

**REPRESENTASI KECEMASAN EKSISTENSIAL DALAM PUISI-PUISI SAPARDI
DJOKO DAMONO**

Masnita Massaguni¹, Budi Hartono²

¹STIKES Datu Kamanre, ²UPTD SMP Negeri 2 Budong-Budong

¹niitakamanre@gmail.com, ²amirbudihartono@gmail.com

ABSTRACT

*This study aims to describe the representation of existential anxiety in three poems by Sapardi Djoko Damono, namely *Aku Ingin*, *Hujan Bulan Juni*, and *Pada Suatu Hari Nanti*, through the psychoanalytic perspective of Sigmund Freud. This research employed a qualitative descriptive method with a literary psychology approach. The primary data consisted of lines, phrases, and symbolic expressions in the poems that indicate existential anxiety, psychic conflict, and defense mechanisms. Data were collected through close reading and note-taking techniques, then analyzed using data reduction, classification, interpretation, and conclusion drawing. The findings reveal that existential anxiety in Sapardi's poems is represented through symbols of transformation, silence, deferred expression, and awareness of human finitude. In *Aku Ingin*, anxiety emerges through the symbolic transformation of wood into ash and clouds into rain as metaphors of loss and impermanence. In *Hujan Bulan Juni*, anxiety is reflected through emotional restraint and repression represented by delayed rain imagery. Meanwhile, *Pada Suatu Hari Nanti* demonstrates acceptance of death as a form of sublimation of existential fear. From Freud's psychoanalytic framework, the ego appears dominant in regulating the affective impulses of the id through symbolic sublimation. This study shows that Sapardi's poetic simplicity contains profound psychological complexity and contributes to expanding literary psychology studies in modern Indonesian poetry.*

Keywords: existential anxiety, Freudian psychoanalysis, Indonesian poetry

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan representasi kecemasan eksistensial dalam tiga puisi karya Sapardi Djoko Damono, yaitu *Aku Ingin*, *Hujan Bulan Juni*, dan *Pada Suatu Hari Nanti*, melalui perspektif psikoanalisis Sigmund Freud. Penelitian menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan psikologi sastra. Data penelitian berupa larik, frasa, dan simbol dalam puisi yang menunjukkan gejala kecemasan eksistensial, konflik batin, serta mekanisme pertahanan diri. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui teknik baca dan catat, sedangkan analisis data menggunakan reduksi data, klasifikasi, interpretasi, dan penarikan simpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan eksistensial dalam puisi-puisi Sapardi direpresentasikan melalui simbol perubahan, kesunyian, ketidaksampaian, dan kesadaran terhadap kefanaan hidup. Pada puisi *Aku Ingin*, kecemasan muncul melalui simbol transformasi kayu menjadi abu dan awan

menjadi hujan sebagai metafora kehilangan. Pada puisi *Hujan Bulan Juni*, kecemasan hadir dalam bentuk penundaan emosional dan represi melalui citraan hujan yang tertahan. Sementara itu, puisi *Pada Suatu Hari Nanti* menunjukkan penerimaan terhadap kematian sebagai bentuk sublimasi kecemasan eksistensial. Dalam kerangka psikoanalisis Freud, struktur ego tampak dominan dalam mengendalikan dorongan afektif id melalui sublimasi simbolik. Penelitian ini menunjukkan bahwa kesederhanaan bahasa puitik Sapardi menyimpan kompleksitas psikologis yang kuat dan memperluas kajian psikologi sastra pada puisi Indonesia modern.

Kata Kunci: Kecemasan Eksistensial, Psikoanalisis Freud, Puisi Indonesia

A. Pendahuluan

Puisi merupakan bentuk ekspresi sastra yang memiliki kemampuan tinggi dalam merepresentasikan pengalaman batin manusia melalui bahasa yang padat, simbolik, dan sugestif. Dalam kajian sastra modern, puisi tidak hanya dipahami sebagai struktur estetis, tetapi juga sebagai medium pengungkapan dinamika psikologis yang kompleks. Menurut Ratna (2022), karya sastra memiliki hubungan erat dengan gejala kejiwaan karena teks sastra lahir dari proses pengalaman mental yang kemudian dimediasi melalui bahasa. Pendekatan psikologi sastra karena itu menempatkan teks sastra sebagai ruang manifestasi gejala kejiwaan yang dapat dibaca melalui simbol, metafora, dan konflik batin yang hadir dalam teks. Perspektif ini

memungkinkan karya puisi dibaca sebagai representasi relasi antara pengalaman sadar dan dorongan bawah sadar penyair maupun subjek lirik.

