

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra. Pendekatan psikologi sastra tentu telah banyak dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya. Berkaitan dengan hal tersebut, untuk membedakan penelitian berjudul “Kecemasan Neurotik pada Tokoh dalam Kumpulan Cerpen *Murjangkung* karya A.S. Laksana” dengan penelitian terdahulu, maka peneliti meninjau penelitian sebelumnya. Pertama, penelitian berjudul “Gejala Odipus Kompleks Tokoh Utama dalam Novel *Wanita Titisan Surga* Karya Yunisa Priyono (Kajian Psikologi Sastra)”. Kedua, penelitian berjudul “Kecemasan Tokoh Utama Novel *Orang Miskin Dilarang Sekolah* Karya Wiwid Prasetyo (Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud).

Penelitian pertama yang berjudul “Gejala Odipus Kompleks Tokoh Utama dalam Novel *Wanita Titisan Surga* Karya Yunisa Priyono (Kajian Psikologi Sastra)” dilakukan oleh Deni Novian mahasiswa Universitas Muhammadiyah Purwokerto Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia pada tahun 2012. Hasil penelitian Deni Novian ialah gejala odipus kompleks muncul berdasarkan masa lalu tokoh utama dalam keluarga. Hal itu membuat dorongan ketidaksadaran untuk mendapat kasih sayang dari seorang ibu begitu menggelora. Berdasarkan struktur kepribadian tokoh utama, ada ketidakseimbangan antara *id*, *ego*, dan *superego*. Pendorong *id* bertentangan dengan kekuatan pengekan *superego*. Tokoh Agi cenderung mementingkan prinsip kenikmatan untuk mencintai perempuan yang mirip ibunya daripada aspek rasa di dalam dirinya. Pada akhirnya, tokoh utama mengalami

depresi karena kurangnya kasih sayang di dalam keluarga hingga akhirnya mengalami halusinasi yang memicu ketidaksadaran.

Perbedaannya dengan penelitian ini terletak pada objek penelitian dan sumber datanya. Objek penelitian Deni Novian adalah gejala odipus kompleks tokoh utama. Sementara itu, objek penelitian ini adalah kecemasan neurotik. Di sisi lain, sumber data yang digunakan Deni Novian adalah novel *Wanita Titisan Surga* karya Yunisa Priyono. Sementara itu, penelitian ini menggunakan kumpulan cerpen *Murjangkung* karya A.S Laksana sebagai sumber datanya.

Penelitian kedua yang berjudul “Kecemasan Tokoh Utama Novel *Orang Miskin Dilarang Sekolah* Karya Wiwid Prasetyo (Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud) dilakukan oleh Uman Rejo mahasiswa STIKIP Bina Insan Mandiri Surabaya, Prodi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia pada tahun 2012. Hasil penelitian Uman Rejo yaitu kecemasan realitas berasal dari ancaman yang berasal dari lingkungan sekitar dan orang terdekat. Kecemasan ini dialami Faisal saat akrab dengan Pambudi, Pepeng, dan Yudi. Kecemasan neurotik merupakan kecemasan yang dialami tokoh utama saat mengalami perasaan terancam dan merasa tidak tenang, terjadi ketika Faisal takut melihat teman-temannya tidak memiliki masa depan, terpuruk, dan terbelakang oleh kehidupan realita. Sementara itu, kecemasan moral yang dialami Faisal adalah ketika Faisal mengalami perasaan bersalah dan berdosa karena tindakan yang ia lakukan. Perasaan bersalah juga dialami Faisal ketika ia salah memandang cara mengajar guru mengajinya yang menggunakan rotan. Hal itu sebenarnya merupakan cara efektif yang dilakukan guru agar Faisal cepat bisa membaca Al-Qur’an.

Penelitian ini dengan penelitian Uman Rejo memiliki dua perbedaan. Perbedaannya terletak pada sumber dan objek penelitian. Objek penelitian ini kecemasan neurotik, sedangkan objek penelitian Uman Rejo adalah kecemasan tokoh utama. Perbedaan lain antara penelitian ini dengan penelitian Umam Rejo terletak pada sumber datanya. Penelitian Uman Rejo menggunakan sumber data novel berjudul *Orang Miskin Dilarang Sekolah* karya Wiwid Prasetyo. Di sisi lain, penelitian ini menggunakan sumber data kumpulan cerpen *Murjangkung* karya A.S Laksana. Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penelitian dengan judul Kecemasan Neurotik pada Tokoh dalam Kumpulan Cerpen *Murjangkung* karya A.S. Laksana berbeda dengan penelitian yang sudah ada. Dengan demikian, peneliti berpendapat bahwa penelitian ini perlu dilakukan.

