



INVISIBLE LONELINESS PADA USIA 27: ANALISIS PSIKOLOGI SASTRA DALAM CERPEN “27” KARYA DENITA SAL SABILA

Rahmi Mardatillah¹⁾, Nur Hasbi²⁾

^{1,2} Universitas Negeri Makassar
Korespondensi: rahmi.mardatillah@unm.ac.id

Abstrak

Dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra, penelitian ini menyelidiki fenomena kesepian yang tidak terlihat pada usia 27 tahun dalam cerpen Denita Sal Sabila berjudul "27." Bagaimana pengalaman tokoh menunjukkan kesepian tersembunyi dan bagaimana dinamika kepribadian memengaruhi kondisi tersebut adalah masalah utama dalam penelitian ini. Berdasarkan teori psikoanalisis, tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan berbagai jenis kesepian yang tidak terlihat dan menganalisis konflik batin antara tokoh. Proses yang digunakan adalah deskriptif kualitatif yang melibatkan analisis isi terhadap data yang terdiri dari kutipan dari cerpen. Penelitian ini menggunakan teori psikoanalisis tentang id, ego, dan superego. Penelitian ini menemukan bahwa kesepian yang tidak terlihat dalam cerpen ini muncul dalam berbagai bentuk, seperti kesepian sosial, kesepian emosional, reaksi psikosomatis, dan mekanisme pertahanan diri seperti penarikan diri. Selain itu, ada konflik antara id yang menginginkan kasih sayang, ego yang menerima kesendirian, dan superego yang menekan. Penelitian ini menemukan bahwa kesepian yang digambarkan dalam cerpen tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga psikologis dan multidimensional, dan bahwa konflik internal yang dialami oleh tokoh-tokoh di cerpen juga memengaruhinya. Penelitian ini menegaskan bahwa sastra dapat membantu memahami psikologi manusia, terutama saat dewasa muda.

Kata Kunci: *Invisible loneliness*, Psikologi Sastra, Cerpen

Abstract

Using a literary psychology approach, this study examines the phenomenon of invisible loneliness at the age of 27 in Denita Sal Sabila's short story titled "27." How the characters' experiences reveal hidden loneliness and how personality dynamics influence this condition are the central issues of this study. Based on psychoanalytic theory, the objective of this study is to describe various types of invisible loneliness and analyze the inner conflicts among the characters. The methodology employed is qualitative descriptive analysis involving content analysis of data consisting of excerpts from the short story. This study utilizes psychoanalytic theory regarding the id, ego, and superego. This study found that the invisible loneliness in these short stories manifests in various forms, such as social loneliness, emotional loneliness,

psychosomatic reactions, and defense mechanisms like withdrawal. Additionally, there is a conflict between the id, which desires affection; the ego, which accepts solitude; and the superego, which suppresses these desires. This study found that the loneliness depicted in the short story is not only physical but also psychological and multidimensional, and that the internal conflicts experienced by the characters in the short story also influence it. This study confirms that literature can help us understand human psychology, especially during young adulthood.

Keywords: *Invisible loneliness, Literary Psychology, Short Stories.*

1. Pendahuluan

Fenomena kesepian pada usia dewasa muda menjadi masalah yang semakin penting dalam kehidupan modern, terutama di tengah perkembangan teknologi dan pola relasi sosial yang berubah. Pada rentang usia 20-an, orang sering mengalami fase transisi yang sulit, seperti memenuhi tuntutan karir, membangun hubungan dengan orang lain, dan mencari makna dalam hidup. Masa dewasa muda (rentang usia 20-40 tahun) merupakan fase krusial dalam siklus kehidupan modern, yang ditandai dengan perubahan peran yang masif dan sering kali terjadi secara mendadak (Elfa, 2025). Kondisi ini tidak jarang memunculkan apa yang dikenal sebagai *invisible loneliness*, yaitu perasaan kesepian yang tidak tampak secara kasat mata namun dialami secara mendalam oleh individu. Menurut Cacioppo (2018), kesepian merupakan pengalaman subjektif yang muncul akibat ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diharapkan dan yang dimiliki seseorang. Sementara itu, Keyes (2020) menegaskan bahwa kesepian yang tidak terdeteksi dapat berdampak pada kesehatan mental individu, meskipun secara sosial mereka tampak baik-baik saja.