Dalam sastra Indonesia modern, Sapardi Djoko Damono dikenal sebagai penyair yang menghadirkan bahasa sederhana tetapi sarat kedalaman emosional dan refleksi eksistensial. Puisi-puisinya sering menampilkan tema kesunyian, kehilangan, waktu, kematian, dan relasi manusia dengan kefanaan hidup. Menurut Minderop (2010), bentuk kesederhanaan dalam bahasa sastra sering justru menjadi medium penyembunyian gejala psikologis yang lebih kompleks. Karakteristik tersebut menjadikan puisi Sapardi relevan untuk dibaca melalui perspektif psikologi sastra, terutama dalam mengidentifikasi bentuk

kecemasan eksistensial yang tersembunyi di balik simbol-simbol puitik. Penelitian terhadap puisi Sapardi penting dilakukan untuk menyingkap dimensi laten yang tidak selalu tampak pada pembacaan struktural biasa.

Secara konseptual, kecemasan eksistensial merupakan kondisi psikis yang muncul ketika individu berhadapan dengan kesadaran tentang keterbatasan hidup, ketidakpastian, kesendirian, dan kematian. Dalam perspektif psikoanalisis, kecemasan tidak hanya dipahami sebagai respons emosional, tetapi juga sebagai gejala konflik internal antara dorongan instingtif, kontrol rasional, dan norma moral. Sigmund Freud menjelaskan bahwa kecemasan lahir dari benturan antara id, ego, dan superego yang bekerja dalam struktur kepribadian manusia (Freud, 2016). Id mendorong pemuasan naluriah, ego mengatur hubungan dengan realitas, sedangkan superego menghadirkan tekanan moral yang sering menimbulkan ketegangan psikis. Dalam teks puisi, ketiga unsur tersebut dapat muncul melalui simbol bahasa, pilihan diksi, dan pola naratif aku lirik.

Penelitian terdahulu tentang karya Sapardi Djoko Damono sebagian besar masih didominasi kajian stilistika, hermeneutika, dan strukturalisme. Kajian terhadap puisi *Aku Ingin* lebih banyak menyoroti makna cinta, simbol kesederhanaan bahasa, dan struktur semiotik puisi. Penelitian terhadap *Hujan Bulan Juni* juga cenderung menitikberatkan pada citraan, diksi, dan simbol alam sebagai pembangun estetika puisi (Hege, 2024). Sementara itu, penelitian psikologi sastra terhadap karya Sapardi dalam satu dekade terakhir lebih banyak diarahkan pada novel, khususnya analisis psikologi tokoh dalam novel Suti (Pradnyana et al., 2019). Hal ini menunjukkan masih terbukanya ruang penelitian psikologi sastra pada puisi Sapardi secara lebih spesifik.

Kajian psikologi sastra berbasis psikoanalisis Freud umumnya lebih sering diterapkan pada tokoh dalam novel karena narasi yang lebih panjang dianggap memudahkan identifikasi konflik kepribadian. Namun demikian, puisi justru menyimpan konsentrasi makna psikologis yang lebih padat melalui simbol-simbol yang memerlukan pembacaan interpretatif mendalam. Dalam puisi

Sapardi, simbol hujan, senja, diam, dan jarak sering muncul berulang sebagai penanda kondisi batin yang dapat dibaca sebagai bentuk kecemasan eksistensial. Pembacaan dengan teori Freud memungkinkan identifikasi mekanisme pertahanan diri seperti represi, sublimasi, dan *displacement* dalam ekspresi aku lirik. Dengan demikian, puisi menjadi medan penting untuk membaca dinamika bawah sadar yang tidak selalu eksplisit secara verbal.

Kebaruan dalam penelitian ini terletak pada fokus analisis terhadap representasi kecemasan eksistensial dalam puisi-puisi Sapardi melalui struktur psikis Freud yang belum banyak dikaji secara spesifik dalam penelitian terdahulu. Sebagian penelitian sebelumnya masih berhenti pada pembacaan simbolik umum tanpa menghubungkannya dengan konstruksi id, ego, dan superego. Penelitian ini menawarkan pembacaan yang menghubungkan simbol puitik dengan konflik kepribadian dalam diri aku lirik sebagai manifestasi ketegangan eksistensial. Pendekatan tersebut diharapkan dapat memperluas wilayah psikologi sastra dari dominasi kajian prosa menuju pembacaan puisi

