat terganggu sehingga tidak dapat terpenuhi dengan baik.

Lin melangkah mundur. Tidak! Lin tidak akan pernah berani menegur Bunda sekarang. Lin menelan ludah. Menyeka matanya yang basah. Gemetar balik kanan, menuruni anak tangga. Sudah lama sekali Bunda tidak seperti ini. Ini serius. Apa Lin harus menelepon Kak Adit? Apa yang harus dilakukannya? (R/D.33/H.330/KRA)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan rasa aman tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena Linda sedih dan tidak mampu melihat Bunda dalam keadaan terpuruk secara emosional. Kondisi keluarga yang kembali tidak stabil, membuat Linda bingung karena Bunda yang selama ini menjadi sosok pelindungnya justru lebih membutuhkan perlindungan yang membuat Linda merasa tidak aman. Semua trauma lama itu muncul kembali. Situasi ini benar-benar mengganggu proses pemenuhan kebutuhan rasa aman Linda, karena Linda merasa kehilangan tempat berlindung psikologisnya.

Apa yang telah dia lakukan selama ini? Sampai sahabat terbaiknya bilang jijik punya teman kayak dia. Lin mendadak merasa bersalah banget. Berguguran sudah semua ego itu. Berguguran sudah semua kelakuan kekanak-kanakannya. (R/D.36/H.385/KRA)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan rasa aman tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena ketegangan emosional terhadap kenyataan yang dialami oleh Linda, membuat pertahanan ego Linda runtuh dan harus menghadapi konsekuensi dari tindakannya yang telah menyakiti sahabatnya sendiri. Rasa bersalah yang tiba-tiba menyelimuti Linda tidak hanya menyakitkan, tetapi juga menciptakan ketidakamanan psikologis yang sangat mendalam karena Linda kehilangan dua hal sekaligus. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan bahwa kebutuhan rasa aman Linda mengalami guncangan dari dalam dirinya sendiri, karena tidak ada lagi tempat yang terasa aman bagi Linda, baik dalam hubungan sosialnya yang hancur maupun dalam gambaran dirinya yang kini penuh dengan rasa bersalah dan penyesalan.

Alwisol (2014) menjelaskan bahwa mekanisme pertahanan diri yang tidak sehat, seperti kemarahan meledak-ledak dan penarikan diri secara emosional, merupakan respons yang umum terbentuk pada individu yang mengalami trauma berkepanjangan tanpa penyelesaian yang memadai. Dalam perspektif psikologis, pola ini dapat dijelaskan sebagai generalisasi trauma, yaitu kondisi saat pengalaman traumatis terhadap satu objek ditransfer dan digeneralisasikan kepada situasi atau objek lain yang dianggap memiliki kemiripan (May, 1994). Selanjutnya, Maslow (1970) juga menegaskan bahwa kebutuhan rasa aman tidak hanya mencakup keamanan fisik, tetapi juga stabilitas emosional dan psikologis dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Temuan ini membuktikan bahwa konflik batin Linda pada tingkatan rasa aman bukan respons terhadap situasi tertentu, melainkan akumulasi dari luka emosional yang mengakar dan belum tuntas.

3. Kebutuhan Cinta dan Memiliki Tokoh Utama

Kebutuhan cinta dan memiliki adalah aspek penting dalam kehidupan manusia. Sebagai makhluk sosial, setiap manusia secara alami membutuhkan hubungan atau interaksi dengan orang lain agar dapat merasakan kehangatan dan rasa keterikatan. Kebutuhan ini mampu mendorong seseorang untuk mencari hingga mendapatkan rasa dicintai dan dimiliki dengan menjalin hubungan yang dapat memenuhi kebutuhan emosional setiap individu. Jika kebutuhan cinta dan memiliki tidak terpenuhi, konflik batin yang timbul dapat sangat beragam dan sering kali lebih kompleks dari yang terlihat pada umumnya. Pola yang terbentuk dari keseluruhan data menunjukkan bahwa konflik batin Linda pada

tingkatan ini berkembang secara progresif melalui tiga lapisan yang saling terhubung dan saling memperparah. Berikut merupakan kutipan yang menunjukkan konflik batin pada tokoh Linda dalam pemenuhan kebutuhan cinta dan memiliki dalam novel *Rasa* karya Tere Liye.

Lin sumpah mampus benci sama cowok yang mau PDKT dengannya. Nanti kalian akan tahu kenapa Lin benci cowok—ini masih ada hubungannya dengan “jangan tanya tentang ayah Lin”. (R/D.5/H.14/KCM)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan cinta dan memiliki tokoh Linda tidak terpenuhi. Trauma masa kecil akibat perselingkuhan dan penelantaran yang dilakukan oleh ayah Linda sekeluarga, membuat Linda menggeneralisasi sifat-sifat negatif ayahnya ke seluruh laki-laki. Dalam ilmu psikologi, generalisasi tersebut merupakan mekanisme pertahanan yang tidak sehat. Secara alamiah, seorang remaja seusia Linda seharusnya mulai merasa tertarik pada lawan jenis dan belajar membangun hubungan romantis. Namun, Linda justru menutup diri sepenuhnya. Pada konteks teori Maslow mengenai kebutuhan cinta dan memiliki, Linda justru membutuhkan perasaan cinta dan penerimaan, yang mana kebutuhan tersebut merupakan kebutuhan manusiawi yang alami dan mendasar.