Cerpen atau cerita pendek merupakan salah satu bentuk karya sastra yang memiliki kekuatan dalam merepresentasikan realitas kehidupan manusia secara ringkas namun mendalam. Sebagaimana dikemukakan oleh Rohman (2019), cerpen adalah karya sastra yang dituangkan dalam bentuk cerita rekaan yang singkat. Selain itu, cerpen juga merupakan tulisan yang menggambarkan kehidupan manusia di suatu tempat dalam kurun waktu tertentu sebagaimana dikemukakan oleh Heri (2019). Melalui keterbatasan panjang teks, cerpen justru mampu menghadirkan konflik yang padat dan menyentuh aspek psikologis tokoh secara intens. Hal ini menjadikan cerpen sebagai medium yang efektif untuk mengkaji dinamika kejiwaan manusia, termasuk fenomena kesepian yang tersembunyi.

Fenomena tersebut juga tercermin dalam karya sastra, khususnya cerpen sebagai representasi realitas kehidupan manusia. Kajian sastra dengan pendekatan psikologi telah banyak dilakukan, salah satunya oleh Norizka (2025) yang meneliti cerpen *Al-Dunya Riwayah*. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa perilaku tokoh dalam karya sastra tidak terjadi secara kebetulan, melainkan dipengaruhi oleh tipe kepribadian yang melekat pada dirinya. Meskipun demikian, kajian tersebut masih berfokus pada dinamika kepribadian tokoh dan belum mengarah pada fenomena *invisible loneliness* sebagai bentuk kesepian tersembunyi dalam karya sastra.

Namun demikian, kajian terhadap fenomena *invisible loneliness* dalam karya sastra, khususnya cerpen kontemporer Indonesia, masih tergolong terbatas. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kajian psikologi sastra telah digunakan untuk menganalisis konflik batin tokoh dalam cerpen. Salah satunya adalah penelitian oleh Ghifara dkk. (2015) yang mengkaji aspek kejiwaan tokoh utama dalam cerpen *Rumah yang Terang*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh “aku” mengalami konflik batin yang kompleks antara keinginan pribadi dan tuntutan otoritas ayah, yang kemudian memunculkan rasa bersalah, trauma, hingga krisis identitas setelah kematian ayah. Meskipun demikian, penelitian tersebut belum secara spesifik mengkaji fenomena *invisible loneliness* sebagai bentuk kesepian yang tersembunyi. Hal ini menunjukkan adanya *research gap* yang perlu diisi melalui penelitian yang lebih spesifik dan kontekstual.

Salah satu karya yang menarik untuk dikaji dalam perspektif psikologi sastra adalah cerpen “27” karya Denita Sal Sabila yang menghadirkan gambaran tokoh perempuan yang mengalami kesepian mendalam di usia 27 tahun, meskipun berada dalam situasi yang tampak biasa. Narasi ini menunjukkan adanya konflik batin, keterasingan emosional, serta kebutuhan akan kehadiran orang lain yang tidak terpenuhi. Dalam perspektif psikologi sastra, karya sastra dipandang sebagai refleksi kondisi kejiwaan tokoh maupun pengarang. Wellek & Warren (2014) menyatakan bahwa psikologi sastra memungkinkan analisis terhadap aspek kejiwaan tokoh melalui struktur naratif dan konflik yang dibangun dalam karya. Selain itu, psikologi sastra merupakan kajian yang memandang karya sastra sebagai aktivitas kejiwaan, di mana pengarang menggunakan cipta, rasa, dan karsa yang tidak terlepas dari kondisi psikologisnya (Setiaji, 2019). Sebagaimana dikemukakan oleh Ahmadi (2015), kejiwaan seseorang dapat dipahami melalui sastra dan sebaliknya psikologi juga dapat dipahami melalui sastra, sehingga keduanya memiliki keterkaitan yang erat dan tidak dapat dipisahkan.