B. Landasan Teori

Penelitian merupakan proses mencari pemecahan masalah melalui prosedur ilmiah. Tahap-tahap yang harus dilalui menurut prosedur ilmiah bukan hanya dapat dilakukan di laboratorium saja, tetapi juga mencari kajian pustakanya atau teorinya. Kegiatan penelitian selalu bertitik tolak dari pengetahuan yang sudah ada. Pada semua ilmu pengetahuan, ilmuwan selalu memulai penelitiannya dengan cara menggali apa-apa yang sudah ada (Arikunto, 2005: 56-58).

Di dalam sebuah penelitian, pengetahuan tersebut disusun atas teori-teori yang relevan dengan permasalahan penelitian yang dilakukan agar permasalahan yang ada dapat diungkap oleh peneliti. Oleh karena itu, dalam membahas kecemasan neurotik pada tokoh dalam kumpulan cerpen *Murjangkung* karya A.S Laksana, sangat diperlukan teori yang mendukung dan relevan. Pada bagian ini, teori yang mendukung

dan relevan akan dipaparkan secara jelas, yaitu mengenai; (1) Pengertian Cerpen; (2) Tokoh dan Penokohan; (3) Pengertian Kecemasan Neurotik; (4) Gejala Kecemasan Neurotik; dan (5) Faktor Penyebab Kecemasan Neurotik.

1. Pengertian Cerpen

Menurut Sayuti (2000: 8) secara spesifik, istilah cerpen biasanya diterapkan pada prosa fiksi yang panjangnya antara seribu sampai lima ribu kata, sedangkan novel umumnya berisi empat puluh lima ribu kata atau lebih. Sebuah cerita pendek bukanlah sebuah novel yang dipendek-pendekkan dan juga bukan bagian dari novel yang belum dituliskan. Di samping itu, menurut Ratna (2013: 88) sesuai dengan namanya cerita pendek adalah suatu cerita yang terdiri atas sejumlah halaman (5-50 halaman). Sesuai dengan medium yang tersedia, cerpen menyajikan sebagian kecil kehidupan manusia tetapi dikemas sedemikian rupa sehingga tetap memberikan pemahaman yang menyeluruh mengenai makna kehidupan.

Dari segi panjang ceritanya cerpen lebih padu, “memenuhi” tuntutan ke-unity-an. Karena bentuknya yang pendek, cerpen menuntut penceritaan yang serba ringkas, tidak sampai pada detail-detail khusus yang “kurang penting” yang lebih bersifat memperpanjang cerita. Kelebihan cerpen yang khas adalah kemampuannya mengemukakan secara lebih banyak atau secara implisit dari sekedar yang diceritakan. Selain itu, cerpen dibangun oleh unsur-unsur pembangun yaitu unsur intrinsik dan ekstrinsik. Plot cerpen pada umumnya tunggal, hanya terdiri dari satu urutan peristiwa yang diikuti sampai cerita berakhir (bukan selesai, sebab banyak cerpen yang tidak diikuti dengan penyelesaian yang jelas, penyelesaiannya diserahkan pada interpretasi

pembaca). Urutan peristiwa dapat berasal dari mana saja, misalnya dari konflik yang telah meningkat, tidak harus bermula dari tahap pengenalan para tokoh atau latar (Nurgiyantoro, 2013: 11-12).

Menurut Sayuti (2000: 9-10) kualitas watak tokoh dalam cerpen jarang dikembangkan secara penuh karena pengembangan semacam itu membutuhkan waktu, sementara pengarang sendiri sering kurang memiliki kesempatan untuk itu. Tokoh dalam cerpen biasanya langsung ditunjukkan karakternya. Artinya, hanya ditunjukkan tahapan tertentu perkembangan karakter tokohnya. Karakter dalam cerpen lebih merupakan “penunjukan” daripada hasil “pengembangan”. Selanjutnya, dimensi waktu dalam cerpen juga cenderung terbatas walaupun dijumpai pula cerpen-cerpen yang menunjukkan dimensi waktu yang relatif luas. Ringkasan cerpen menunjukkan kualitas yang bersifat *compression* ‘pemadatan’, *concentration* ‘pemusatan’, dan *intensity* ‘pendalaman’ yang semuanya berkaitan dengan panjang cerita dan kualitas struktural yang diisyaratkan oleh panjang cerita itu.

Karena ceritanya yang pendek, cerpen hanya berisi satu tema. Hal itu berkaitan dengan keadaan plot yang juga tunggal dan pelaku yang terbatas. Selain itu, pelukisan latar dalam cerpen tidak memerlukan detail-detail khusus tentang keadaan latar, misalnya yang menyangkut keadaan tempat dan sosial. Cerpen hanya memerlukan pelukisan secara garis besar saja, atau bahkan hanya secara implisit, asal telah mampu memberikan suasana tertentu yang dimaksudkan. Cerpen yang baik juga harus memenuhi kriteria kepaduan (*unity*). Artinya segala sesuatu yang diceritakan bersifat dan berfungsi mendukung tema. Penampilan berbagai peristiwa yang saling menyusul yang membentuk plot, walau tidak bersifat kronologis, namun haruslah tetap saling

berkaitan secara logika. Cerpen menawarkan sebuah dunia yang padu, namun dunia imajiner yang ditawarkan cerpen hanya menyangkut salah satu sisi kecil pengalaman kehidupan saja (Nurgiyantoro, 2013: 15-16).