Kalau Lin? Gebetannya kelas apa dong? Oh, Lin nggak pernah mikir cowok. Dia selalu menghindar kalau teman-teman sekelasnya suka bertanya, diskusi, apalagi ngegosipin cowok. (R/D.6/H.14/KCM)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan cinta dan memiliki tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena trauma yang disebabkan oleh ayah Linda hingga mampu membentuk kepribadian Linda menjadi yang sensitif dan selalu menghindar dari teman-teman lawan jenisnya. Menurut Maslow, jika dalam jangka panjang penghindaran ini terus terjadi, hal tersebut justru menghambat kemampuannya untuk memenuhi kebutuhan cinta dan memiliki serta kebutuhan kedekatan dengan orang lain yang sebenarnya sangat dibutuhkan manusia.

Tiada maaf bagi pengkhianat macam cowok Aurel ini. Lin selalu mual melihat tampang para pelaku perselingkuhan. Sama mualnya saat melihat ayahnya sendiri. (R/D.10/H.40/KCM)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan cinta dan memiliki tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena rasa benci yang mendalam terhadap perselingkuhan yang dirasakan Linda merupakan proyeksi kebencian pada ayah yang akhirnya membentuk rasa benci kepada semua orang yang melakukan hal serupa. Maslow menyatakan bahwa untuk dapat dicintai dan menerima cinta secara sehat, seseorang harus mampu melupakan kebencian dan luka masa lalu.

Lin tidak suka dengan tukang selingkuh. “Heh! Lo pikir lo hebat?!” Lin membentak. Teman-teman Nico gelagapan. “Lo pikir lo keren bisa mempermainkan Aurel?” Lin makin tidak terkendali. (R/D.14/H.118/KCM)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan cinta dan memiliki tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena rasa amarah dan benci yang terpendam dalam diri Linda terhadap ayah akibat trauma masa lalu saat ayah mengkhianati keluarga. Dalam ilmu psikologi, mekanisme ini dikenal sebagai pengalihan emosi negatif yang tidak bisa ditujukan langsung kepada sumbernya ke objek atau orang lain yang dianggap memiliki kemiripan. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, konflik ini menunjukkan bahwa kebutuhan cinta dan memiliki Linda mengalami gangguan yang sangat mendasar, karena sosok ayah yang seharusnya menjadi teladan cinta pertama justru meninggalkan luka yang begitu dalam hingga terbawa ke dalam setiap interaksinya dengan orang-orang yang mengingatkannya akan pengkhianatan tersebut.

Lin menggigit bibir. Dia nggak salah dengar, kan? Jo naksir Nando? Aduh, Jo kan tipikal orang yang gampang naksir sama cowok. Aduh lagi, kalau Jo sudah bilang naksir, kacau balau deh. Bakal digebet terus. Jo suka Nando? MANA BOLEH! “Apanya yang cakep, Jo? Jelek ini.” Lin menggeleng. (R/D.22/H.257/KCM)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan cinta dan memiliki tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena rasa cemburu yang intens dan ketakutan Linda akan kehilangan kesempatan untuk dicintai oleh Nando, satu-satunya laki-laki yang berhasil menembus pertahanan emosionalnya. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan bahwa kebutuhan cinta dan memiliki Linda sangat tidak stabil, karena Linda belum berhasil membangun rasa

aman dalam dirinya sendiri sebagai fondasi untuk dapat mencintai dan dicintai secara sehat.

Gimana ini? Apa Lin mesti mengalah? Masa teman makan teman? Tapi yang suka duluan ke Nando kan Lin. Lagian Lin sudah kenal Nando sejak kecil. Enak saja Jo pakai tiba-tiba naksir. Terus mau ditaruh mana perasaan Lin? Ditaruh di kotak sampah? Tersia-siakan? Hiks. (R/D.24/H.259/KCM)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan cinta dan memiliki tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena Linda dihadapkan pada dilema yang sangat berat antara mempertahankan persahabatan yang sudah lama terjalin dengan Jo atau mengejar perasaan cintanya terhadap Nando. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, konflik ini menunjukkan bahwa kebutuhan cinta dan memiliki Linda benar-benar tidak terpenuhi secara menyeluruh, karena Linda terancam kehilangan dua bentuk cinta sekaligus dalam waktu yang bersamaan.

“Iya. Itu kelakuan Jo. Suka mainin cowok. Tapi jangan bilang-bilang ke Jo soal ini ya. Aduh, kenapa gue malah ngomongin Jo sih? Jadi keceplosan. Eh, tapi lupain deh. Anggap saja gue nggak pernah ngomong. Gue jadi nggak enak hati. Masa ngomongin teman sendiri.” Lin sempurna banget tepu-tepunya. Padahal kan sengaja itu. (R/D.25/H.270/KCM)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan cinta dan memiliki tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena obsesi Linda terhadap Nando telah mendorongnya melakukan sesuatu yang bertentangan dengan nilai persahabatan yang selama ini telah dijaga, yakni dengan sengaja menjatuhkan citra Jo di depan Nando. Hal ini mencerminkan kondisi psikologis yang tidak sehat, yang mana kebutuhan cinta yang tidak terpenuhi dapat mendorong seseorang untuk mengambil jalan pintas yang merusak hubungan sosialnya sendiri. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan bahwa tidak terpenuhinya kebutuhan cinta dan memiliki Linda sudah mencapai titik yang mampu mengancam nilai-nilai moral dan integritasnya sebagai seorang sahabat.

