
REPRESENTASI SMILE MASK SYNDROME DALAM NOVEL ECCEDENTESIAST KARYA ITAKRN: ANALISIS PSIKOLOGI SASTRA DAN IMPLEMENTASINYA TERHADAP NILAI-NILAI PENDIDIKAN KARAKTER

Maria Helena Meo¹

¹Universitas Flores

Email: ellenameo04@gmail.com

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan representasi Smile Mask Syndrome pada tokoh utama Canva Narendra dalam novel *Eccedentesiast* karya ItaKrn serta mengungkap implementasi hasil analisisnya terhadap nilai-nilai pendidikan karakter. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan pendekatan psikologi sastra dan teori psikoanalisis Sigmund Freud, khususnya mekanisme pertahanan diri. Data dikumpulkan melalui teknik membaca, mencatat, menggarisbawahi, dan mengelompokkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Smile Mask Syndrome pada tokoh Canva Narendra direpresentasikan melalui lima mekanisme pertahanan diri: (1) reaksi formasi melalui tampilan keceriaan dan lelucon berlebihan untuk menyembunyikan rasa sakit fisik dan batin; (2) represi dengan menekan duka, luka trauma perundungan, dan penelantaran orang tua ke alam bawah sadar; (3) denial dengan menolak kenyataan penderitaan demi menjaga citra positif; (4) rasionalisasi dengan menciptakan alasan logis atas kondisi fisiknya yang memburuk; serta (5) sublimasi dengan mengalihkan emosi negatif menjadi tindakan positif dan altruistik. Temuan ini berimplikasi pada penguatan nilai-nilai pendidikan karakter seperti kejujuran emosional, empati sosial, keteguhan, serta pengendalian diri. **Kata Kunci:** Smile Mask Syndrome, Psikologi Sastra, Psikoanalisis Freud, Pendidikan Karakter, Novel *Eccedentesiast*.

Abstract: This study aims to describe the representation of Smile Mask Syndrome in the main character, Canva Narendra, in the novel *Eccedentesiast* by ItaKrn and to reveal the implementation of the analysis results towards character education values. A descriptive qualitative method was employed using a literary psychology approach and Sigmund Freud's psychoanalytic theory, specifically defense mechanisms. Data were collected through reading, note-taking, underlining, and categorizing techniques. The results indicate that Smile Mask Syndrome in Canva Narendra is represented through five defense mechanisms: (1) reaction formation, manifested by displaying excessive cheerfulness and humor to conceal severe physical and emotional pain; (2) repression, by pushing grief, trauma from bullying, and parental neglect into the subconscious; (3) denial, by refusing to acknowledge reality to maintain a positive self-image; (4) rationalization, by fabricating logical excuses for his deteriorating physical condition; and (5) sublimation, by redirecting negative emotions into positive, altruistic actions. These findings have implications for reinforcing character education values such as emotional honesty, social empathy, resilience, and self-control.

Keywords: Smile Mask Syndrome, Literary Psychology, Freudian Psychoanalysis, Character Education, *Eccedentesiast* Novel.

PENDAHULUAN

Karya sastra merupakan cerminan imajinatif dari dinamika kehidupan manusia yang merepresentasikan fenomena sosial maupun gejolak psikologis. Melalui medium bahasa, pengarang mampu menuangkan persoalan-persoalan kejiwaan yang kompleks, seperti kecemasan, ketakutan, rasa kesepian, hingga konflik batin yang dialami oleh individu. Novel sebagai salah satu genre sastra fiksi memiliki ruang naratif yang cukup luas untuk mengembangkan karakterisasi tokoh, alur, dan latar emosional. Dalam pengkajian fiksi, tokoh—khususnya tokoh utama—memegang peranan sentral sebagai penggerak cerita sekaligus sarana penyampaian kondisi kejiwaan yang dialaminya. Dalam konteks psikologi sastra, karya fiksi dapat dibedah dengan mengaitkan aspek-aspek kejiwaan manusia. Penggunaan pendekatan psikologi sastra berfokus pada dinamika batin tokoh fiksi yang sering kali mencerminkan realitas kejiwaan manusia pada umumnya.

Salah satu fenomena psikologis yang menarik perhatian dalam karya sastra modern adalah *Smile Mask Syndrome* (SMS) atau dikenal juga dengan istilah *smiling depression*. Fenomena ini menggambarkan keadaan ketika seseorang secara sadar menyembunyikan emosi negatif, kesedihan, dan penderitaan batin di balik topeng senyuman serta keceriaan buatan agar tidak terlihat lemah atau membebani lingkungan sekitarnya. Novel *Eccedentesiast* karya ItaKrn menghadirkan potret nyata fenomena tersebut melalui karakter utama, Canva Narendra. Canva digambarkan sebagai remaja yang cerdas, murah senyum, dan selalu membawa keceriaan bagi kawan-kawannya. Namun, di balik topeng bahagia tersebut, ia menanggung beban trauma perundungan (*bullying*), penderitaan fisik akibat penyakit kronis, duka atas wafatnya sang nenek, serta penelantaran oleh kedua orang tuanya. Ketidaksesuaian antara kondisi internal yang hancur dengan penampilan luar yang ceria membuat karakter Canva menjadi subjek yang sangat relevan untuk dikaji menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud, khususnya mengenai mekanisme pertahanan diri (*defense mechanism*).