Dari beberapa pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa cerpen merupakan salah satu jenis prosa fiksi, memiliki satu tema dan satu konflik yang membentuk ide cerita. Cerpen merangkum cerita kehidupan manusia yang bersifat fiktif secara singkat. Peristiwa, dan setting dalam cerpen digambarkan secara singkat namun padat, tidak secara detail. Selain itu, tokoh-tokoh yang ditampilkan dalam cerpen cenderung tokoh bulat.

2. Tokoh dan Penokohan

a. Tokoh

Abrams (dalam Nurgiyantoro, 2013: 247) mengemukakan bahwa tokoh cerita adalah orang (-orang) yang ditampilkan dalam suatu karya naratif atau drama. Oleh pembaca ditafsirkan bahwa tokoh memiliki kualitas moral dan kecenderungan tertentu. Kualitas moral dan kecenderungan tersebut merupakan apa yang diekspresikan dalam ucapan dan apa yang dilakukan dalam tindakan seorang tokoh. Di sisi lain, Thobroni (2008: 66) mendefinisikan tokoh dalam cerita sebagai orang atau pelaku dalam sebuah cerita yang harus menimbulkan rasa ingin tahu, konsisten, meyakinkan, kompleks, dan realistis. Selanjutnya, Sayuti (2000: 73) tokoh yaitu elemen struktural fiksi yang melahirkan peristiwa. Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa tokoh adalah orang atau pelaku yang ditampilkan dalam sebuah karya sastra yang memiliki peranan penting untuk menghidupkan cerita.

a. Jenis Tokoh

Menurut Nurgiyantoro (2013: 258-275) tokoh-tokoh cerita dalam sebuah karya sastra dapat dibedakan berdasarkan beberapa hal sebagai berikut. Tokoh berdasarkan peranannya dalam suatu cerita dapat dibagi menjadi dua, yaitu tokoh utama dan tokoh tambahan. Tokoh utama adalah tokoh yang diutamakan penceritaannya dalam suatu cerita yang bersangkutan. Sementara itu, Sayuti (2000:74) juga berpendapat bahwa tokoh utama adalah tokoh yang memiliki bagian terbesar pada peristiwa dalam cerita. Sedangkan tokoh tambahan adalah tokoh yang hanya sebagai pelengkap saja (Nurgiyantoro, 2013: 258-260).

Berdasarkan fungsi penampilan tokoh, tokoh dibagi menjadi dua, yaitu tokoh protagonis dan tokoh antagonis. Tokoh protagonis adalah tokoh yang dikagumi, yang salah satu jenisnya secara populer disebut hero. Tokoh protagonis menampilkan sesuatu yang sesuai dengan pandangan, maupun harapan-harapan pembaca. Sedangkan tokoh antagonis, adalah tokoh yang menyebabkan terjadinya suatu konflik (Nurgiyantoro, 2013: 260-261).

Berdasarkan perwatakan, tokoh dibagi menjadi dua. Tokoh yang pertama, yaitu tokoh sederhana (*simple* atau *flat character*). Tokoh yang kedua yaitu tokoh bulat (*kompleks character*). Tokoh sederhana merupakan tokoh yang hanya memiliki satu kualitas pribadi tertentu. Sementara itu, tokoh bulat merupakan tokoh yang memiliki kompleksitas yang diungkap dari berbagai kemungkinan sisi kehidupannya (Nurgiyantoro, 2013: 264-267).

Berdasarkan kriteria berkembang atau tidaknya perwatakan, tokoh dibagi menjadi dua. Tokoh tersebut terbagi atas tokoh statis dan tokoh berkembang. Tokoh statis adalah tokoh yang secara esensial tidak mengalami perubahan dan atau

perkembangan perwatakan sebagai akibat adanya peristiwa-peristiwa yang terjadi (Albert & Lewis dalam Nurgiyantoro, 2013: 272). Sementara itu, tokoh berkembang adalah tokoh cerita yang mengalami perubahan dan perkembangan perwatakan sejalan dengan perkembangan peristiwa dan plot yang dikisahkan (Nurgiyantoro, 2013: 274).