“Dari siapa, Lin?” Bunda bertanya. “Nando” Lin menjawab tanpa menoleh. Hatinya terluka. “Kenapa teleponnya pakai marah-marah sih?” Lin tidak menjawab. Kecewa. Jahat! Teman terbaiknya telah berbuat jahat padanya. Hiks.

Tetapi, Lin juga jahat pada Jo, kan? Sama saja. (R/D.29/H.320/KCM)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan cinta dan memiliki tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena situasi cinta segitiga yang terjadi antara Linda dan Jo membuat kedua sahabat tersebut saling menyakiti. Dalam psikologi, kondisi ini disebut merupakan ketidaknyamanan mental yang timbul ketika seseorang menyadari bahwa dirinya salah, tetapi rasa sakitnya membuat Linda kesulitan untuk sepenuhnya bertanggung jawab atas kondisi tersebut. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan bahwa kebutuhan cinta dan memiliki karena Linda tidak hanya kehilangan cinta dari sahabatnya, tetapi juga mulai kehilangan kepercayaan terhadap dirinya sendiri sebagai seseorang yang layak untuk dicintai.

“Bukan ngebet lagi, tapi kebangetan. Lo bayangin deh, Put. Jo sampai melakukan perbuatan kriminal.” Lin memasang wajah sebal. (R/D.30/H.325/KCM)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan cinta dan memiliki tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena perasaan cemburu dan obsesi Linda terhadap Nando telah berkembang sedemikian rupa hingga mendorong Linda memandang Jo bukan lagi sebagai sahabat, melainkan sebagai rival yang harus dikalahkan. Dalam perspektif psikologi, kondisi ini dipicu oleh rasa takut kehilangan sesuatu yang sangat diinginkan. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, konflik ini menunjukkan bahwa kebutuhan cinta dan memiliki Linda sangat terganggu, karena Linda justru merusak hubungan sosial yang sudah ada demi mengejar kebutuhan cinta romantis, sehingga Linda semakin kehilangan kedua bentuk cinta tersebut secara bersamaan.

Sama dengan Jo yang hari ini malas datang ke sekolah, Lin ternyata juga memutuskan malas bicara dengan Jo. Lin mana peduli pada permohonan putri barusan, agar mereka berdamai. (R/D.31/H.327/KCM)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan cinta dan memiliki tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena rasa sakit hati dan penolakan keduanya untuk berdamai yang membuat persahabatan mereka semakin renggang dan saling menjauh, karena Linda dan Jo dengan sengaja mempertahankan ego masing-masing

yang membuat perang dingin terjadi di antara keduanya. Menurut Maslow, manusia sebagai makhluk sosial membutuhkan rasa dimiliki dan dicintai sebagai fondasi kesehatan psikologis. Dengan mengabaikan tawaran damai, Linda justru semakin menjauhkan dirinya dari pemenuhan kebutuhan cinta dan memiliki yang sebenarnya sangat Linda perlukan, sehingga konflik batinnya semakin mengakar dan sulit terselesaikan.

Mendadak Lin berteriak lagi soal mulasnya. Pakai aduh-aduh segala. Nando menyeringai sebal, kembali lagi ke SPBU tadi. Lin bergegas masuk ke toilet umum. Membuka-tutup keran air lagi. Tertawa sendirian. Sudah jam delapan. Setengah jam lewat dari jadwal. Jo pasti sudah menunggu-nunggu. (R/D.34/H.378/KCM)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan cinta dan memiliki tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena rasa dendam serta kecemburuan pada Jo yang mendalam, membuat Linda rela melakukan kejahatan serta menciptakan kerusakan moral Linda yang terjadi karena obsesinya terhadap Nando. Dalam perspektif psikologi, kondisi ini dapat dijelaskan sebagai kondisi saat seseorang menonaktifkan standar moralnya sendiri untuk membenarkan perilaku yang merugikan orang lain demi memenuhi keinginannya. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan bahwa kebutuhan cinta dan memiliki Linda tidak mampu terpenuhi dengan baik.

Lin membeku di atas panggung. “PUAS LO! PUAS SETELAH TAHU SEMALAM ACARA GUE GAGAL! PUAS!!!” Jo menunjuk-nunjuk muka Lin. Muka Jo sih sudah nggak bisa dijelaskan lagi saking marahnya. (R/D.35/H.385/KCM)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan cinta dan memiliki tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena pengkhianatan yang dilakukan Linda kepada sahabatnya akhirnya meledak. Linda sangat terkejut melihat amarah dari sahabat terdekatnya di depan umum. Dalam perspektif psikologi, momen seperti ini dikenal sebagai tekanan emosional yang telah terlalu lama ditahan hingga akhirnya tidak mampu dikendalikan oleh siapa pun yang terlibat. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan cinta dan memiliki Linda telah mengalami kehancuran.