Selain itu, perkembangan media digital turut memengaruhi cara individu membangun dan mempertahankan relasi sosial. Interaksi yang didominasi oleh media sosial sering kali menciptakan ilusi kedekatan, namun tidak selalu mampu memenuhi kebutuhan emosional secara mendalam. Turkle (2017) menyatakan bahwa teknologi dapat membuat individu “terhubung namun tetap merasa sendiri”. Kondisi ini memperkuat munculnya *invisible loneliness*, di mana individu tampak memiliki banyak relasi, tetapi tetap mengalami kehampaan emosional. Fenomena ini menjadi relevan untuk dianalisis dalam karya sastra karena sastra sering kali merepresentasikan realitas sosial yang sedang berkembang. Selain itu, intensitas penggunaan media sosial yang tinggi juga dapat memicu perbandingan sosial yang berlebihan sehingga memperdalam perasaan kesepian. Dengan demikian, kesepian yang dialami individu tidak hanya bersumber dari kurangnya relasi, tetapi juga dari kualitas interaksi yang tidak terpenuhi.

Di sisi lain, usia 27 tahun sebagai latar dalam cerpen ini bukan sekadar angka, melainkan simbol fase krisis identitas dan refleksi diri dalam kehidupan dewasa muda. Pada fase ini, individu mulai mengevaluasi pencapaian hidup, relasi sosial,

serta arah masa depan yang ingin ditempuh. Arnett (2015) menyebut fase ini sebagai bagian dari *emerging adulthood*, yaitu masa eksplorasi identitas yang rentan terhadap tekanan psikologis. Dengan demikian, kesepian yang dialami tokoh dalam cerpen tidak hanya bersifat personal, tetapi juga merepresentasikan fenomena psikologis yang lebih luas dalam kehidupan generasi muda saat ini. Fase ini juga sering diwarnai dengan ketidakpastian dan kecemasan terhadap masa depan. Oleh karena itu, tekanan psikologis yang muncul dapat memperkuat munculnya *invisible loneliness* dalam diri individu.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan guna memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai representasi *invisible loneliness* dalam karya sastra, khususnya pada tokoh perempuan di usia dewasa muda. Pendekatan psikologi sastra digunakan sebagai solusi analitis untuk mengungkap dinamika kejiwaan tokoh, meliputi emosi, konflik batin, serta kebutuhan psikologis yang tidak terpenuhi. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian sastra, khususnya dalam memahami hubungan antara karya sastra dan kondisi psikologis manusia. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi kajian-kajian selanjutnya yang mengangkat tema serupa. Hasil penelitian diharapkan mampu memperkaya perspektif dalam melihat fenomena kesepian di era modern.

Sejalan dengan hal tersebut, penelitian ini juga didukung oleh teori kebutuhan sosial dari Maslow (2017) yang menekankan pentingnya kebutuhan akan rasa memiliki dan kasih sayang sebagai bagian dari hierarki kebutuhan manusia. Selain itu, teori kesepian dari Weiss (1973) yang membedakan kesepian emosional dan kesepian sosial turut memperkuat analisis dalam penelitian ini. Berdasarkan uraian tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dan menganalisis bentuk *invisible loneliness* pada tokoh utama dalam cerpen "27" karya Denita Sal Sabila melalui pendekatan psikologi sastra. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang melatarbelakangi munculnya kesepian tersebut dalam diri tokoh. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan mampu memberikan gambaran komprehensif mengenai fenomena *invisible loneliness* dalam karya sastra.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif-analitis. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini berfokus pada pemahaman makna, interpretasi, serta penggambaran fenomena psikologis dalam karya sastra. Menurut Moleong (2017), penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami fenomena secara holistik melalui deskripsi dalam bentuk kata-kata. Dengan demikian, pendekatan ini dianggap tepat untuk mengkaji *invisible loneliness* dalam cerpen "27" karya Denita Sal Sabila melalui perspektif psikologi sastra. Pendekatan ini juga memungkinkan peneliti untuk melakukan interpretasi secara mendalam terhadap data yang bersifat tekstual. Selain itu, penelitian kualitatif

memberikan ruang bagi peneliti untuk memahami konteks dan makna yang tersembunyi dalam teks sastra.

Rancangan penelitian yang digunakan adalah analisis isi (*content analysis*). Analisis isi digunakan untuk mengkaji makna yang terkandung dalam teks secara sistematis dan objektif. Menurut Krippendorff (2018), analisis isi merupakan teknik penelitian untuk membuat inferensi yang dapat direplikasi dan valid dari data berdasarkan konteksnya. Ruang lingkup penelitian ini adalah keseluruhan teks cerpen "27" dengan fokus pada tokoh utama perempuan dan kondisi psikologisnya. Penelitian dibatasi pada analisis *invisible loneliness* yang tercermin dalam dialog, narasi, dan tindakan tokoh. Pembatasan ini bertujuan agar penelitian lebih terarah dan mendalam sebagaimana dikemukakan oleh Sugiyono (2019). Dengan adanya batasan tersebut, analisis dapat dilakukan secara lebih fokus dan sistematis. Selain itu, rancangan ini membantu peneliti dalam mengorganisasi data yang kompleks menjadi lebih terstruktur.