secara lebih mendalam. Kebaruan ini juga relevan dengan perkembangan kajian interdisipliner sastra dan psikologi dalam penelitian sastra kontemporer.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan mendeskripsikan bentuk-bentuk kecemasan eksistensial dalam puisi-puisi Sapardi Djoko Damono serta menjelaskan dinamika psikis yang membentuknya melalui perspektif psikoanalisis Freud. Penelitian ini juga bertujuan mengidentifikasi bagaimana simbol-simbol puitik berfungsi sebagai representasi konflik batin antara dorongan bawah sadar dan kesadaran realitas. Analisis diarahkan pada puisi-puisi yang secara tematik memuat unsur kehilangan, waktu, kesunyian, dan kefanaan. Hasil penelitian diharapkan memberi kontribusi teoritis bagi pengembangan psikologi sastra dalam kajian puisi Indonesia modern. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi referensi metodologis bagi studi sastra yang mengintegrasikan pendekatan psikologi dan analisis teks secara sistematis.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif karena data penelitian berupa teks puisi yang mengandung makna simbolik dan psikologis. Pendekatan yang digunakan adalah psikologi sastra dengan perspektif psikoanalisis Sigmund Freud untuk mengidentifikasi representasi kecemasan eksistensial melalui struktur id, ego, superego, serta mekanisme pertahanan diri dalam teks puisi. Sumber data primer penelitian adalah puisi-puisi karya Sapardi Djoko Damono dalam *Hujan Bulan Juni*, khususnya puisi *Aku Ingin*, *Hujan Bulan Juni*, dan *Pada Suatu Hari Nanti* (Damono, 2015). Pemilihan data dilakukan secara purposive berdasarkan relevansi tema kehilangan, kesunyian, waktu, dan keterbatasan hidup. Data sekunder diperoleh dari jurnal ilmiah, buku psikologi sastra, dan penelitian terdahulu yang mendukung analisis. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik baca dan catat, yaitu membaca teks puisi secara intensif, mencatat kata, frasa, atau larik yang menunjukkan gejala kecemasan eksistensial, kemudian mengelompokkannya sesuai kategori psikoanalisis Freud. Instrumen utama

penelitian adalah peneliti sendiri dengan bantuan tabel kategorisasi data yang memuat simbol kecemasan, konflik psikis, dan bentuk mekanisme pertahanan diri. Analisis data menggunakan model interaktif yang meliputi reduksi data, penyajian data, interpretasi, dan penarikan simpulan. Data yang telah dipilih dianalisis dengan menghubungkan simbol puisi dengan dinamika psikis aku lirik berdasarkan teori Freud. Keabsahan data dilakukan melalui triangulasi teori dengan membandingkan hasil interpretasi terhadap referensi psikologi sastra dan penelitian terdahulu agar analisis lebih objektif dan sistematis.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Representasi Kecemasan Eksistensial dalam Puisi *Aku Ingin*

Puisi *Aku Ingin* karya Sapardi Djoko Damono dibuka dengan larik sebagai berikut.

Data 1

“Aku ingin mencintaimu dengan sederhana”

Larik tersebut menjadi pernyataan awal yang tampak tenang, tetapi secara semantik menyimpan intensitas emosional yang tinggi karena keinginan dinyatakan dalam

bentuk yang dibatasi oleh kata sederhana. Pilihan kata tersebut menunjukkan adanya kesadaran subjek lirik terhadap keterbatasan dalam mengekspresikan perasaan secara utuh. Dalam perspektif psikologi sastra, bentuk pembatasan ekspresi seperti ini sering dibaca sebagai gejala pengendalian afek dalam ruang kesadaran. Menurut kajian psikologi sastra kontemporer, bahasa yang tampak minimal dalam puisi justru sering menjadi medium bagi konflik emosional yang laten karena penyair menyalurkan tekanan batin melalui simbol verbal yang terkendali (Ratna, 2022).

Data 2

*“Dengan kata yang tak sempat diucapkan kayu kepada api yang menjadikannya abu”,
memperlihatkan”*

Larik tersebut menunjukkan simbol relasional yang mengandung unsur transformasi dan kehilangan. Kayu yang berubah menjadi abu menghadirkan citraan perubahan irreversibel, yaitu proses yang tidak dapat dikembalikan ke bentuk semula. Dalam konteks eksistensial, perubahan menuju abu dapat dimaknai sebagai metafora kefanaan, karena sesuatu yang awalnya utuh berakhir dalam bentuk sisa. Secara

psikoanalitik, simbol tersebut menunjukkan kecemasan terhadap hilangnya objek afeksi akibat konsekuensi inheren dari relasi itu sendiri. Freud menjelaskan bahwa kecemasan muncul ketika ego menyadari adanya ancaman terhadap objek yang memiliki nilai emosional bagi subjek, terutama ketika ancaman itu tidak dapat sepenuhnya dikendalikan Sigmund Freud (Freud, 2016).