“Dengerin gue dulu, Jo. Gue bakal jelasin!”

“Gue nggak butuh penjelasan li, Lin! Biarkan gue pergi.”

“Dengarkan dulu, JO! PLEASE!”

“CUKUP! Lo Cuma akan menambah kebencian gue, Lin. Gue benar-benar benci ngeliat lo sekarang!” (R/D.37/H.386/KCM)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan cinta dan memiliki tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena upaya Linda untuk menyelamatkan kembali persahabatannya dengan Jo ditolak mentah-mentah. Linda dan Jo saling merasakan kehancuran terhadap kepercayaan. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan bahwa kebutuhan cinta dan memiliki Linda benar-benar tidak terpenuhi pada titik yang paling menyakitkan, karena Linda tidak hanya kehilangan Jo sebagai sahabat, tetapi juga kehilangan rasa aman emosional yang selama ini Jo berikan dalam kehidupan sosialnya.

“KENAPA DIA KEMBALI!” Lin tiba-tiba berteriak.

“Lin, tenang... Yang tenang, Sayang.” Tante Miranti memeluk Lin, buru-buru menenangkan. Sama seperti Jo tadi pagi, Lin seketika mengibaskan tangan Tante Miranti. Bedanya, tenaga Lin kuat banget, Tante Miranti sampai terjatuh terhuyung. Om Bagoes buru-buru membantu istrinya. “PERGI! PERGI!” Lin berteriak kalap. (R/D.38/H.389/KCM)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan cinta dan memiliki tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena kembalinya sosok ayah secara tiba-tiba memicu ledakan emosi yang tidak terkendali dalam diri Linda, reaksi yang menunjukkan dalamnya luka yang ditinggalkan dari ketidakhadiran sang ayah selama bertahun-tahun. Dalam psikologi, reaksi seperti ini merupakan manifestasi dari respons trauma yang dipicu oleh stimulus yang sangat kuat, yang mana tubuh dan pikiran seseorang bereaksi secara otomatis dan tidak terkendali terhadap ancaman emosional yang dirasakannya. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan bahwa luka akibat tidak terpenuhinya kebutuhan cinta dari sosok ayah sejak kecil dalam diri Linda, sehingga bahkan kehadiran fisik sang ayah sekalipun tidak otomatis mampu memulihkan kebutuhan tersebut, melainkan justru memperparah konflik batinnya yang belum pernah benar-benar terselesaikan.

“Lo... lo anak dia?” Lin mendesis menunjuk muka Ayah. Putri mengangguk. Menyeka pipi. “Lo... anak dia dengan selingkuhannya?” “Lin! Jaga ucapan kamu!” Adit mencengkeram lengan adiknya. Lin menyeringai, menatap marah pada putri. (R/D.39/H.390/KCM)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan cinta dan memiliki tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena mengetahui fakta bahwa sahabatnya yang lain yaitu Putri ternyata adalah adik tirinya yang berarti anak hasil perselingkuhan yang dilakukan ayahnya, yang berarti Putri merupakan bukti nyata dari pengkhianatan yang selama ini menghancurkan kehidupan keluarga Linda. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan bahwa kebutuhan cinta dan memiliki Linda kembali mengalami guncangan besar, karena kepercayaan yang perlahan Linda bangun dalam setiap hubungan sosialnya kembali hancur oleh kenyataan yang tidak pernah ia bayangkan sebelumnya.

Lin harus melewati malam-malam bertanya: Ke mana Ayah? Kenapa Ayah pergi? Kapan Ayah kembali? Dia hanya tahu sepotong jawaban, Ayah pergi dengan wanita lain. Lin benci. (R/D.40/H.393/KCM)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan cinta dan memiliki tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena kepergian ayah tanpa penjelasan telah meninggalkan luka emosional yang sangat mendalam sejak Linda masih kecil. Kebencian yang Linda rasakan tidak hanya sebatas kebencian terhadap sosok ayah, melainkan juga kebencian terhadap kondisi tidak berdaya yang pernah Linda rasakan sebagai seorang anak yang ditinggalkan tanpa penjelasan. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan akar paling mendasar dari seluruh konflik batin Linda sepanjang cerita, karena kebutuhan cinta dari figur ayah sejak masa kecil yang tidak terpenuhi menjadi penyebab utama dari semua ketidakstabilan emosional yang Linda alami hingga saat ini.

Temuan tiga lapisan konflik yang saling memperkuat ini secara akademis memperlihatkan sesuatu yang lebih dalam dari sekadar konflik persahabatan biasa. Pada perspektif psikologi humanistik Maslow, kegagalan memenuhi kebutuhan cinta dan memiliki akan menyebabkan individu mengalami perasaan kesepian, keterasingan, serta

ketidakstabilan emosional yang pada akhirnya mendorong perilaku kompensatif yang merusak hubungan sosialnya sendiri (Fauzul 'Adziima, 2021). Kondisi Linda yang pada akhirnya kehilangan hampir semua hubungan sosial terdekatnya secara bersamaan membuktikan bahwa kebutuhan cinta dan memiliki yang tidak terpenuhi bukan hanya menghambat perkembangan individu, tetapi secara aktif mendorong individu tersebut menghancurkan hubungan-hubungan yang justru paling Linda butuhkan.