Berdasarkan kemungkinan pencerminan tokoh, tokoh dibedakan menjadi dua. Tokoh tersebut yaitu tokoh tipikal dan tokoh netral. Tokoh tipikal adalah tokoh yang hanya sedikit ditampilkan keadaan individualitasnya dan lebih banyak ditonjolkan kualitas pekerjaan atau kebangsaannya (Altenbernd & Lewis dalam Nurgiyantoro, 2013: 275). Sementara itu, tokoh netral adalah tokoh imajinatif yang hanya hidup dan bereksistensi dalam dunia fiksi (Nurgiyantoro, 2013: 275).

b. Penokohan

Kosasih (2012: 36) menjelaskan bahwa penokohan merupakan cara pengarang menggambarkan dan mengembangkan karakter tokoh-tokoh dalam cerita. Sementara itu, Thobroni (2008: 66) mengungkapkan bahwa penokohan menunjuk pada penempatan tokoh-tokoh tertentu di dalam cerita. Pendeknya, penokohan adalah penggambaran yang jelas tentang diri seseorang yang ditampilkan dalam sebuah cerita. Dengan kata lain, penokohan atau perwatakan ialah teknik atau cara menampilkan tokoh. Sedangkan Nurgiyantoro (2013: 278) mengemukakan bahwa penokohan adalah pelukisan gambaran yang jelas tentang seseorang yang ditampilkan dalam sebuah cerita fiksi.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa penokohan adalah cara pengarang menggambarkan atau menampilkan tokoh dalam sebuah cerita. Penokohan merujuk kepada penempatan tokoh-tokoh tertentu dan watak-watak

tertentu pula dalam sebuah cerita. Lebih lanjut Nurgiyantoro (2013: 278-297) menyebutkan teknik-teknik pelukisan tokoh yaitu, teknik ekspositori atau teknik analisis dan teknik dramatik.

Teknik ekspositori atau teknik analisis, yaitu pelukisan tokoh cerita yang dilakukan dengan memberikan deskripsi, uraian, atau penjelasan secara langsung. Tokoh cerita hadir dan dihadirkan oleh pengarang kepada pembaca dengan tidak berbelit-belit, melainkan begitu saja dan langsung di sertai deskripsi kediriannya (Nurgiyantoro, 2013: 279-280). Sementara itu, teknik dramatik yaitu penampilan tokoh yang dilakukan secara tidak langsung. Pengarang membiarkan para tokoh cerita untuk menunjukkan kediriannya sendiri melalui berbagai aktivitas yang dilakukan, baik secara verbal lewat kata maupun nonverbal lewat tindakan, atau tingkah laku, dan juga melalui peristiwa yang terjadi (Nurgiyantoro, 2013: 283).

Penampilan tokoh secara dramatik dapat dilakukan melalui sejumlah teknik, antara lain: a) Teknik cakapan merupakan penggambaran tokoh melalui percakapan yang dilakukan oleh tokoh-tokoh cerita untuk menggambarkan sifat-sifat tokoh yang bersangkutan, b) Teknik tingkah laku, merupakan penggambaran tokoh melalui apa yang dilakukan tokoh dalam wujud tindakan dan tingkah laku, c) Teknik pikiran dan perasaan, merupakan apa yang terlintas di dalam pikiran dan perasaan, serta apa yang dipikir dan dirasakan oleh seorang tokoh, dalam banyak hal akan mencerminkan sifat-sifat jati dirinya, d) Teknik arus kesadaran atau *interior monologue* (monolog batin) merupakan percakapan yang hanya terjadi dalam diri sendiri, yang pada umumnya ditampilkan dengan gaya “aku”, berusaha menangkap kehidupan batin, urutan suasana kehidupan batin, pikiran, perasaan, emosi, kesadaran, dalam penokohan dapat dianggap sebagai usaha untuk mengungkapkan informasi yang “sebenarnya” tentang kedirian tokoh, e) Teknik reaksi tokoh, merupakan reaksi tokoh terhadap suatu

kejadian, masalah, keadaan, kata, dan sikap serta tingkah laku orang lain, f) Teknik reaksi tokoh lain, merupakan reaksi yang diberikan oleh tokoh lain terhadap tokoh utama, atau tokoh yang dipelajari kediriannya, yang berupa pandangan, pendapat, sikap, komentar, dan lain-lain, g) Teknik pelukisan latar, merupakan penggambaran tokoh melalui pelukisan suasana latar. Keadaan latar tertentu adakalanya menimbulkan kesan yang tertentu pula pada pihak pembaca, h) Teknik pelukisan fisik, merupakan penggambaran tokoh melalui keadaan fisik. Keadaan fisik tokoh perlu dilukiskan, terutama jika ia memiliki bentuk fisik khas sehingga pembaca dapat menggambarkan secara imajinatif, i) Catatan tentang identifikasi tokoh, merupakan cara pengarang dalam mengembangkan tokoh sejalan dengan kebutuhan dan perkembangan cerita (Nurgiyantoro, 2013: 286-297).

3. Kecemasan Neurotik

a. Pengertian Kecemasan Neurotik

Kecemasan menurut Durand dan David H. Barlow (2006: 158) adalah berupa perasaan gelisah pada diri seseorang. Perasaan gelisah tersebut bersifat subjektif atau diartikan sebagai sejumlah perilaku yang menggambarkan khawatir, gelisah, dan resah. Di sisi lain, Chaplin (2011: 32) menyatakan bahwa kecemasan merupakan perasaan campuran. Perasaan campuran tersebut berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.