Simbol kayu dan api juga menunjukkan relasi paradoks antara kehangatan dan kehancuran. Api dalam satu sisi memberi energi, tetapi pada saat yang sama menghancurkan medium yang disentuhnya. Kondisi ini dapat dibaca sebagai representasi ambivalensi psikis, yaitu dorongan untuk mendekat sekaligus kesadaran akan risiko kehilangan. Dalam struktur kepribadian Freud, situasi ambivalen semacam ini memperlihatkan benturan antara id yang mendorong pemenuhan afeksi dan ego yang memahami konsekuensi realitas (Hall et al., 1998)

Data 3

“aku ingin mencintaimu dengan sederhana / dengan isyarat yang tak sempat disampaikan awan kepada hujan yang menjadikannya tiada”

Larik tersebut menunjukkan bahwa awan dan hujan menghadirkan simbol transisi dari keberadaan menuju ketiadaan. Ketika awan berubah menjadi hujan, bentuk awalnya lenyap, meskipun substansi tetap hadir dalam bentuk lain. Dalam pembacaan eksistensial, perubahan tersebut menandakan bahwa keberadaan selalu berada dalam ancaman perubahan yang tidak terhindarkan. Kajian terhadap simbol alam dalam puisi Sapardi menunjukkan bahwa unsur alam sering digunakan untuk menyampaikan kesadaran tentang temporalitas dan kefanaan hidup manusia (Hege, 2024).

Simbol awan yang menjadi hujan juga menunjukkan mekanisme sublimasi, yaitu pengalihan dorongan emosional ke bentuk ekspresi estetis yang lebih dapat diterima. Freud memandang sublimasi sebagai mekanisme pertahanan diri ketika energi psikis yang intens tidak dilepaskan secara langsung, melainkan diubah menjadi bentuk simbolik (Freud, 2016).

Kecemasan eksistensial dalam puisi ini juga muncul dari dominasi ketidaklangsungan komunikasi. Kata-kata dan isyarat dalam puisi sama-

sama disebut tak sempat disampaikan. Ketidaksampaian ini menunjukkan adanya jarak antara dorongan batin dan kemampuan aktual untuk mengungkapkannya. Dalam psikologi eksistensial, kegagalan komunikasi sering berkaitan dengan kesadaran bahwa manusia tidak pernah sepenuhnya mampu menyampaikan pengalaman terdalamnya kepada orang lain (May, 1977).

Secara keseluruhan, puisi *Aku Ingin* menunjukkan bahwa kecemasan eksistensial dibangun melalui simbol transformasi, keterbatasan, dan ketidaksampaian. Kesederhanaan diksi dalam puisi bukan berarti minim makna, tetapi justru memperlihatkan strategi pengendalian emosional yang kuat. Dalam struktur psikoanalisis Freud, ego tampak dominan karena mampu mengelola dorongan afektif id tanpa membiarkannya berubah menjadi ledakan emosional. Mekanisme sublimasi menjadi sarana utama dalam mengubah kecemasan menjadi bahasa puitik yang tenang. Oleh karena itu, puisi ini dapat dibaca sebagai representasi konflik batin yang halus tetapi mendalam dalam menghadapi kemungkinan kehilangan dan kefanaan.

2. Representasi Kecemasan Eksistensial dalam Puisi *Hujan Bulan Juni*

Puisi *Hujan Bulan Juni* karya Sapardi Djoko Damono dibuka dengan larik seperti berikut.

Data 1

“tak ada yang lebih tabah / dari hujan bulan juni”

Larik ini menempatkan hujan sebagai simbol utama yang sejak awal telah diberi kualitas psikologis berupa ketabahan. Ketabahan tersebut tidak hanya menunjukkan daya tahan, tetapi juga mengandung makna penahanan emosi dalam situasi yang tidak sepenuhnya wajar, karena hujan turun pada musim yang secara alamiah bukan waktunya. Ketidakwajaran temporal ini dapat dibaca sebagai metafora kondisi batin yang mengalami ketegangan tetapi tetap dikendalikan. Dalam kajian puisi kontemporer, simbol hujan pada karya Sapardi sering dipahami sebagai medium ekspresi emosi laten yang bekerja melalui citraan alam sederhana namun berlapis makna psikologis (Hege, 2024)

Data 2

“Dirahasiakannya rintik rindunya / kepada pohon berbunga itu”

Larik tersebut menunjukkan adanya tindakan menyembunyikan

perasaan. Kata dirahasiakannya menjadi penanda utama bahwa emosi tidak dilepaskan secara langsung, tetapi disimpan dalam ruang batin yang tertutup. Dalam perspektif psikoanalisis Sigmund Freud, kondisi ini berkaitan dengan mekanisme represi, yaitu penekanan dorongan emosional agar tidak muncul secara terbuka dalam kesadaran. Rindu dalam puisi tidak tampil sebagai ungkapan eksplisit, melainkan hadir dalam bentuk simbol rintik yang lembut dan tertahan. Represi semacam ini menunjukkan bahwa subjek lirik sedang menghadapi konflik antara keinginan untuk menyatakan afeksi dan kebutuhan menjaga kestabilan emosional.