Beberapa penelitian terdahulu mengenai konflik batin dan psikologi tokoh dijadikan acuan relevan, di antaranya penelitian Jeni (2019) mengenai konflik batin tokoh, Tukan (2020) mengenai psikologi tokoh, Sukini et al. (2024), Ayuwindari et al. (2024), serta Maghfirah & Latuconsina (2025). Berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya, penelitian ini berfokus secara khusus pada representasi *Smile Mask Syndrome* melalui mekanisme pertahanan diri Sigmund Freud (reaksi

formasi, represi, denial, rasionalisasi, dan sublimasi) serta bagaimana implikasinya terhadap nilai-nilai pendidikan karakter.

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan secara komprehensif bentuk-bentuk mekanisme pertahanan diri sebagai representasi *Smile Mask Syndrome* pada tokoh Canva Narendra serta merumuskan implementasi hasil analisis tersebut terhadap penguatan nilai-nilai pendidikan karakter, seperti kejujuran emosional, empati sosial, keteguhan (*resilience*), dan pengendalian diri. Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat teoretis bagi perkembangan kajian psikologi sastra serta manfaat praktis bagi pendidik dan masyarakat luas dalam membangun kesadaran akan kesehatan mental (*mental health awareness*).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Data yang dihasilkan berupa uraian teks, kata-kata, serta kalimat naratif yang menggambarkan aspek-aspek psikologis tokoh utama dalam novel. Sumber data utama penelitian ini adalah novel *Eccedentesiast* karya ItaKrn (Depok: PT Akad Media Cakrawala, 2022, setebal 356 halaman, ISBN 978-623-5953-10-6). Data penelitian mencakup kutipan narasi, deskripsi pengarang, serta dialog antar-tokoh yang mengindikasikan gejala *Smile Mask Syndrome* dan lima bentuk mekanisme pertahanan diri.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan metode kepustakaan (*library research*) dengan teknik baca, garis bawahi, catat, dan pengelompokan (*coding*) data. Penelitian dilakukan dengan membaca novel secara berulang-ulang, menandai teks yang memuat cerminan psikologis tokoh, mencatatnya, lalu mengelompokkannya berdasarkan kategori mekanisme pertahanan diri Sigmund Freud.

Teknik analisis data mengacu pada model interaktif Miles dan Huberman yang terdiri atas tiga tahapan:

Reduksi Data: Menyeleksi, menyaring, dan mengodekan data-data tekstual novel yang sesuai dengan kategori mekanisme pertahanan diri.

Penyajian Data (Data Display): Menyusun data pilihan ke dalam tabel kategorisasi dan mendeskripsikannya melalui uraian naratif.

Penarikan Kesimpulan/Verifikasi: Merumuskan makna dari temuan analisis kejiwaan tokoh dan mengaitkannya dengan implementasi nilai-nilai pendidikan karakter.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan analisis tekstual terhadap novel *Eccedentesias* karya ItaKrn, ditemukan 32 data kunci yang merepresentasikan *Smile Mask Syndrome* pada tokoh Canva Narendra. Data tersebut terdistribusi ke dalam lima bentuk mekanisme pertahanan diri psikoanalisis Sigmund Freud, sebagaimana disajikan pada Tabel 1:

Tabel 1. Distribusi Data Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Canva Narendra

No	Mekanisme Pertahanan Diri	Jumlah Data	Kode Data Kunci (Halaman)
1	Reaksi Formasi	8 Data	Data 1 (Hlm. 13), Data 3 (Hlm. 29), Data 8 (Hlm. 279)
2	Represi	8 Data	Data 9 (Hlm. 6), Data 11 (Hlm. 18), Data 13 (Hlm. 157)
3	Denial	5 Data	Data 17 (Hlm. 17), Data 18 (Hlm. 269), Data 21 (Hlm. 25)
4	Rasionalisasi	6 Data	Data 22 (Hlm. 29), Data 24 (Hlm. 276), Data 26 (Hlm. 281)
5	Sublimasi	5 Data	Data 28 (Hlm. 5), Data 30 (Hlm. 16), Data 31 (Hlm. 283)

Pembahasan

1. Reaksi Formasi

Reaksi formasi merupakan pertahanan diri yang paling dominan membentuk gejala *Smile Mask Syndrome* pada tokoh Canva. Ketika Canva merasakan ketakutan sosial akibat perundungan di masa lalu atau saat ia menahan sakit fisik yang parah, ia justru memunculkan respons keceriaan dan candaan yang ekstrem di hadapan publik.

