

## Rasionalisasi sebagai Strategi Pertahanan Ego Remaja dalam Film Ancika: Dia yang Bersamaku 1995 (Analisis Psikoanalisis Freud)

*Rationalization as an Ego Defense Mechanism of Adolescents in the Film Ancika: Dia yang Bersamaku 1995: A Sigmund Freud Psychoanalytic Analysis*

Salsabila Endani<sup>1</sup>, Dimas Anugrah Adiyadmo<sup>2</sup>, Yusra D<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Jambi

\*Correspondence e-mail: [salsabila.end@gmail.com](mailto:salsabila.end@gmail.com)\*

<p><b>Article History</b></p> <p>Published: 25 Mei 2026</p> <p><b>Keywords</b> Rationalization, Defense Mechanism, Sigmund Freud's Psychoanalysis, Psychology of Literature, Ancika 1995 (Film)</p> <p><b>Kata Kunci</b> Rasionalisasi, Mekanisme Pertahanan Diri, Psikoanalisis Sigmund Freud, Psikologi Sastra, Film Ancika 1995</p> <p><b>Page</b> 1488-1496</p>	<p><b>Abstract</b></p> <p>This study aims to describe the self-defense mechanism of rationalization employed by the main character in the film <i>Ancika: Dia yang Bersamaku 1995</i> using Sigmund Freud's psychoanalytic approach. This study utilizes a descriptive qualitative method with a psychology of literature approach. The data source for this research is the film <i>Ancika: Dia yang Bersamaku 1995</i> directed by Benni Setiawan, which was adapted from the novel by Pidi Baiq. The research data consist of dialogue fragments, monologues, and visual indicators that represent the interaction between the personality structures of the <i>id</i>, <i>ego</i>, and <i>superego</i>. Data collection techniques were carried out through the observation (<i>simak</i>), note-taking (<i>catat</i>), and documentation methods, which were subsequently analyzed using interpretative content analysis techniques. The findings of this study demonstrate a specific uniqueness in Ancika's character as a representation of an independent young woman; unlike female characters in similar studies who generally use rationalization as a passive escape from subordination, Ancika actively utilizes rationalization as an instrument to assert her personal autonomy and boundaries amidst social pressures. The most dominant personality structure triggering this mechanism is the <i>ego</i>, which operates under the reality principle. Rationalization uniquely manifests through patterns of emotional masking and the provision of logical-intellectual reasoning to reject the stereotypical romanticization of teenagers of her era. Thus, this film does not merely display ordinary self-defense dynamics, but rather a powerful form of psychological negotiation in maintaining a woman's self-image and emotional sovereignty.</p> <p><b>Abstrak</b></p> <p>Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan mekanisme pertahanan diri berupa rasionalisasi yang dilakukan tokoh utama dalam film <i>Ancika: Dia yang Bersamaku 1995</i> menggunakan pendekatan psikoanalisis Sigmund Freud. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan psikologi sastra. Sumber data penelitian berupa film <i>Ancika: Dia yang Bersamaku 1995</i> karya Benni Setiawan yang diadaptasi dari novel Pidi Baiq. Data penelitian berupa fragmen dialog, monolog, dan indikator visual yang merepresentasikan interaksi antara struktur kepribadian <i>id</i>, <i>ego</i>, dan <i>superego</i>. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui metode simak, catat, dan dokumentasi, yang kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis isi secara interpretatif. Temuan penelitian ini menunjukkan keunikan spesifik pada karakter Ancika sebagai representasi perempuan muda yang mandiri; berbeda dengan tokoh perempuan dalam penelitian sejenis yang umumnya menggunakan rasionalisasi sebagai pelarian pasif akibat subordinasi, Ancika justru menggunakan rasionalisasi secara aktif sebagai instrumen untuk menegakkan otonomi personal dan batasan diri (<i>boundaries</i>) di tengah desakan realitas sosial. Struktur kepribadian yang paling dominan memicu mekanisme ini adalah <i>ego</i> yang beroperasi di bawah prinsip realitas. Rasionalisasi bermanifestasi secara khas melalui pola penutupan emosi (<i>emotional masking</i>) dan pemberian alasan logis-intelektual untuk menolak stereotip romantisasi remaja pada masanya. Dengan demikian, film ini tidak sekadar memperlihatkan dinamika pertahanan diri biasa, melainkan sebuah bentuk negosiasi psikologis yang kuat dalam mempertahankan citra diri dan kedaulatan emosional seorang perempuan.</p> <p>© 2026 The Author(s). BASTRA: Bahasa dan Sastra by Halu Oleo University</p>
---	--