Menurut Semiun (2006b: 177) neurotik adalah konflik tak sadar antara dorongan id yang mencari pelepasan dan pertahanan ego yang menghambat jalan masuk dorongan itu menuju kesadaran. Superego memainkan peran lebih rumit dalam konflik neurotik. Superego adalah agen yang membuat dorongan insting terasa tidak

diperbolehkan untuk ego. Sementara itu, menurut Alwisol (2009: 251) neurotik adalah pola tingkah laku yang ditunjukkan oleh seorang yang merasa dirinya mengalami kesulitan emosional tetapi tidak menunjukkan gangguan psikotik.

Kartono (2002: 119) menjelaskan bahwa kecemasan neurotik adalah suatu kecemasan yang erat kaitannya dengan mekanisme-mekanisme pelarian diri yang negatif. Kecemasan itu banyak disebabkan oleh rasa bersalah atau berdosa, serta konflik-konflik emosional serius dan kronis berkesinambungan, dan frustrasi-frustrasi serta ketegangan-ketegangan batin. Hal itu menyebabkan seseorang menjadi selalu bingung, gelisah, merasa terancam, tersudut, dan seterusnya.

Sementara itu Freud (dalam Maramis, 1998: 38) menyatakan bahwa kecemasan neurotik timbul sebagai reaksi terhadap suatu bahaya yang mengancam organisme. Pada kecemasan ini sumber bahayanya tidak diketahui. Di sisi lain, Feist dan Gregory J. Feist (2010: 38) mengemukakan kecemasan neurotik yaitu rasa cemas akibat bahaya yang tidak diketahui. Perasaan itu sendiri berada pada ego, tetapi muncul dari dorongan-dorongan id. Seseorang bisa merasakan kecemasan neurotik akibat keberadaan guru, atasan, atau figur otoritas lain.

Mahmud (1990: 235) menjelaskan jika pada kecemasan neurotik fungsi kepribadian menghindari pengendalian yang sadar. Dalam beberapa hal, sikap tersebut berwujud perasaan takut. Orang-orang yang mengalami kecemasan neurotik tidak bertanggung jawab atas tindakan mereka. Mereka akan menyalahkan pengaruh luar untuk setiap masalah yang berhubungan dengan perilaku mereka, termasuk orang lain. Orang-orang yang mengalami kecemasan neurotik cenderung tidak bisa dipercaya.

Dari beberapa pengertian di atas, dapat disimpulkan kecemasan neurotik merupakan ketakutan terhadap suatu bahaya yang tidak diketahui. Ketakutan tersebut

muncul akibat reaksi terhadap suatu bahaya. Reaksi terhadap suatu bahaya tersebut mengancam diri seseorang. Perasaan itu berada pada ego, tetapi muncul dari dorongan-dorongan id. Seseorang mengalami kecemasan neurotik akibat rasa takut yang berlebihan dan dipengaruhi oleh kondisi sekitar.

b. Gejala Kecemasan Neurotik

Menurut KBI (2008: 453) gejala merupakan keadaan yang menjadi tanda-tanda akan timbulnya sesuatu. Sebagai gangguan psikis yang timbul dalam diri seseorang. Keberadaan kecemasan neurotik diawali dengan munculnya beberapa gejala. Beberapa gejala itu misalnya perasaan ngeri dan takut. Gejala lain dari kecemasan neurotik adalah tidak dapat mewujudkan potensinya. Uraian selengkapnya tentang gejala kecemasan neurotik akan dijelaskan sebagai berikut.

1) Gejala kecemasan neurotik menurut Semiun

a) Selalu Merasa Cemas

Penderita neurotik selalu dibayang-bayangi oleh perasaan ngeri dan takut. Perasaan ngeri dan takut menyebabkan penderita selalu bingung, gelisah, merasa terancam, dan tersudut. Ia selalu gelisah walaupun berada dalam keadaan-keadaan yang biasa. Orang neurotik mengalami situasi yang dianggapnya lebih berbahaya daripada kenyataan yang sebenarnya terjadi. Hal itu dikarenakan situasi tersebut mengancam pertahanan neurotik yang telah dibentuk atau digunakannya (Semiun, 2006a: 316).