Bahan utama dalam penelitian ini adalah teks cerpen "27". Alat yang digunakan berupa instrumen analisis seperti tabel klasifikasi data, catatan kutipan, serta teori-teori psikologi sastra sebagai landasan interpretasi. Penelitian ini bersifat studi pustaka (*library research*) yang memanfaatkan sumber-sumber tertulis sebagai data utama. Menurut Zed (2014), studi pustaka dilakukan dengan mengkaji berbagai literatur yang relevan untuk memperoleh data penelitian. Penggunaan studi pustaka memungkinkan peneliti mengakses berbagai teori yang mendukung analisis. Selain itu, metode ini membantu memperkuat landasan teoritis dalam penelitian. Dengan demikian, data yang diperoleh tidak hanya berasal dari teks utama, tetapi juga dari sumber pendukung lainnya.

Tempat penelitian tidak terikat pada lokasi tertentu karena dilakukan melalui studi kepustakaan dengan memanfaatkan buku, jurnal ilmiah, dan dokumen digital. Penelitian berfokus pada teks sebagai objek kajian utama sehingga tidak memerlukan observasi lapangan. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik baca dan catat, yaitu peneliti membaca teks secara berulang dan mencatat bagian-bagian yang relevan dengan fokus penelitian. Menurut Ratna (2015), teknik ini merupakan metode utama dalam penelitian sastra untuk memperoleh data berupa kutipan yang dianalisis secara sistematis. Proses membaca dilakukan secara intensif untuk memahami konteks cerita secara menyeluruh. Selanjutnya, data yang telah dicatat diklasifikasikan sesuai dengan kategori analisis. Teknik ini memungkinkan peneliti memperoleh data yang akurat dan relevan.

Definisi operasional variabel dalam penelitian ini meliputi dua konsep utama, yaitu *invisible loneliness* dan psikologi sastra. *Invisible loneliness* didefinisikan sebagai kondisi kesepian yang tidak tampak secara sosial tetapi dirasakan secara emosional, ditandai dengan perasaan hampa, keterasingan, dan kebutuhan afeksi yang tidak terpenuhi, merujuk pada teori Weiss (1973). Psikologi sastra digunakan sebagai pendekatan untuk memahami kondisi kejiwaan tokoh. Selain itu, penelitian ini menggunakan teori psikoanalisis dari Freud (1923) yang membagi struktur kepribadian menjadi id, ego, dan superego. Ketiga aspek tersebut digunakan untuk menganalisis dinamika batin tokoh utama dalam cerpen. Id berfungsi sebagai dorongan naluriah, ego sebagai penengah rasional, dan superego sebagai pengontrol moral. Dengan menggunakan konsep ini, analisis dapat dilakukan secara lebih mendalam terhadap konflik batin tokoh.

Teknik analisis data menggunakan analisis isi kualitatif dengan tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Tahapan ini mengacu pada model

analisis data dari Miles & Huberman (2014). Data yang telah dikumpulkan diklasifikasikan berdasarkan indikator *invisible loneliness* dan dianalisis menggunakan teori psikologi sastra serta psikoanalisis Freud. Proses reduksi dilakukan dengan memilih data yang relevan dengan fokus penelitian. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk deskriptif untuk memudahkan interpretasi. Tahap akhir adalah penarikan kesimpulan berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan. Dengan demikian, penelitian ini mampu menghasilkan pemahaman yang komprehensif dan sistematis terhadap fenomena yang dikaji.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Berdasarkan analisis mendalam terhadap cerpen “27” karya Denita Sal Sabila, ditemukan bahwa fenomena *invisible loneliness* tidak hanya hadir sebagai kesendirian fisik, tetapi juga sebagai pengalaman psikologis yang kompleks dan berlapis. Tokoh utama dalam cerpen ini memperlihatkan dinamika batin yang kuat melalui narasi, dialog, serta respons emosional dan fisik yang muncul sepanjang alur cerita. Kesepian yang dialami tokoh tidak selalu tampak secara eksplisit, melainkan tersembunyi di balik interaksi sosial yang singkat dan aktivitas yang terlihat normal. Hal ini menunjukkan bahwa kesepian dapat hadir secara laten dan berkembang seiring pengalaman emosional yang dialami individu.