## PENDAHULUAN

Fenomena ekranisasi atau alih wahana dari novel ke film terus berkembang sebagai bentuk transformasi sastra yang tidak hanya memperluas jangkauan audiens, tetapi juga memperkaya dimensi resepsi estetis (Damono, 2014). Film merupakan karya seni modern yang memadukan unsur visual, pertunjukan, dan teknologi dalam bentuk gambar bergerak untuk menyampaikan suatu cerita (Mubarok dkk., 2024). Pendapat lain menyebutkan lebih dari sekadar media hiburan, film bertindak sebagai instrumen yang merefleksikan berbagai fenomena dan realitas sosial di dalam masyarakat (Syalsabilla dkk., 2026). Sastra dan film memiliki keterikatan analitis yang kuat dalam merepresentasikan kedalaman kejiwaan manusia; jika novel mengandalkan narasi tekstual, film mengkonkretkan aspek psikologis tokoh secara multimedial melalui dialog, ekspresi visual, dan konfigurasi tindakan (Nurgiyantoro, 2018). Dalam struktur sinematik, tokoh bertindak sebagai agen utama yang menggerakkan narasi sekaligus memanifestasikan kompleksitas moral, emosional, dan intelektual (Abrams, 1999). Oleh karena itu, ekranisasi menyediakan ruang analitis yang kaya bagi kajian psikologi sastra untuk membedah bagaimana konflik batin dan dinamika kepribadian tokoh yang semula bersifat abstrak dalam teks novel ditransformasikan menjadi representasi perilaku konkret di dalam film (Endraswara, 2016).

Film-film yang diangkat dari sebuah karya sastra tulis lebih banyak digemari oleh publik dibandingkan film yang skenarionya sengaja ditulis. Fenomena ekranisasi merupakan alih *Hybrid Literary Multimedia*, yang di mana fenomena tersebut muncul untuk mengejar pasar (Handayani, 2024). Proses ekranisasi ini menunjukkan bahwa peralihan dari media teks (novel) ke media audiovisual (film) menuntut adaptasi alur yang selektif (Pamungkas & Sukmawan, 2020). Hal ini berarti ekranisasi bertujuan untuk meningkatkan konsumsi publik terhadap karya sastra, sehingga film hasil ekranisasi memang lebih banyak diminati publik (Faidah, 2019). Salah satu wujud ekranisasi adalah film yang menjadi objek kajian peneliti, yakni *Ancika: Dia yang Bersamaku 1995* yang berlatarkan era 1990-an.

Salah satu representasi ekranisasi kontemporer yang merefleksikan kompleksitas psikologis tersebut adalah film *Ancika: Dia yang Bersamaku 1995* sutradara Benni Setiawan, yang diadaptasi dari novel karya Pidi Baiq. Berlatar dekade 1995 dalam semesta naratif *Dilan*, film ini tidak sekadar mengeksplorasi romantisasi remaja, melainkan mengartikulasikan resistensi emosional dan konflik batin yang dialami oleh tokoh utama perempuannya, Ancika. Melalui kreativitasnya, seorang pengarang menyusun karya sastra dengan mengangkat berbagai realitas kehidupan. Oleh karena itu, isi dari karya sastra selalu berkaitan erat dengan kompleksitas dunia nyata (Isnawati, 2017). Ketika ego gagal menyelaraskan tuntutan *id* dengan restriksi *superego* serta tekanan realitas eksternal, muncul kecemasan yang memicu diaktifkannya mekanisme pertahanan diri. Hidayat dan Nugroho (2023) menyimpulkan bahwa transformasi psikologis dalam ekranisasi merupakan hal yang wajar dan penting. Emosi tokoh film sangat erat dengan kajian psikologi karena karya audiovisual ini merepresentasikan kompleksitas batin manusia (Kristiani dkk., 2026). Salah satu bentuk pertahanan ego yang paling dominan namun subtil adalah rasionalisasi, yaitu strategi kognitif di mana individu menyusun argumen yang tampak logis dan dapat diterima secara sosial untuk membenarkan tindakan atau menutupi distorsi emosionalnya (Freud, 1992).