Di sisi lain, menurut Kartono (2011: 129) kecemasan ialah semacam kegelisahan, kekhawatiran, dan ketakutan terhadap sesuatu yang baur, dan memiliki ciri yang mengazab seseorang. Jika seseorang merasa bahwa kehidupan ini terancam oleh sesuatu yang tidak jelas maka kita menjadi cemas. Sementara itu, jika seseorang

khawatir terhadap sesuatu yang jelas, misalnya harimau atau orang gila yang mengamuk maka itu disebut takut. Rasa cemas juga dapat timbul ketika khawatir kehilangan seseorang yang dicintai.

b) Tidak dapat Berfungsi Sesuai dengan Kapasitas

Seseorang yang mengalami kecemasan neurotik tidak dapat mewujudkan potensinya. Dalam hal ini mereka memiliki kesenjangan antara keinginan berprestasi dan potensi yang dimiliki. Akibat dari hal tersebut, mereka selalu gagal mencapai keberhasilan. Selain itu, penderita kecemasan neurotik selalu menghabiskan waktu hanya untuk memikirkan dirinya sendiri. Ia tidak mampu menjalin hubungan yang sehat (Semiun, 2006a: 317).

c) Pola Tingkah Laku yang Kaku atau Diulang-Ulang

Pola tingkah laku neurotik kadang-kadang disebut kebodohan neurotik (*neurotic stupidity*). Penderita neurotik tidak mampu mempelajari cara-cara baru untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan. Selain itu, mereka juga tidak dapat menyesuaikan diri dengan masalah-masalah kehidupan. Penderita neurotik selalu membuat respon yang sama dan tidak tepat untuk berbagai situasi. Dalam hal ini, seseorang yang mengalami kecemasan neurotik selalu mengulangi tingkah laku yang sama dalam menyelesaikan suatu masalah (Semiun, 2006a: 317).

d) Egosentrik

Orang neurotik selalu mengutamakan dirinya sendiri. Kesadaran akan dirinya sendiri lebih kuat dibandingkan dengan orang yang normal. Akibat dari hal tersebut, ia selalu membanding-bandingkan dirinya sendiri dengan orang lain. Di sisi lain seseorang yang mengalami kecemasan neurotik selalu membanding-bandingkan

situasinya dengan orang lain. Ia sering menuntut kepada orang lain hanya karena ingin mementingkan dirinya sendiri (Semiun, 2006a: 317).

e) Hipersensitif

Akibat dari tingginya tingkat ketegangan yang dialami, maka penderita neurotik secara khas mengadakan reaksi yang berlebihan terhadap situasi kehidupan. Sifat ini diperlihatkan dengan sikap mudah tersinggung atau tidak mampu menahan kritik. Mereka memberikan reaksi secara berlebihan terhadap pujian atau sanjungan. Di sisi lain, mereka sering mengeluh tentang perasaan fisik yang tidak enak. Mereka juga memberikan reaksi hebat terhadap situasi-situasi stres yang normal (Semiun, 2006a: 319).

f) Tidak Matang

Para penderita neurotik pada umumnya adalah orang-orang yang telah gagal mengembangkan pola-pola emosi dan motivasi yang dewasa. Hubungan emosional mereka sering bercirikan ketergantungan dan kebutuhan-kebutuhan yang berlebihan akan kasih sayang dan pengakuan dari orang lain. Ia membutuhkan banyak kebutuhan yang bersifat kekanak-kanakan. Orang ini tidak mau dikekang dan merasa frustrasi dengan memberi reaksi cemberut, mencibir, dan marah (Semiun, 2006a: 319).

g) Keluhan-keluhan dan Simtom-Simtom Somatik

Perasaan tidak enak atau lemah sebagai simtom-simtom fisik merupakan hal-hal yang paling sering menyebabkan penderita neurotik menganggap dirinya sebagai orang yang sakit. Penyakit fisik yang dasarnya psikogenik itu mungkin berwujud rasa sakit di bagian-bagian tertentu dari tubuh. Hal tersebut dapat pula berupa disfungsi

sistem organ tubuh, hipersensitif, bahkan mungkin kelumpuhan. Disfungsi organ tubuh bisa menimbulkan perubahan-perubahan fisik yang harus dirawat secara medis (misalnya *peptic ulcer*, yakni luka-luka pada lapisan perut atau lambung) (Semiun, 2006a: 319). Sementara itu, menurut Pieter (2011: 290) keluhan simtom somatik adalah gangguan psikis yang menyebabkan gangguan fisik, atau dengan kata lain penyakit fisik yang disebabkan oleh pikiran-pikiran negatif ataupun masalah-masalah emosi. Masalah emosi itu antara lain, rasa berdosa, merasa punya penyakit, stress, depresi, kecewa, kecemasan, atau masalah emosi negatif lainnya.

h) Tidak Bahagia

Penderita neurotik menjadi orang yang tidak bahagia. Mereka merasa kesepian dan merasa sakit. Selain itu, seseorang yang mengalami kecemasan neurotik merasa kehilangan hal-hal yang enak dan menyenangkan dalam hidup. Suasana hati yang secara umum terdapat pada penderita neurotik adalah perasaan depresi, putus asa, dan pesimistik terhadap masa depan. Selain merasa dirinya terbebani, ia juga merasa terjatuh pada jaring yang dibuatnya sendiri (Semiun, 2006a: 320).

i) Tingkah Laku yang Bermotivasi Tak Sadar

Pada individu yang normal, motivasi tak sadar merupakan dasar bagi banyak tingkah laku. Sementara itu, pada penderita neurotik motivasi tak sadar menguasai reaksi-reaksi yang penting terhadap situasi-situasi kehidupan. Penderita neurotik lebih banyak membutuhkan mekanisme pertahanan yang dikembangkan secara tak sadar. Kesadarannya tentang kenyataan sangat banyak diwarnai oleh ketakutan dan permusuhan tak sadar yang merupakan dasar dari pola tingkah laku neurotik (Semiun, 2006a: 319).