Tabel 1. Hasil Analisis

No	Kutipan Teks	Indikasi Psikologis	Kategori
1	“sendirian merayakan hari ulang tahunnya”	Isolasi sosial	Kesepian sosial
2	“tanganku terasa kelu”	Reaksi psikosomatis	Tekanan emosional
3	“menangis tersedu-sedu”	Ledakan emosi	Kesepian emosional
4	“aku harus pulang”	Penarikan diri	Mekanisme pertahanan
5	“aku seorang diri di rumah”	Kesendirian total	Kesepian mendalam

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *invisible loneliness* dalam cerpen ini memiliki keterkaitan erat dengan kondisi psikologis tokoh yang berada pada fase dewasa muda. Tokoh mengalami konflik antara harapan akan kebersamaan dan realitas kesendirian yang dihadapi. Narasi dalam cerpen secara konsisten menggambarkan adanya ketidaksesuaian antara kondisi eksternal dan keadaan internal tokoh. Dengan demikian, kesepian yang dialami bukan hanya disebabkan oleh faktor lingkungan, tetapi juga oleh konflik batin yang tidak terselesaikan. Berdasarkan data kutipan teks dan indikator psikologis tersebut, diperoleh beberapa temuan utama sebagai berikut:

Kesepian Sosial (Isolasi Fisik)

Kesepian sosial tampak jelas melalui kondisi tokoh yang menjalani momen penting hidupnya tanpa kehadiran orang lain. Hal ini diperkuat oleh kutipan *“sendirian merayakan hari ulang tahunnya”* dan *“aku seorang diri di rumah, tanpa semua orang yang aku kasih”*. Kondisi ini menunjukkan adanya keterputusan relasi sosial yang bermakna, bukan sekadar situasi sementara. Tokoh tidak memiliki dukungan sosial yang seharusnya hadir dalam peristiwa emosional penting, sehingga memperkuat rasa keterasingan. Kesepian sosial ini menjadi dasar munculnya bentuk kesepian lain yang lebih kompleks karena ketiadaan relasi sosial berdampak langsung pada kondisi psikologis tokoh.

Kesepian Emosional (Kebutuhan Afeksi Tidak Terpenuhi)

Kesepian emosional ditunjukkan melalui luapan perasaan yang tidak terkendali, seperti pada kutipan *“menangis tersedu-sedu seperti anak kecil”*. Tangisan tersebut mencerminkan akumulasi emosi yang selama ini terpendam dalam diri tokoh. Tidak adanya figur yang memberikan dukungan emosional menyebabkan tokoh mengalami kehampaan batin yang mendalam. Kesepian ini lebih dalam dibandingkan kesepian sosial karena berkaitan dengan kebutuhan afeksi yang tidak terpenuhi. Dengan demikian, tokoh mengalami keterasingan secara psikologis meskipun secara fisik masih berada dalam lingkungan sosial.

Reaksi Psikosomatis (Respons Tubuh Terhadap Tekanan Batin)

Tekanan psikologis tokoh juga termanifestasi dalam bentuk reaksi fisik, seperti pada kutipan *“tanganku terasa kelu dan kehilangan kekuatannya”*. Kondisi ini menunjukkan bahwa kesepian tidak hanya berdampak pada aspek emosional, tetapi juga pada tubuh secara langsung. Reaksi psikosomatis muncul sebagai bentuk ketidakmampuan individu dalam mengelola tekanan batin yang dialaminya. Hal ini menandakan bahwa konflik emosional tokoh telah mencapai tingkat intensitas yang cukup tinggi. Dengan demikian, kesepian dalam cerpen ini bersifat menyeluruh karena melibatkan keterkaitan antara aspek mental dan fisik.