4. Kebutuhan Harga Diri Tokoh Utama

Kebutuhan akan harga diri muncul ketika seseorang ingin dihargai dan diakui atas keberhasilan serta kemampuannya, dengan didukung oleh pengakuan dari diri sendiri dan pengakuan dari orang lain. Pengakuan dari diri sendiri dapat tercermin dalam rasa bangga, percaya diri, serta keyakinan terhadap kemampuan dan pencapaian yang mampu diraih oleh diri sendiri. Sedangkan pengakuan dari orang lain dapat berupa apresiasi, pujian, penghargaan, ataupun rasa dihormati di lingkungan sekitarnya. Ketika kebutuhan harga diri tidak terpenuhi, konflik batin yang timbul dapat sangat merusak dan mempengaruhi hampir semua aspek kehidupan seseorang. Berikut merupakan kutipan yang menunjukkan konflik batin pada tokoh Linda dalam pemenuhan kebutuhan harga diri dalam novel *Rasa* karya Tere Liye.

Dibandingkan Lin? Wuih jauh! Huss! Bukan berarti Lin dekil, hitam, kayak sopir angkot, tetapi style mereka memang beda. Lin kan agak tomboi. (R/D.4/H.14/KHD)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan harga diri tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena perbedaan kondisi ekonomi yang signifikan antara Linda dan sahabatnya mendorong Linda untuk terus-menerus membandingkan penampilannya dengan sahabatnya yang jauh lebih berkecukupan. Dalam psikologi, proses ini dikenal dengan kecenderungan seseorang yang menilai dirinya lebih rendah dari orang lain berdasarkan perbandingan sosial yang tidak seimbang. Pada konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan bahwa kebutuhan harga diri Linda terganggu karena Linda belum mampu membangun penilaian terhadap diri sendiri yang bersumber dari dalam dirinya, sehingga harga dirinya sangat rentan terhadap perbandingan dengan orang lain di sekitarnya.

Makanya Jo selalu rangking satu. Lin? Boro-boro masuk rangking. Nggak ding, Lin lumayan lah, rangking dua bisa. (R/D.7/H.15/KHD)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan harga diri tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena perasaan tidak cukup lebih baik dalam segala hal yang dirasakan Linda yang sangat berbeda jika dibandingkan dengan Jo. Menurut Maslow, kebutuhan harga diri mencakup dua aspek penting, yakni pengakuan dari dalam diri sendiri dan pengakuan dari orang lain. Pada data ini, Linda justru gagal memenuhi aspek pertama karena dirinya tidak mampu mengapresiasi pencapaian nyata yang sudah diraih, sehingga harga dirinya terus tergerus oleh standar perbandingan yang Linda ciptakan sendiri.

Yang bodoh itu kan Lin. Ngerjain PR kok salah. Tuh kuping ditaruh mana? Makanya Lin sering dikatakan congekan. Lin juga teledor. (R/D.8/H.21/KHD)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan harga diri tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena kritik berulang dari orang lain yang mengganggu rasa percaya diri karena Linda memiliki citra yang negatif dari teman-temannya, seolah kritik tersebut adalah kebenaran yang tidak bisa dibantah. Dalam psikologi, proses saat seseorang menerima penilaian negatif dari orang lain sebagai bagian dari konsep dirinya, yang mana kondisi mampu merusak kepercayaan diri seseorang dalam jangka panjang. Pada konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan bahwa kebutuhan harga diri Linda mengalami gangguan dari luar, karena lingkungan sosial Linda justru memberikan label yang merendahkan alih-alih apresiasi dan pengakuan yang seharusnya mendukung perkembangan harga dirinya.

Lin pelan menggeleng. Wah, bisa urung ini belajar fotografinya kalau nggak punya kamera. Mau belajar foto kok nggak modal. (R/D.13/H.99/KHD)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan harga diri tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena rasa rendah diri dan tidak cukup layak untuk mengejar impian menjadi seorang fotografer profesional karena belum mampu membeli kamera, peralatan yang sangat dibutuhkan untuk mewujudkan cita-citanya. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan bahwa kebutuhan harga diri Linda terganggu bukan

hanya karena dirinya tidak mendapatkan pengakuan dari orang lain, tetapi juga karena Linda sendiri tidak mampu mengakui potensi dan kelayakan dirinya untuk mencapai impian yang Linda miliki.

“Memangnya salah gue? Yang salah itu kan si tukang bohong itu!” Lin yang merasa Jo menyalahkan kelakuannya di kantin tadi pagi naik darah lagi. Menatap dengan mata memelotot. (R/D.15/H.122/KHD)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan harga diri tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena Jo yang seolah menyalahkan sikap Linda, yang mana menurut Linda sikapnya sudah benar. Linda merasa pembelaannya untuk Aurel terhadap sifat buruk Nico tidak dihargai oleh Jo. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan bahwa kebutuhan harga diri Linda tidak terpenuhi dari aspek pengakuan dari orang lain, karena Linda sangat membutuhkan validasi bahwa keputusan dan tindakannya sudah tepat, namun justru tidak memperolehnya dari sahabat yang paling Linda percaya.