2) Gejala kecemasan neurotik menurut Chaplin

Menurut Chaplin (2011: 327), kecemasan neurotik merupakan penyakit lunak. Dalam hal ini, ia mengatakan bahwa kecemasan neurotik muncul ditandai dengan adanya konflik batin dan tingkah laku obsesif kompulsif. Konflik batin merupakan konflik yang terjadi di dalam diri seseorang. Sementara itu, tingkah laku obsesif kompulsif merupakan ide-ide atau emosi-emosi yang muncul dalam diri seseorang sebagai keharusan yang terus melekat dan tidak mau hilang. Uraian mengenai konflik batin dan tingkah laku obsesif kompulsif akan dijelaskan sebagai berikut.

a) Konflik Batin

Kartono (2002: 112) menyatakan bahwa konflik batin merupakan pertentangan antara dorongan sifat kekanak-kanakan melawan pertimbangan yang lebih rasional. Hal itu kemudian banyak menyebabkan ketegangan jiwa dan kecemasan, sehingga menghambat atau membelokkan adaptasi seseorang terhadap tuntutan lingkungan. Sedangkan menurut Alwisol, dkk (2005: 587) konflik batin merupakan konflik yang disebabkan adanya dua gagasan atau lebih, atau keinginan yang saling bertentangan untuk menguasai diri sehingga mempengaruhi tingkah laku.

b) Tingkah Laku Obsesif Kompulsif

Kartono (2011: 183) menjelaskan bahwa tingkah laku obsesif kompulsif adalah ide-ide atau emosi-emosi yang muncul sebagai keharusan yang terus melekat dan tidak mau hilang meskipun individu yang bersangkutan dengan sadar berusaha keras untuk menghilangkannya. Ide-ide tersebut tidak menyenangkan dan tidak rasional, namun tidak dapat dibendung atau dilenyapkan. Penderita obsesif kompulsif sadar kalau pikiran dan kecemasan itu sia-sia, tidak pantas, tidak perlu, abnormal, dan

tidak masuk akal bahkan tidak mungkin. Namun, dia tidak mampu menghapus dan mengontrolnya, karena dia dikuasai oleh kecemasan hebat.

Di lain sisi, Coleman (dalam Muarifah, 2012: 107) mengatakan bahwa dasar pola kehidupan neurotik akan dapat dilihat dari timbulnya gejala neurotik (*the neurotic nucleus*) dan mempertahankan pola (*the neurotic paradox*). Akibat dari pola hidup tersebut maka munculah pribadi neurotik. Mereka memiliki tiga karakteristik, yaitu kepribadian yang kaku dan tidak fleksibel dalam menghadapi kesulitan, adanya kesenjangan antara keinginan berprestasi dan potensi yang dimiliki, adanya ketidakbahagiaan dan ketidakpuasan dalam kehidupan sehingga merasa rendah diri dan ragu-ragu.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat 11 gejala kecemasan neurotik. Gejala kecemasan neurotik yang pertama yaitu selalu merasa cemas. Gejala yang kedua yaitu tidak dapat berfungsi sesuai dengan kapasitas. Gejala yang ketiga yaitu pola tingkah laku yang kaku atau diulang-ulang. Gejala keempat yaitu sikap egosentrik. Gejala yang kelima yaitu sikap hipersensitif. Gejala keenam yaitu memiliki emosi yang tidak matang. Gejala yang ketujuh yaitu keluhan-keluhan dan simtom-simtom somatik. Gejala kedelapan memiliki perasaan tidak bahagia. Gejala kesembilan yaitu tingkah laku yang bermotivasi tak sadar, lalu gejala kesembilan yaitu konflik batin, dan gejala kesebelas yaitu tingkah laku obsesif kompulsif.

c. Faktor Penyebab Kecemasan Neurotik

Sigmund Freud (dalam Dewi dan Andri, 2007: 235-237) membagi faktor penyebab kecemasan neurotik (*neurotic anxiety*) menjadi empat bagian. Faktor kecemasan neurotik yang (1) Faktor dari dalam yang menakutkan, (2) Faktor dari luar yang menakutkan, (3) Faktor terkait objek tertentu, dan (4) Faktor kecemasan yang

tidak berhubungan dengan faktor berbahaya dari dalam dan luar. Uraian tentang faktor penyebab kecemasan neurotik akan dijelaskan sebagai berikut.