Simbol pohon berbunga dalam larik tersebut menghadirkan objek yang menerima kehadiran hujan secara diam. Pohon berbunga dapat dimaknai sebagai representasi objek afeksi yang menjadi tujuan emosi, tetapi hubungan antara hujan dan pohon tetap berlangsung dalam bentuk tidak langsung. Hubungan ini menunjukkan adanya jarak komunikasi, karena rindu hanya hadir sebagai rintik yang tersembunyi. Dalam konteks kecemasan eksistensial, jarak semacam ini

memperlihatkan kesadaran bahwa relasi manusia tidak selalu memungkinkan keterhubungan penuh. Ketidakmampuan menyampaikan emosi secara utuh menjadi salah satu sumber kecemasan karena subjek berada dalam batas keterjangkauan yang tidak sepenuhnya dapat dilampaui.

Data 3

"Tak ada yang lebih bijak / dari hujan bulan juni"

Larik tersebut memperlihatkan perubahan kualitas simbolik dari tabah menjadi bijak. Kebijaksanaan dalam konteks ini bukan sekadar sifat moral, tetapi bentuk pengendalian diri terhadap intensitas perasaan. Dalam teori Freud, kondisi ini menunjukkan dominasi ego, yaitu struktur psikis yang berfungsi menyeimbangkan dorongan emosional dengan tuntutan realitas (Hall, et al., 2018). Ego memungkinkan emosi tetap hadir, tetapi tidak berkembang menjadi ledakan afektif. Oleh karena itu, hujan menjadi metafora bagi subjek yang mampu merasakan kecemasan tanpa kehilangan kontrol terhadap dirinya.

Data 4

"Dihapusnya jejak-jejak kakinya / yang ragu-ragu di jalan itu"

Larik tersebut menunjukkan simbol penghilangan jejak sebagai

tindakan menghapus kemungkinan keterbacaan emosi. Jejak kaki yang ragu-ragu menunjukkan adanya ketidakpastian, keraguan, dan kehati-hatian dalam perjalanan batin. Penghapusan jejak dapat dibaca sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri berupa sublimasi, yaitu pengalihan kecemasan ke tindakan simbolik yang lebih tenang dan estetik (Minderop, 2010). Dalam konteks eksistensial, penghilangan jejak juga menandakan kesadaran bahwa keberadaan manusia bersifat sementara dan mudah lenyap. Simbol ini memperlihatkan bahwa kecemasan tidak dihadapi dengan resistensi terbuka, tetapi melalui penerimaan yang tenang terhadap ketidakpastian.

Data 5

"tak ada yang lebih arif / dari hujan bulan juni / dibiarkannya yang tak terucapkan / diserap akar pohon bunga itu"

Larik tersebut menunjukkan puncak pengendalian emosional dalam puisi. Frasa yang tak terucapkan menegaskan adanya pengalaman batin yang tetap tidak memperoleh bentuk verbal langsung. Dalam psikologi eksistensial, ketakterucapan merupakan kondisi ketika pengalaman terdalam manusia tidak sepenuhnya dapat dipindahkan

ke bahasa. Freud menjelaskan bahwa pengalaman yang tidak terucapkan sering tetap bekerja dalam lapisan psikis dan mencari bentuk simbolik lain untuk hadir (Freud, 2016). Dalam puisi ini, akar pohon menjadi medium penyerapan, sehingga kecemasan tidak hilang, melainkan berpindah ke ruang simbolik yang lebih dalam.

Secara keseluruhan, puisi *Hujan Bulan Juni* memperlihatkan kecemasan eksistensial melalui simbol hujan yang bekerja sebagai metafora emosi tertahan, relasi yang tidak sepenuhnya tersampaikan, dan kesadaran terhadap ketidakpastian. Struktur bahasa yang tenang menunjukkan dominasi ego dalam mengelola dorongan emosional id agar tetap berada dalam batas sosial dan kesadaran yang stabil. Mekanisme represi dan sublimasi menjadi dua proses utama yang tampak dalam keseluruhan puisi. Kesederhanaan bahasa Sapardi justru memperlihatkan kedalaman konflik batin yang tidak eksplisit tetapi konsisten. Karena itu, puisi ini dapat dibaca sebagai representasi kecemasan yang hadir dalam bentuk paling halus: diam, tertahan, namun terus bekerja dalam kesadaran subjek lirik.

3. Representasi Kecemasan Eksistensial dalam Puisi *Pada Suatu Hari*

Puisi *Pada Suatu Hari Nanti* karya Sapardi Djoko Damono dibuka dengan larik seperti sebagai berikut.