Tapi, waktu melihat partner kerja editor di studio Kemang, Lin menelan ludah. Mereka lihai banget. Banyak tips-tips mengedit foto yang Lin nggak pernah lihat. Lin jadi menyeringai. Mikir, dia layak nggak sih bergabung di studio ini? (R/D.16/H.127/KHD)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan harga diri tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena Linda terlalu fokus dengan apa yang tidak bisa Linda lakukan daripada mengapresiasi kemampuan yang sudah dimiliki. Linda kurang percaya diri dan merasa tidak layak bergabung dengan rekan kerja barunya hingga menunjukkan rasa tidak percaya diri. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan bahwa kebutuhan harga diri Linda sangat terganggu karena Linda tidak mampu mengandalkan pengakuan dari dalam dirinya sendiri sebagai sumber kepercayaan diri, sehingga harga dirinya selalu bergantung pada perbandingan dengan orang lain dan sangat mudah goyah ketika bertemu seseorang yang dianggap lebih baik.

Lin benar-benar menangis ketika tiba di ruang edit. Aduh, dia kan nggak pernah dibentak. Jangankan bunda, Kak Adit saja yang suka jitek nggak pernah seperti ini. Lin mau berhenti saja deh. Kapok. Mending nggak usah jadi fotografer hebat kalau harus dibentak-bentak. Mana DT

pakai lempar-lempar DVD segala.
(R/D.20/H.190/KHD)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan harga diri tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena Linda menerima kritik keras dari DT, fotografer yang selama ini menjadi inspirasi dan tolok ukur impiannya, sehingga pukulan emosional yang dirasakan Linda jauh lebih berat dibandingkan jika kritik yang sama datang dari orang biasa. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan bahwa kebutuhan harga diri Linda tidak terpenuhi dari aspek pengakuan eksternal yang paling Linda harapkan, dan kegagalan mendapatkan pengakuan dari figur yang paling Linda hormati tersebut langsung berdampak pada keruntuhan kepercayaan dirinya secara keseluruhan.

Lin mengerut. Lin mendadak resah dan gelisah. Mengusap dahi lagi. Daripada Lin, Nando pasti lebih memilih Jo, kan? Jo jauh lebih dari Lin dalam segala hal. (R/D.23/H.259/KHD)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan harga diri tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena akumulasi dari semua rasa ragu dan tidak percaya diri Linda terhadap status ekonomi, penampilan dan kepribadiannya yang jauh dibanding sahabatnya. Kondisi ini dalam psikologi dapat dijelaskan sebagai kondisi saat seseorang menggeneralisasi kekurangannya di satu bidang menjadi keyakinan yang menyeluruh bahwa ia lebih rendah dari orang lain dalam semua aspek kehidupan. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, data ini menunjukkan titik terendah dari kebutuhan harga diri Linda, karena rendahnya kepercayaan diri Linda tidak hanya menghambat aktualisasi dirinya, tetapi juga menghalangi kemampuannya untuk membuka diri terhadap kemungkinan dicintai, yang merupakan kebutuhan dasarnya sebagai manusia.

Mruk (2013) menegaskan bahwa defisit pada dimensi harga diri yang bersumber dari dalam maupun luar diri secara bersamaan merupakan kondisi yang paling sulit dipulihkan, karena individu tidak memiliki sumber daya internal maupun eksternal yang cukup untuk membangun kembali kepercayaan dirinya. Feist & Feist (2010) menambahkan bahwa harga diri yang sehat hanya dapat terbentuk ketika individu mampu mengintegrasikan penilaian dari dalam dirinya dengan respons positif dari lingkungan sosialnya secara seimbang, sebuah keseimbangan yang justru tidak pernah Linda capai sepanjang cerita. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa Linda mengalami

defisit pada kedua dimensi tersebut secara bersamaan, sehingga konflik batinnya pada tingkat kebutuhan harga diri ini berdampak langsung pada kemampuannya dalam mengambil keputusan, membangun hubungan sosial, dan mengejar potensi dirinya secara optimal.

5. Kebutuhan Aktualisasi Diri Tokoh Utama

Kebutuhan aktualisasi diri merupakan tingkat tertinggi dalam hierarki kebutuhan Maslow. Kebutuhan ini mendorong individu untuk merealisasikan potensi diri serta menemukan makna sejati dari kehidupan mereka. Aktualisasi diri ini mengacu pada proses yang mana setiap individu dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan sebelumnya sesuai dengan kemampuannya. Pada tingkat aktualisasi diri, setiap individu akan berupaya mengekspresikan bakat, kualitas, dan kemampuannya untuk mewujudkan impian serta mencapai kepuasan diri, sehingga dapat menunjukkan potensi tertingginya. Konflik batin pada tingkat aktualisasi diri memiliki karakteristik unik, sering kali sulit dijelaskan kepada orang lain karena terdengar “berlebihan” atau terlalu filosofis. Namun, bagi mereka yang mengalaminya, konflik-konflik ini sangat nyata dan menyakitkan. Berikut merupakan kutipan yang menunjukkan konflik batin pada tokoh Linda dalam pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri dalam novel *Rasa* karya Tere Liye.