1) Faktor dari dalam yang menakutkan

Menurut Freud (dalam Dewi dan Andri, 2007: 236) kecemasan neurotik muncul akibat pengaruh dari dalam diri seseorang. Faktor dalam diri seseorang yang mempengaruhi kecemasannya meliputi; *Pertama*, usia mempengaruhi psikologi seseorang karena semakin tinggi usia semakin baik tingkat kematangan emosi, sehingga kemampuan dalam mengendalikan ketakutan dalam dirinya lebih besar. *Kedua*, pengalaman masa lalu mempengaruhi seseorang dalam menghadapi ketakutan-ketakutan yang muncul tanpa penyebab yang jelas. *Ketiga*, status kesehatan jiwa dan fisik seseorang dapat mempengaruhi mekanisme pertahanan alami seseorang.

2) Faktor dari luar yang menakutkan

Menurut Freud (dalam Dewi dan Andri, 2007:237) kecemasan neurotik muncul akibat pengaruh dari luar. Salah satu hal yang mempengaruhi dalam hal ini adalah lingkungan. Faktor luar yang mempengaruhi kecemasannya antara lain: *Pertama*, dukungan sosial dan lingkungan mampu mempengaruhi kecemasan sehingga kehadiran seseorang mampu mengurangi kecemasan. *Kedua*, pendidikan seseorang akan cara mengontrol rasa takut dan cemas yang timbul dalam dirinya.

3) Faktor terkait objek tertentu

Perasaan takut dan ingin menghindar dari objek atau situasi yang kenyataannya tidak berbahaya sering disebut dengan fobia. Menurut klasifikasi Freud

(dalam Dewi dan Andri, 2007: 236) fobia disebut sebagai psikoneurosis. Hal ini dikarenakan ide dasar pada psikoneurosis ditandai oleh kecemasan yang mengingatkan pada situasi bahaya dan pernah ditemui sebelumnya. Fobia merupakan perasaan takut dan menghindar terhadap objek atau situasi yang realitanya tidak berbahaya. Penderita fobia mengalami kepanikan jika terjebak dalam situasi yang menakutkan (*fobic situation*).

Lebih lanjut, Freud (dalam Dewi dan Andri 2007: 237) menyebutkan terdapat dua jenis fobia yaitu: *Pertama, Simple Phobia* adalah fobia yang muncul karena satu penyebab. Misalnya fobia kucing, perasaan takut hanya terbatas pada kucing tidak pada binatang lain. *Kedua, Complex Phobia* adalah fobia yang berhubungan dengan banyak penyebab. Contohnya, fobia berbicara di depan umum, masalah utama fobia ini adalah harga diri yang rendah. Masalah tersebut menyebabkan seseorang tidak percaya diri, sehingga tidak berani berbicara di depan umum.

Kartono (2011: 136) menjelaskan bahwa fobia adalah ketakutan atau kecemasan khas neurotik dan merupakan simbol dari konflik-konflik neurotik yang menimbulkan macam-macam bentuk kecemasan dan ketakutan. Sebab dari fobia adalah pernah mengalami ketakutan hebat yang disertai rasa malu dan bersalah yang ditekan dalam ketidaksadaran. Pendapat lain juga diungkapkan oleh Corey (2013: 146). Ia mengatakan bahwa kecemasan akibat faktor tertentu mencakup pengalaman terhadap objek atau situasi tertentu sebagai penyebab kadang merasa cemas karena takut terjadi hal lain. Ketakutan akan kejadian itu merupakan ancaman. Gangguan ini ditandai dengan kecemasan dan kekhawatiran yang berlebihan dan tidak rasional bahkan tidak realistis terhadap berbagai peristiwa sehari-hari. Kondisi ini dialami oleh penderita selama sehari-hari.

4) Faktor Kecemasan yang tidak berhubungan dengan faktor berbahaya dari dalam dan luar

Menurut Sigmund Freud (dalam Dewi dan Andri, 2007: 235) kecemasan yang bermanifestasi dalam gangguan panik merupakan salah satu bentuk kecemasan neurotik. Kecemasan tersebut tidak berhubungan dengan faktor-faktor berbahaya. Gejala yang timbul pada saat panik yaitu palpitasi, dispnea, adanya rasa takut mati, adanya rasa kecemasan akan terulangnya kejadian tersebut. Perasaan takut gila juga sering terdapat pada serangan panik karena ketidakmampuan penderita mengontrol pikirannya saat itu.

Di sisi lain, Corey (2013: 145) mengatakan bahwa faktor kecemasan yang tidak berhubungan dengan faktor luar dan dalam merupakan cemas yang sederhana. Yang terjadi hanyalah individu merasa takut dan timbul perasaan tidak menentu. Kecemasan ini timbul akibat kekhawatiran konstan atau obsesi terhadap hal kecil yang dikhawatirkan. Hal tersebut menyebabkan kesulitan berkonsentrasi. Hal tersebut menyebabkan pikiran kerap menjadi kosong.