Data 1

“pada suatu hari nanti / jasadku tak akan ada lagi”

Larik ini secara langsung menghadirkan kesadaran akan kematian sebagai tema utama puisi. Berbeda dengan puisi-puisi Sapardi yang sering menggunakan simbol alam secara implisit, puisi ini justru menyatakan keterbatasan eksistensi manusia secara eksplisit melalui kata jasad. Dalam kajian eksistensial, kesadaran terhadap ketiadaan diri merupakan bentuk paling dasar dari kecemasan karena individu berhadapan dengan batas mutlak keberadaannya (May, 1977). Kesadaran semacam ini menjadikan puisi sebagai ruang refleksi terhadap kefanaan hidup yang tidak dapat dihindari.

Data 2

“tetapi dalam bait-bait sajak ini / kau tak akan kurelakan sendiri”

Larik tersebut menunjukkan bahwa kesadaran akan kematian segera diimbangi oleh upaya mempertahankan keberlanjutan

melalui karya. Kata *tetapi* berfungsi sebagai penanda resistensi psikis terhadap ancaman ketiadaan. Dalam perspektif psikoanalisis Sigmund Freud, kondisi ini menunjukkan kerja ego yang berusaha menegosiasikan realitas kematian dengan menciptakan bentuk keberlanjutan simbolik melalui bahasa (Freud, 2016). Ego tidak menolak kenyataan kematian, tetapi mengelola ancaman tersebut melalui medium bahasa dan puisi. Dengan demikian, karya sastra menjadi strategi psikologis untuk mempertahankan makna eksistensi di tengah kesadaran akan keterbatasan hidup.

Data 3

*"pada suatu hari nanti / suaraku
tak terdengar lagi"*

Larik tersebut memperlihatkan bentuk kehilangan berikutnya, yaitu hilangnya suara sebagai simbol kehadiran diri. Suara dalam konteks ini bukan sekadar bunyi, tetapi representasi identitas dan keberadaan subjek dalam dunia sosial. Ketika suara dinyatakan akan hilang, subjek lirik sedang mengakui kemungkinan terputusnya hubungan dengan dunia luar. Dalam teori eksistensial, kehilangan suara identik dengan kecemasan terhadap lenyapnya jejak

personal dalam kesadaran orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan dalam puisi tidak hanya berkaitan dengan tubuh, tetapi juga dengan kemungkinan hilangnya makna diri.

Data 4

*"tetapi di antara larik-larik sajak
ini / kau akan tetap kusiasati"*

Larik ini memperlihatkan sublimasi sebagai mekanisme pertahanan dominan, ketika ancaman kehilangan diubah menjadi strategi simbolik melalui teks (Minderop, 2010). Freud menjelaskan bahwa sublimasi terjadi ketika dorongan psikis yang mengandung tekanan dialihkan ke bentuk kreatif yang bernilai simbolik. Dalam puisi ini, ancaman kehilangan suara diubah menjadi kehadiran baru melalui teks. Kata *kusiasati* menunjukkan kesadaran aktif bahwa bahasa digunakan sebagai strategi menghadapi kecemasan. Dengan demikian, puisi berfungsi sebagai ruang transformasi dari ketakutan akan hilang menjadi usaha mempertahankan jejak keberadaan.

Data 5

*"pada suatu hari nanti / impianku
pun tak dikenal lagi"*

Larik tersebut menunjukkan bahwa Impian dalam puisi ini

merepresentasikan dimensi terdalam dari subjektivitas manusia, yaitu harapan, keinginan, dan orientasi makna hidup. Ketika impian dinyatakan tidak lagi dikenal, subjek lirik sedang menghadapi kemungkinan bahwa bahkan aspek paling personal pun dapat lenyap dari ingatan dunia. Dalam kerangka psikoanalisis, kondisi ini menunjukkan kecemasan terhadap hilangnya kontinuitas identitas. Ancaman tersebut memunculkan kebutuhan psikis untuk mencari bentuk keberlanjutan melalui ekspresi simbolik.

Data 6

*"namun di sela-sela huruf sajak
ini / kau tak akan letih-letihnya
kucari"*

Larik tersebut memperlihatkan bahwa pencarian tetap berlangsung meskipun kesadaran akan kehilangan telah diterima. Kata kucari menunjukkan gerak psikis yang terus bekerja meskipun subjek mengetahui keterbatasan eksistensinya. Dalam struktur Freud, hal ini menunjukkan bahwa ego tetap aktif menjaga keterhubungan emosional melalui simbol bahasa. Tidak ada kepanikan dalam puisi ini, melainkan penerimaan yang tenang terhadap kefanaan. Sikap tenang tersebut