"Yang lain pun tertawa mendengarnya, termasuk Canva yang berdiri di tengah-tengah mereka. Sungguh, baru kali ini dia merasakan asyiknya memiliki teman." (E, Hlm. 13, P. 67)

"Suasana di kantin terasa begitu meriah karena Canva kemudian tidak berhenti melontarkan lelucon. Cowok itu merasa sangat Bahagia Ketika melihat sahabat-sahabatnya tertawa. Namun, hal itu tidak berlangsung lama. Tiba-tiba dirinya merasa agak pusing..." (E, Hlm. 29, P. 200)

Kutipan tersebut memperlihatkan bagaimana Canva menggunakan tawa dan keakraban buatan untuk menutup trauma masa lalunya. Alih-alih mengeluh atau menunjukkan kelemahannya, Canva berusaha menjadi pusat lelucon bagi kawan-kawannya. Topeng keceriaan ini digunakan sebagai perisai sosial agar orang lain tidak memergoki penderitaan fisiknya.

2. Represi

Represi dilakukan Canva dengan menekan ingatan trauma bullying semasa SMP, rasa rindu mendalam kepada orang tuanya yang menelantarkannya, serta kepedihan fisik ke alam bawah sadar demi menjaga perasaan orang-orang terdekatnya.

"Tiga tahun lamanya dia hanya diam saja, menahan semua rasa sakit tanpa bercerita pada siapa pun..." (E, Hlm. 6, P. 19)

"Sebenarnya, dia ingin sekali bercerita kepada sahabat-sahabatnya mengenai masalah yang dialaminya. Namun, dia terlalu takut untuk menyusahkan mereka yang sudah memiliki beban masing-masing..." (E, Hlm. 283, P. 1000)

Tekanan represi yang berlangsung menahun ini pada akhirnya memicu kegagalan represi (failure of repression) pada momen-momen tertentu, di mana Canva melakukan amuk emosional verbal terhadap dirinya sendiri ketika berada dalam kesendirian.

3. Denial

Bentuk denial ditunjukkan Canva ketika ia menyangkal rasa duka mendalam dan fakta pahit dalam hidupnya. Ketika sang nenek wafat, Canva menyangkal penderitaannya lewat catatan diari dengan menyatakan bahwa dirinya "sudah merasa enakan":

"Hari ini, Anva udah ngerasa enakan meskipun masih sedih karena nenek ninggalin sendirian. Tapi, nenek tenang aja, Anva janji bakalan tetap semangat..." (E, Hlm. 25, P. 160)

Canva juga menolak bantuan orang lain yang ingin mempertemukannya kembali dengan orang tuanya, memperlihatkan penyangkalan terhadap kenyataan bahwa ia telah ditelantarkan.

4. Rasionalisasi

Rasionalisasi dimanfaatkan Canva untuk menciptakan pembenaran logis semu saat kondisi fisiknya akibat penyakit kronis mulai menurun drastis:

"Tiba-tiba dirinya merasa agak pusing. Ah, mungkin karena darah tinggiku kumat, batin Canva." (E, Hlm. 29, P. 200)

Ia menyimpulkan gejala gagal ginjal kronis sebagai sekadar "darah tinggi kumat" atau "capek sekolah". Logika palsu ini digunakan Canva untuk menenangkan dirinya sendiri sekaligus menghindari dari pertanyaan kawan-kawannya.

5. Sublimasi

Sublimasi merupakan pertahanan diri paling konstruktif yang ditunjukkan Canva. Amarah, rasa kecewa, dan dendam atas perundungan tidak ia balaskan dengan kekerasan. Sebaliknya, ia menyalurkan dorongan emosi tersebut menjadi tindakan positif dan penuh kepedulian:

"Selama ini, Canva hampir tidak pernah membalas perbuatan mereka. Sebisa mungkin dia akan menghindari saja dan tidak ingin menyakiti balik mereka." (E, Hlm. 5, P. 14)

Ia mengalihkan duka dan rasa kesepiannya dengan merawat sang nenek dengan penuh kasih serta memfokuskan sisa hidupnya untuk memperjuangkan kebahagiaan orang-orang yang dicintainya.

Implementasi terhadap Nilai-Nilai Pendidikan Karakter

Kajian psikologi sastra terhadap novel *Eccedentesiast* memberikan implikasi edukatif yang bernilai penting bagi pengembangan karakter:

- 1. Nilai Kejujuran Emosional (*Emotional Honesty*):** Kisah Canva memberi pelajaran bahwa memendam duka secara berlebihan di balik topeng keceriaan (*toxic positivity*) dapat

membahayakan kesehatan mental dan fisik. Pendidikan karakter harus menanamkan keberanian untuk jujur mengakui keterbatasan, rasa sakit, serta tidak ragu mencari bantuan profesional atau dukungan emosional.