Mekanisme Pertahanan Diri (Penarikan Diri dan Penghindaran)

Tokoh menunjukkan kecenderungan untuk menarik diri dari situasi sosial sebagai bentuk perlindungan diri. Hal ini terlihat dari kutipan *“aku harus pulang”* serta keputusan tokoh untuk kembali ke rumah dan menyendiri. Penarikan diri ini merupakan mekanisme pertahanan untuk menghindari rasa sakit emosional yang lebih dalam. Namun, tindakan ini justru memperkuat perasaan kesepian yang dialami tokoh karena mengurangi kemungkinan terjadinya interaksi sosial yang bermakna. Dengan demikian, mekanisme pertahanan diri yang dilakukan tokoh bersifat maladaptif dan memperparah kondisi psikologisnya.

Konflik Batin (Id, Ego, dan Superego)

Analisis berdasarkan teori psikoanalisis Freud (1923) menunjukkan adanya konflik antara id, ego, dan superego dalam diri tokoh. Id tercermin dalam keinginan untuk dicintai dan dirayakan, seperti pada kutipan “*Tolong rayakan ulang tahun saya...*”. Ego berperan dalam menerima kenyataan bahwa tokoh harus merayakan ulang tahun seorang diri tanpa kehadiran orang lain. Sementara itu, superego menekan ekspresi emosi agar tokoh tetap terlihat kuat dan tidak menunjukkan kelemahannya, sebagaimana dalam kutipan “*aku berusaha untuk tidak menangis*”. Konflik antara ketiga aspek ini menciptakan tekanan batin yang mendalam dan menjadi faktor utama yang memperkuat *invisible loneliness* dalam diri tokoh.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, pembahasan ini bertujuan untuk menginterpretasikan temuan secara lebih mendalam dengan mengaitkannya pada teori yang relevan, penelitian terdahulu, serta menunjukkan kebaruan dari penelitian ini. Analisis tidak hanya berfokus pada deskripsi data, tetapi juga pada makna yang terkandung di balik fenomena *invisible loneliness* dalam cerpen “27”. Kesepian dalam cerpen ini tidak dapat dipahami secara sederhana sebagai kondisi sendirian, melainkan sebagai fenomena yang kompleks dan berlapis. Hal ini terlihat dari kutipan “*sendirian merayakan hari ulang tahunnya*” yang menunjukkan kesepian sosial, serta “*aku berusaha untuk tidak menangis*” yang mencerminkan kesepian emosional. Kedua bentuk kesepian ini saling berkaitan dan memperkuat satu sama lain dalam pengalaman tokoh, sehingga membentuk pengalaman batin yang utuh. Temuan ini sejalan dengan teori Weiss (1973), namun penelitian ini menunjukkan bahwa kesepian sosial dan emosional hadir secara simultan, bukan terpisah. Dengan demikian, kesepian dalam cerpen ini bersifat multidimensional dan saling terintegrasi.

Jika dibandingkan dengan penelitian terdahulu, penelitian ini menunjukkan adanya pengembangan kajian yang lebih luas dalam menganalisis fenomena kesepian dalam karya sastra. Kajian sebelumnya umumnya menekankan kesepian sebagai bentuk keterasingan sosial atau konflik batin tokoh, namun belum secara mendalam mengaitkannya dengan konsep *invisible loneliness* sebagai kesepian yang bersifat tersembunyi. Dalam penelitian ini ditemukan adanya dimensi tambahan berupa aspek emosional dan fisik yang memperkuat manifestasi kesepian pada tokoh. Hal ini didukung oleh kutipan “*tanganku terasa kelu dan kehilangan kekuatannya*” yang menunjukkan adanya reaksi psikosomatis dalam pengalaman kesepian tersebut. Dengan mengintegrasikan aspek sosial, emosional, dan fisik, penelitian ini menghadirkan perspektif yang lebih komprehensif dalam kajian psikologi sastra. Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya melengkapi kajian sebelumnya, tetapi juga memperluas ruang analisis terhadap fenomena *invisible loneliness* dalam karya sastra.