memperlihatkan dominasi pengendalian psikis yang kuat dalam menghadapi kecemasan eksistensial. Secara keseluruhan, puisi *Pada Suatu Hari Nanti* merepresentasikan kecemasan eksistensial melalui kesadaran bertahap tentang hilangnya tubuh, suara, dan impian. Namun, ancaman tersebut selalu diimbangi oleh usaha mempertahankan keberadaan melalui puisi sebagai medium simbolik. Dalam perspektif Freud, mekanisme sublimasi menjadi bentuk utama pertahanan diri terhadap kecemasan akan kematian. Puisi ini memperlihatkan bahwa karya sastra bukan hanya ekspresi estetis, tetapi juga strategi psikologis menghadapi keterbatasan hidup. Karena itu, puisi Sapardi menunjukkan bahwa bahasa dapat menjadi ruang negosiasi antara kefanaan dan keinginan untuk tetap hadir dalam kesadaran orang lain.

4. Sintesis Psikoanalitik atas Tiga Puisi

Analisis terhadap puisi *Aku Ingin*, *Hujan Bulan Juni*, dan *Pada Suatu Hari Nanti* karya Sapardi Djoko Damono menunjukkan bahwa kecemasan eksistensial direpresentasikan melalui simbol-simbol sederhana yang berulang

dalam bentuk alam, perubahan, dan keterbatasan komunikasi. Pada puisi *Aku Ingin*, kecemasan muncul melalui simbol transformasi kayu menjadi abu dan awan menjadi hujan yang menandakan kemungkinan kehilangan dalam relasi afektif. Pada puisi *Hujan Bulan Juni*, kecemasan hadir dalam bentuk emosi yang dirahasiakan, ketidakterucapan, dan penghapusan jejak yang menunjukkan pengalaman batin yang tertahan. Sementara itu, pada puisi *Pada Suatu Hari Nanti*, kecemasan berkembang menjadi kesadaran eksplisit terhadap kematian, hilangnya suara, dan lenyapnya impian sebagai bentuk keterbatasan eksistensi manusia. Ketiga puisi memperlihatkan bahwa Sapardi menggunakan bahasa minimalis untuk menyampaikan ketegangan batin yang kompleks (Hartono & Massaguni, 2025; Ratna, 2022).

Secara tematik, ketiga puisi menunjukkan bahwa kecemasan eksistensial dalam karya Sapardi tidak diekspresikan melalui ledakan emosional, melainkan melalui ketenangan bahasa dan simbolisasi yang padat makna. Pola ini menunjukkan dominasi ekspresi batin yang terkendali, sehingga konflik

psikologis tidak tampil secara langsung tetapi hadir melalui citraan yang berlapis. Simbol alam seperti hujan, awan, api, dan pohon berfungsi sebagai medium pengalihan emosi sekaligus ruang artikulasi pengalaman eksistensial (Ratna, 2022). Dalam tradisi puisi modern Indonesia, strategi simbolik semacam ini memperlihatkan kecenderungan penggunaan objek konkret untuk menyampaikan abstraksi psikologis. Karena itu, kesederhanaan diksi pada puisi Sapardi justru memperkuat kedalaman makna batin yang dikandung teks, sebagaimana puisi dengan struktur sederhana juga dapat mengandung tekanan ideologis dan intensitas makna yang tinggi (Hartono & Massaguni, 2025).

Dalam perspektif psikoanalisis Sigmund Freud, struktur psikis yang paling dominan dalam ketiga puisi adalah ego. Ego tampak berfungsi sebagai pengatur utama dorongan emosional agar tetap berada dalam bentuk yang dapat diterima realitas. Pada puisi *Aku Ingin*, ego mengendalikan dorongan afektif agar hadir dalam bentuk simbolik yang sederhana. Pada puisi *Hujan Bulan Juni*, ego menjaga emosi tetap tersembunyi melalui represi dan

ketidakterucapan. Sementara pada puisi *Pada Suatu Hari Nanti*, ego menerima ancaman kematian melalui pengolahan simbolik ke dalam puisi (Freud, 1961; Hall et al., 1998).

Selain dominasi ego, mekanisme pertahanan diri juga menjadi pola penting dalam keseluruhan puisi. Mekanisme sublimasi tampak paling kuat karena dorongan emosional dialihkan menjadi bentuk estetis melalui bahasa puitik. Dalam puisi *Aku Ingin*, sublimasi terlihat ketika cinta tidak diungkapkan secara langsung tetapi melalui metafora kayu dan awan. Dalam puisi *Hujan Bulan Juni*, emosi yang tertahan dialihkan ke simbol hujan yang turun diam-diam. Dalam puisi *Pada Suatu Hari Nanti*, kecemasan terhadap kematian berubah menjadi upaya mempertahankan jejak melalui bait-bait puisi (Minderop, 2010).