2. **Nilai Empati dan Kepedulian Sosial:** Mengajarkan pembaca agar tidak menilai kondisi kejiwaan seseorang hanya dari penampilan senyum luarnya. Masyarakat dan peserta didik dididik untuk lebih peka, mau mendengarkan tanpa menghakimi, serta tanggap terhadap gejala depresi terselubung (smiling depression).
3. **Nilai Keteguhan dan Ketabahan (Resilience):** Perjuangan Canva mengajarkan daya tahan mental yang luar biasa saat diterpa perundungan, kehilangan keluarga, dan penyakit parah tanpa terjerumus ke dalam tindakan destruktif.
4. **Pengendalian Diri dan Kesabaran:** Ditunjukkan dari kemampuan Canva mengelola amarah dan dendam menjadi tindakan sublimasi yang menyebarkan kebaikan bagi sesama.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Representasi Smile Mask Syndrome pada tokoh Canva Narendra dalam novel *Eccedentesiast* karya ItaKrn terwujud secara dominan melalui lima bentuk mekanisme pertahanan diri psikoanalisis Sigmund Freud, yaitu reaksi formasi (menampilkan kebahagiaan buatan), represi (mengunci trauma dan rasa sakit), denial (menolak kenyataan pahit), rasionalisasi (menciptakan alasan logis atas penurunan fisiknya), dan sublimasi (mengalihkan emosi negatif menjadi kepedulian sosial). Hasil analisis novel ini berimplikasi langsung pada penguatan nilai-nilai pendidikan karakter, mencakup kejujuran emosional, empati dan kepedulian sosial, keteguhan batin (resilience), serta pengendalian diri.

Saran

1. Masyarakat dan Pembaca: Diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan kesehatan mental (mental health awareness) dan berani jujur mengekspresikan kondisi emosional diri tanpa takut dianggap lemah.
2. Pendidik: Hendaknya memanfaatkan novel *Eccedentesiast* sebagai media pembelajaran sastra edukatif untuk melatih kepekaan empati peserta didik serta mencegah aksi perundungan (bullying) di lingkungan sekolah.

3. Peneliti Selanjutnya: Disarankan untuk memperluas cakupan kajian, misalnya melalui pendekatan psikologi kognitif-perilaku atau sosiologi sastra untuk mengkaji pengaruh struktur sosial terhadap kesehatan mental remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayuwulandari, Rahmayantis, & Sujarwoko. (2024). Konflik Batin Tokoh dalam Novel Rasa Karya Tere Liye: Kajian Psikologi Sastra. *Kopula: Jurnal Bahasa, Sastra, Dan Pendidikan*, 6(2), 173-186.
- Gomes, R. R. (2025). Understanding smiling depression: The hidden struggle behind the smile. *Journal of Clinical Psychology and Neurology*, 3(2), 1-2.
- Jeni, Lidia. (2019). Konflik Batin Tokoh dalam Novel Cinta Sang Palang Karya Gusti Adi Tetiro (Skripsi). Ende: PBSI, FKIP Universitas Flores.
- Kgatla, B. L. (2024). From activism to influence: Unpacking the romanticisation of mental illness online. *Social and Health Sciences*, 22(2), 115-128.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1982). Analisis Data Kualitatif. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia.
- Nurdiyantoro, B. (2018). Teori Pengkajian Fiksi. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Prasetyo, V. R., & Prasetyo, A. R. (2025). Gangguan mental pada remaja era Gen Z sebagai ide penciptaan karya seni lukis digital. *Jurnal Pendidikan dan Penciptaan Seni (JIPSI)*, 4(1), 75-87.
- Rachmawati, I., & Nugroho, A. S. (2023). Dinamika psikologis penderita smiling depression pada usia dewasa awal. *Jurnal Psikologi Teori dan Aplikasi*, 13(2), 104-118.
- Sukini, S., Amertawengrum, I., & Suseno, S. (2024). Konflik batin tokoh utama dalam novel Terusir karya Hamka: Analisis psikologi sastra. *Jurnal Bahasa dan Sastra Indonesia*, 12(1), 45-55.
- Suryabrata, S. (2013). Psikologi Kepribadian. Jakarta: Rajawali Pers.
- Tukan, O. Kristina. (2020). Psikologi Tokoh dalam Novel KKN di Desa Penari Karya Simpleman (Skripsi). Ende: PBSI, FKIP Universitas Flores.
- Wellek, R., & Warren, A. (2020). Teori Kesusastraan (Terjemahan Melani Budianta). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.