Pendekatan psikoanalisis Freud (1923) dalam penelitian ini memberikan

pemahaman yang lebih mendalam terhadap konflik batin tokoh. Id tokoh tercermin dalam kutipan “*Tolong rayakan ulang tahun saya... bersama orang-orang yang Kakak kasih*”, yang menunjukkan kebutuhan afeksi dan keinginan untuk diakui. Ego tampak dalam penerimaan realitas, yaitu “*aku harus merayakan hari ulang tahunku sendiri*”, sebagai bentuk penyesuaian terhadap kondisi yang tidak ideal. Sementara itu, superego terlihat dalam kutipan “*aku berusaha untuk tidak menangis*”, yang menunjukkan adanya kontrol terhadap ekspresi emosi. Interaksi ketiga aspek ini menciptakan tekanan psikologis yang tidak tampak secara langsung, tetapi dirasakan secara mendalam oleh tokoh. Dengan demikian, kebaruan penelitian ini terletak pada kemampuannya menjelaskan kesepian tidak hanya sebagai gejala, tetapi juga sebagai hasil dari mekanisme psikologis yang kompleks.

Fenomena *invisible loneliness* dalam cerpen ini juga sangat relevan dengan kehidupan modern. Banyak individu yang secara sosial tampak baik-baik saja, namun sebenarnya mengalami kesepian yang mendalam dalam dirinya. Hal ini tercermin dalam kutipan “*aku seorang diri di rumah, tanpa semua orang yang aku kasih*”, yang menunjukkan keterasingan emosional di tengah kondisi yang tampak normal. Pandangan ini sejalan dengan teori Cacioppo (2018) yang menyatakan bahwa kesepian berkaitan dengan kualitas hubungan, bukan sekadar jumlah interaksi sosial. Cerpen ini mampu merepresentasikan realitas tersebut secara naratif dan menyentuh aspek psikologis pembaca. Dengan demikian, karya sastra ini berfungsi sebagai refleksi kondisi masyarakat kontemporer yang rentan mengalami kesepian tersembunyi.

Secara keseluruhan, penelitian ini menemukan bahwa *invisible loneliness* tidak hanya berupa kesendirian, tetapi juga melibatkan konflik batin dan respons fisik secara bersamaan. Hal ini terlihat dari kombinasi kutipan “*menangis tersedu-sedu*” yang mencerminkan aspek emosional, “*tanganku terasa kelu*” yang menunjukkan respons fisik, serta “*aku seorang diri di rumah*” yang menggambarkan aspek sosial. Selain itu, usia 27 tahun dalam cerpen menjadi simbol krisis emosional pada fase dewasa muda, yaitu masa ketika individu dihadapkan pada tuntutan sosial dan ekspektasi hidup yang tinggi. Tokoh mengalami tekanan psikologis pada usia yang secara sosial dianggap stabil, sehingga muncul ketidaksesuaian antara harapan dan realitas. Temuan ini memberikan kebaruan dalam kajian psikologi sastra karena menghubungkan kesepian dengan fase perkembangan individu secara lebih spesifik. Dengan demikian, penelitian ini memperkaya pemahaman tentang kesepian sebagai fenomena yang kompleks, dinamis, dan sering kali tersembunyi dalam kehidupan modern.

4. Kesimpulan

Kesimpulan Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan terhadap cerpen “27” karya Denita Sal Sabila, dapat disimpulkan bahwa fenomena *invisible loneliness* pada usia 27 tahun direpresentasikan melalui pengalaman psikologis tokoh yang kompleks dan berlapis. Kesepian tidak hanya muncul sebagai kondisi fisik berupa kesendirian, tetapi juga sebagai kondisi emosional yang ditandai oleh

kebutuhan afeksi yang tidak terpenuhi, tekanan batin, serta reaksi psikosomatis. Selain itu, kesepian dalam cerpen ini bersifat multidimensional karena melibatkan aspek sosial, emosional, dan psikologis secara bersamaan. Hal ini menunjukkan bahwa kesepian tidak selalu terlihat secara kasatmata, tetapi dapat tersembunyi di balik perilaku yang tampak normal. Dengan demikian, pengalaman kesepian tokoh menjadi representasi dari kondisi psikologis yang lebih luas dalam kehidupan manusia modern.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa *invisible loneliness* dipengaruhi oleh konflik batin yang terjadi dalam struktur kepribadian tokoh, yaitu id, ego, dan superego sebagaimana dikemukakan oleh Freud (1923). Id mendorong kebutuhan akan kasih sayang dan kebersamaan, ego berusaha menyesuaikan diri dengan realitas kesendirian, sementara superego menekan ekspresi emosi agar tetap sesuai norma sosial. Ketidakseimbangan ketiga aspek tersebut menyebabkan munculnya tekanan psikologis yang tidak tampak secara langsung, namun dirasakan secara mendalam oleh tokoh. Konflik internal ini menjadi faktor utama yang memperkuat pengalaman kesepian tersembunyi. Oleh karena itu, kesepian tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi eksternal, tetapi juga oleh dinamika kepribadian individu.