Mekanisme represi juga terlihat terutama dalam puisi *Hujan Bulan Juni*, ketika rindu tidak diucapkan tetapi dirahasiakan. Represi menunjukkan bahwa subjek lirik menahan dorongan afektif agar tidak sepenuhnya muncul ke permukaan kesadaran. Dalam pembacaan psikologi sastra, kondisi ini

memperlihatkan adanya konflik batin yang tidak diselesaikan melalui ekspresi langsung. Represi membuat kecemasan tetap hadir, tetapi bergerak dalam bentuk simbolik yang lebih halus (Minderop, 2010). Dengan demikian, puisi Sapardi memperlihatkan bagaimana tekanan emosional bekerja melalui bahasa yang tenang.

Jika dilihat secara keseluruhan, bentuk kecemasan eksistensial dalam tiga puisi tersebut bergerak dari kecemasan relasional menuju kecemasan ontologis. Puisi *Aku Ingin* berfokus pada ancaman kehilangan dalam hubungan afektif. Puisi *Hujan Bulan Juni* menunjukkan kecemasan terhadap komunikasi yang tidak tersampaikan dan ketidakpastian batin. Pada puisi *Suatu Hari Nanti* menghadirkan bentuk paling mendasar, yaitu kesadaran akan kematian dan keterbatasan eksistensi. Pergerakan ini menunjukkan bahwa puisi Sapardi membangun spektrum kecemasan manusia secara bertahap melalui simbol-simbol yang sederhana.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa puisi-puisi

karya Sapardi Djoko Damono merepresentasikan kecemasan eksistensial melalui simbol alam, perubahan, ketidakterucapan, dan kesadaran akan kefanaan hidup. Kecemasan tersebut muncul dalam bentuk yang tidak eksplisit, tetapi bekerja melalui bahasa puitik yang sederhana dan terkendali. Dalam perspektif psikoanalisis Freud, struktur ego menjadi unsur dominan yang mengatur dorongan emosional agar tetap hadir dalam bentuk simbolik yang dapat diterima kesadaran.

Mekanisme pertahanan diri berupa sublimasi dan represi menjadi strategi utama dalam keseluruhan puisi. Sublimasi memungkinkan kecemasan berubah menjadi ekspresi estetis, sedangkan represi menahan emosi agar tidak tampil secara langsung. Hal ini menunjukkan bahwa puisi berfungsi bukan hanya sebagai karya estetis, tetapi juga sebagai ruang pengolahan konflik batin. Dengan demikian, karya Sapardi memperlihatkan hubungan erat antara ekspresi sastra dan dinamika psikis manusia.

Penelitian ini menegaskan bahwa pendekatan psikologi sastra, khususnya psikoanalisis Freud, efektif

digunakan untuk membaca makna laten dalam puisi modern Indonesia. Kajian ini juga memperlihatkan bahwa simbol-simbol sederhana dalam puisi dapat menyimpan struktur psikologis yang kompleks. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dapat memperluas objek kajian ke puisi-puisi lain karya Sapardi maupun penyair Indonesia kontemporer dengan pendekatan psikologi sastra yang lebih beragam.

DAFTAR PUSTAKA

- Damono, S. D. (2015). *HUJAN BULAN JUNI (SEBUAH NOVEL)*. Gramedia Pustaka Utama.
- Freud, S. (2016). Introductory lectures on psycho-analysis. In *Myths and mythologies* (pp. 158–166). Routledge.
- Hall, C. S., Lindzey, G., & Campbell, J. B. (1998). *Theories of personality* (4th ed.). New York, NY: John Wiley & Sons.
- Hartono, B., & Massaguni, M. (2025). Analisis Puisi Sajak Suara Karya Wiji Thukul: Pendekatan Struktural. *JURNAL RISET RUMPUN ILMU PENDIDIKAN*, 4(2), 665–675.
- Hege, N. R. L. (2024). Kajian semiotika sosial dalam kumpulan puisi *Hujan Bulan Juni* karya Sapardi Djoko Damono. Skripsi tidak diterbitkan, Universitas

Muhammadiyah Mataram,
Mataram.

May, R. (1977). *he meaning of anxiety*
New York. Norton.

Minderop, A. (2010). *Psikologi sastra: karya, metode, teori, dan contoh kasus*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia.

Nyoman Kutha Ratna Ratna, N. K. (2022). *Teori, metode, dan teknik penelitian sastra*. Yogyakarta, Indonesia: Pustaka Pelajar.

Pradnyana, I. W. G., Artawan, G., & Utama, I. M. (2019). Psikologi tokoh dalam novel Suti karya Sapardi Djoko Damono: Analisis psikologi sastra. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, 3(3), 339–347.

Ratna, N. K. (2022). *Teori, metode, dan teknik penelitian sastra*.