Hanya topi butut itulah yang membuatnya sedikit beda. Dan Lin suka sekali memakai topi itu. Bergaya seperti fotografer favoritnya. DT!
(R/D.3/H.12/KAD)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan aktualisasi diri tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena Linda terhalang berbagai keterbatasan untuk mencapai impian dalam mengaktualisasi diri, karena melihat jarak antara impian dengan kenyataannya yang cukup jauh. Pada konteks teori Maslow dalam pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri, konflik ini terjadi karena Linda memiliki potensi dan keinginan kuat untuk mewujudkan dirinya sebagai fotografer profesional, namun terhambat oleh kondisi sosial-ekonomi yang tidak mendukung.

Lutut Lin langsung lemas. Itu dia. Lin baru mau minta penyesuaian gaji ke Om Bagoes, itu kan supaya dia bisa menabung buat beli kamera. Lin pelan menggeleng. Wah, bisa urung ini belajar fotografinya kalau nggak punya kamera.
(R/D.12/H.99/KAD)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan aktualisasi diri tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena Linda mengalami hambatan dalam upayanya untuk mewujudkan impiannya untuk menjadi seorang fotografer profesional. Namun, kondisi ekonominya yang terus menjadi penghalang dalam setiap aspek kehidupan Linda dalam mengejar potensi dirinya. Pada konteks hierarki kebutuhan manusia oleh Maslow, kebutuhan aktualisasi diri Linda sangat terhambat karena Linda tidak dapat mengembangkan bakatnya. Menurut Maslow, aktualisasi diri adalah tentang menjadi versi terbaik dari diri sendiri dalam mewujudkan potensinya. Namun, Linda bahkan tidak dapat memulai perjalanan itu karena Linda terjebak dalam perjuangan untuk memenuhi kebutuhan yang lebih mendasar.

Masa dikasih kamera bagus, tapi digeletakin doang di meja? Lin malah malah disuruh memelototi foto-foto. Itu kan kegiatan yang menyebalkan. Tiap hari Lin sudah memelototi foto kok. (R/D.17/H.130/KAD)

Pada data tersebut menunjukkan terjadinya konflik batin, karena kebutuhan aktualisasi diri tokoh Linda tidak terpenuhi. Hal ini terjadi karena ambisi dan potensi diri Linda yang terus ingin berkembang namun terhalang kondisinya saat ini. Dalam konteks hierarki kebutuhan Maslow, hal ini menunjukkan bahwa hambatan dalam pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri Linda tidak selalu datang dari kondisi ekonomi semata, tetapi juga dari ketegangan antara ambisi Linda yang besar dengan realitas proses bertahap yang harus dijalani sebagai seseorang yang baru memasuki dunia yang Linda impikan. Konflik batin ini menggambarkan sisi lain dari perjuangan aktualisasi diri Linda, yaitu perjuangan melawan ketidaksabaran dirinya sendiri dalam meniti jalan menuju impian yang sudah lama Linda dambakan.

Hambatan terberat dalam proses aktualisasi diri bukan berasal dari ketiadaan potensi, melainkan dari kondisi saat individu menyadari kemampuannya namun tidak berdaya mewujudkannya akibat terhalang oleh kebutuhan-kebutuhan yang lebih mendasar yang belum terpenuhi Nurwahidah et al. (2023). Temuan ini membuktikan secara empiris dari teks sastra bahwa proposisi utama teori hierarki kebutuhan Maslow memang berlaku, yaitu aktualisasi diri hanya dapat dicapai secara optimal ketika kebutuhan-kebutuhan di bawahnya sudah terpenuhi dengan memadai. Konflik batin ini bukan sekadar cerminan hambatan eksternal, melainkan representasi dari tekanan psikologis yang

timbul ketika seseorang mampu melihat potensi dirinya dengan jelas namun tidak berdaya mewujudkannya karena terhalang oleh kondisi yang berada di luar kendalinya.

Temuan keseluruhan penelitian ini menunjukkan bahwa konflik batin Linda dalam novel *Rasa* bukan merupakan konflik yang berdiri sendiri pada masing-masing tingkatan, melainkan sebuah rangkaian yang saling terhubung dan saling memperparah. Ketidakstabilan pada satu tingkatan secara langsung menghambat pemenuhan kebutuhan di tingkatan berikutnya, sehingga Linda tidak pernah benar-benar mampu mencapai keseimbangan psikologis yang utuh sepanjang cerita. Pola ini sejalan dengan apa yang Maslow sendiri konsepsikan sebagai *prepotency*, yaitu prinsip bahwa kebutuhan yang lebih mendasar harus terpenuhi terlebih dahulu sebelum kebutuhan yang lebih tinggi dapat menjadi motivasi yang efektif (Maslow, 1984).