Dengan demikian, penelitian ini menjawab rumusan masalah bahwa *invisible loneliness* dalam cerpen "27" merupakan bentuk kesepian tersembunyi yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, serta berkembang melalui dinamika pengalaman emosional tokoh. Penelitian ini juga menegaskan bahwa karya sastra dapat menjadi media reflektif untuk memahami kondisi psikologis manusia, khususnya pada fase dewasa muda. Selain itu, temuan penelitian ini memberikan kontribusi dalam memperkaya kajian psikologi sastra dengan menghadirkan analisis yang lebih komprehensif terhadap fenomena kesepian. Implikasi dari penelitian ini menunjukkan pentingnya memahami kondisi emosional individu secara lebih mendalam. Dengan demikian, karya sastra tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai sarana memahami realitas psikologis manusia secara lebih luas.

Daftar Pustaka

- Ahmadi, A. (2015). *Psikologi Sastra*. Surabaya: Unesa University Press.
https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=72YJEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=psikologi+sastra&ots=cR5ujHASW&sig=QHgITCI11R9QIhWUdppTnmc4wo&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Arnett. (2015). *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens through the Twenties*. New York: Oxford University Press.
- Cacioppo, J. T. (2018). *Loneliness: Human Nature and the Need for Social Connection*. New York: W.W. Norton & Company.
- Elfa, A. (2025). Kecemasan dan krisis identitas dewasa muda dalam cerpen *Asa Kelabu*: Kajian psikologi perkembangan Erik Erikson. *Jurnal Ilmiah Buana Bastra: Bahasa, Susastra, dan Pengajarannya*, 12(2), 227–240.
<https://doi.org/10.36456/bastra.vol12.no2.a10336>
- Freud, S. (1923). *The Ego and the Id*. London: Hogarth Press.

- Ghifara, Z., Iryanti, T. R., & Salsabila, F. N. (2025). Konflik batin tokoh “Aku” dalam cerpen *Rumah yang Terang* karya Ahmad Tohari: Sebuah tinjauan psikologi sastra. *Jurnal Pendidikan Bahasa*, 15(2), 128-135. <https://doi.org/10.37630/jpb.v15i2.2901>
- Heri, E. (2019). *Menggagas Sebuah Cerpen*. Semarang: Alprin. https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=1n3-DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=cerpen&ots=1kEVSkOGuh&sig=iSyNnUONqyo_wgV-xA2-APCvKMc&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Keyes, C. L. M. (2020). *Mental Health and Flourishing*. New York: Springer.
- Krippendorff, K. (2018). *Content Analysis: An Introduction to Its Methodology*. California: Sage Publications.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (2014). *Qualitative Data Analysis*. California: Sage Publications.
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Noriska, Z. A., & Chalis, N. (2025). Kepribadian Tokoh Utama dalam Cerpen al-Dunya Riwayat Karya Tawfiiq al-Hakim: Perspektif Carl Gustav Jung. *Al-Ma'rifah*, 22(1), 89–102. <https://doi.org/10.21009/almakrifah.22.01.07>
- Ratna, N. K. (2015). *Teori, Metode, dan Teknik Penelitian Sastra*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rohman, S. (2019). *Pembelajaran Cerpen*. Jakarta Timur: PT Bumi Aksara. https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=VM38DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA3&dq=cerpen&ots=snyW08kMh3&sig=-1TU54B2CPeRrOOCYBKasVdfIkE&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Sabila, D. S. 27. Kompas.id. <https://www.kompas.id/artikel/27-3> (Diakses 07 Maret 2026)
- Setiaji, A. B. (2020). Kajian Psikologi Sastra dalam Cerpen “Perempuan Balian” Karya Sandi Firli. *Lingue: Jurnal Bahasa, Budaya, Dan Sastra*, 1(1), 21–35. <https://doi.org/10.33477/lingue.v1i1.1176>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Turkle, S. (2017). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. New York: Basic Books.
- Wellek, R., & Warren, A. (2014). *Theory of Literature*. New York: Harcourt Brace.
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation*. Cambridge: MIT Press.
- Zed, M. (2014). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.