Secara akademis, penelitian ini berkontribusi dalam membuktikan bahwa pendekatan psikologi humanistik tidak hanya valid sebagai kerangka analisis psikologis klinis, tetapi juga produktif sebagai alat membedah karakter dalam karya sastra kontemporer Indonesia. Novel *Rasa* karya Tere Liye, yang latar ceritanya menempatkan tokoh remaja dalam konteks keluarga tidak utuh dan tekanan sosial-ekonomi nyata, menjadi objek yang sangat relevan untuk memperlihatkan bagaimana dinamika hierarki kebutuhan manusia dapat terwujud dalam narasi fiksi. Temuan ini juga memperkuat argumen bahwa karya sastra populer tidak kalah kaya secara psikologis dibandingkan karya sastra kanonik, dan justru berpotensi menjangkau refleksi yang lebih luas karena relevansinya dengan kehidupan pembaca kontemporer.

SIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa tokoh utama Linda dalam novel *Rasa* karya Tere Liye mengalami konflik batin pada kelima tingkatan hierarki kebutuhan Abraham Maslow, yang terwujud dalam 40 data kutipan berupa narasi, dialog, dan monolog batin. Konflik batin paling dominan ditemukan pada tingkatan kebutuhan cinta dan memiliki dengan 16 data, yang berkembang secara progresif melalui tiga lapisan saling memperparah, yaitu luka dari figur ayah, pengkhianatan terhadap nilai persahabatan demi mengejar cinta romantis, hingga hancurnya hubungan Linda dengan Jo. Temuan ini sekaligus menjawab seluruh rumusan masalah penelitian, bahwa tidak terpenuhinya kebutuhan pada satu tingkatan secara langsung menghambat

pemenuhan kebutuhan di tingkatan berikutnya, mulai dari kebutuhan fisiologis yang tidak stabil, kebutuhan rasa aman yang terganggu oleh trauma, kebutuhan harga diri yang defisit dari dalam maupun luar diri, hingga kebutuhan aktualisasi diri yang tertahan oleh kondisi sosial-ekonomi yang tidak mendukung.

Secara teoritis, penelitian ini mempertegas bahwa teori hierarki kebutuhan Maslow tidak hanya relevan sebagai kerangka analisis psikologis klinis, tetapi juga produktif sebagai alat bedah karakter dalam karya sastra kontemporer Indonesia. Secara praktis, penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh guru bahasa Indonesia sebagai bahan ajar apresiasi novel berbasis pendekatan psikologi sastra, sekaligus menjadi sarana untuk membangun kepekaan peserta didik terhadap dinamika psikologis tokoh yang sering mencerminkan realitas kehidupan remaja secara nyata.

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya berfokus pada satu novel dan satu pendekatan teori. Peneliti selanjutnya dapat memperluas kajian dengan menggunakan novel karya Tere Liye lainnya, atau membandingkan dua karya berbeda melalui perspektif teori yang sama untuk menghasilkan generalisasi yang lebih kuat. Selain itu, pendekatan lain seperti teori psikoanalisis Freud atau psikologi positif Seligman juga berpotensi menghasilkan temuan yang lebih beragam terhadap objek yang sama.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A. (2015). *Psikologi Sastra*. Unesa University Press.
- Alwisol. (2014). *Psikologi Kepribadian. Edisi Revisi*. Malang: UMM Press.
- Aminuddin. (2011). *Pengantar Apresiasi Karya Sastra*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. SAGE.
- Endraswara. (2008). *Metode Penelitian Psikologi Sastra*. Yogyakarta: Medpress.
- Endraswara, S. (2013). *Teori Kritik Sastra*. Yogyakarta: CAPS (Center for Academic Publishing Service).
- Faruk. (2017). *Metode Penelitian Sastra: Sebuah Penjelajahan Awal*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Fauzul 'Adziima, M. (2021). *Psikologi Humanistik Abraham Maslow*.
<https://ojs.staialfurqan.ac.id/jtm/>
- Feist, J., & Feist, G. J. (2010). *Teori Kepribadian (Theories of Personality)*.
<http://www.primisonline.com>
- Husna, J., & Nur Ismail, A. (2025). Konflik Batin Tokoh Utama Dalam Novel Namaku Alam Karya Leila S. Chudori. In *Jurnal LEKSIS* (Vol. 5, Number 1).
<https://jurnal.stkipgriponorogo.ac.id/index.php/Leksis>
- Maslow. (1970). *Motivasi dan Kepribadian*. New York: Harper & Row.
- Maslow, A. (1984). *Motivasi dan Kepribadian Terjemahan Nurul Iman*. Jakarta: PT. Gramedia.
- May, R. (1994). *The Courage to Create*. New York: W. W. Norton & Company.
- Minderop, A. (2010). *Psikologi Sastra: Karya, Metode, Teori, Dan Contoh Kasus*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Mruk, C. J. (2013). *Self-Esteem and Positive Psychology: Research, Theory, and Practice* (4th ed.). New York: Springer Publishing Company.
- Muis, S. (2009). *Kenali Kepribadian Anda dan Permasalahannya dari Sudut Pandang Teori*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Nurgiyantoro, B. (2018). *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Nurwahidah, A., Wahyuni, I., & Mubarak, A. (2023). *Hierarki Kebutuhan Tokoh Utama Dalam Novel Represi Karya Fakhrisina Amalia: Kajian Psikologi Sastra Abraham Maslow* (Vol. 7).
- Siswanto. (2010). *Metode Penelitian Sastra: Analisis Struktur Puisi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.