Meskipun kajian terhadap semesta naratif Pidi Baiq telah banyak dilakukan, salah satunya oleh (Winanta, 2025) perhatian akademik terhadap karakter Ancika dalam versi film masih sangat terbatas dan cenderung bias pada aspek eksistensial semata. Aryani dan Abdallah (2024), misalnya, telah meneliti aspek psikologi eksistensial tokoh Ancika, namun analisis mereka terbatas pada konsep pencarian makna hidup melalui teori Rollo May. Di sisi lain, penelitian mekanisme pertahanan diri menggunakan psikoanalisis Freud lebih banyak mengambil objek berupa novel teks kontemporer (seperti penelitian Az Zahra, Raharjo, dan Ahmadi, 2023), sehingga kerap mengabaikan aspek semiotik-visual dan penutupan emosi (*emotional masking*) yang hanya tampak dalam media film.

Kesenjangan substantif dalam penelitian terdahulu terletak pada kegagalan mendeteksi bagaimana rasionalisasi digunakan secara spesifik oleh tokoh perempuan muda dalam konvensi film romansa remaja. Tokoh Ancika dikonstruksikan sebagai representasi remaja perempuan yang memiliki prinsip kuat, mandiri, dan tegas dalam mengambil keputusan (Rahmawati & Setiawan, 2023). Penelitian sejenis umumnya memosisikan rasionalisasi pada tokoh perempuan sebagai bentuk pelarian pasif atau manifestasi dari kepasrahan akibat subordinasi lingkungan. Sejauh ini, belum ada penelitian yang secara khusus membedah bagaimana tokoh Ancika dalam versi film

menggunakan rasionalisasi secara aktif sebagai instrumen taktis untuk menegakkan otonomi personal, melindungi kedaulatan emosional, dan menetapkan batasan diri (*boundaries*) di tengah desakan realitas sosial budaya maskulin tahun 1990-an.

Untuk mengisi kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan secara komprehensif bentuk-bentuk rasionalisasi yang dilakukan tokoh utama dalam film *Ancika: Dia yang Bersamaku 1995* melalui pisau analisis psikoanalisis Sigmund Freud. Kontribusi teoretis dari penelitian ini adalah memperluas khazanah psikologi sastra dan sinema, khususnya dalam mengonseptualisasikan ulang fungsi mekanisme pertahanan ego pada tokoh perempuan. Penelitian ini menunjukkan bahwa rasionalisasi tidak selalu bermakna delusi normatif, melainkan dapat berfungsi sebagai bentuk negosiasi psikologis yang kuat untuk mempertahankan citra diri (*self-image*). Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan stimulasi bagi pengembangan literasi kritis psikologis-gender dalam mengonsumsi karya sastra dan film populer di Indonesia.

Berdasarkan latar belakang tersebut, masalah utama dalam penelitian ini dirumuskan ke dalam pertanyaan penelitian berikut: Bagaimana bentuk-bentuk rasionalisasi sebagai mekanisme pertahanan diri yang dilakukan tokoh utama dalam film *Ancika: Dia yang Bersamaku 1995*? Dan Bagaimana interaksi struktur kepribadian (*id, ego, superego*) memengaruhi munculnya rasionalisasi sebagai instrumen pertahanan otonomi diri pada tokoh utama dalam film tersebut?

## METODE

Penelitian ini menerapkan desain deskriptif kualitatif melalui pendekatan psikologi sastra untuk mengurai secara operasional kedalaman kejiwaan, dinamika konflik internal, dan manifestasi perilaku tokoh utama dalam medium sinematik. Menurut Ratna (2010), penelitian deskriptif kualitatif berfungsi mendeskripsikan dan menafsirkan data berupa kata-kata, tindakan, atau simbol yang terdapat dalam karya sastra atau film tanpa melibatkan perhitungan statistik. Kategorisasi data dipandu secara ketat oleh kerangka psikoanalisis klasik Sigmund Freud yang membagi aparatus psikis menjadi tiga struktur dialektis, yaitu *id* (prinsip kesenangan), *ego* (prinsip realitas), dan *superego* (prinsip moralitas). Justifikasi teoretis penggunaan model Freud ini terletak pada kemampuannya menjelaskan asal-usul kecemasan (*anxiety*) tokoh akibat kegagalan *ego* menyelaraskan tuntutan *id* dengan restriksi *superego*, yang secara niscaya mengaktifkan mekanisme pertahanan diri (*ego defense mechanism*). Analisis secara khusus diisolasi pada bentuk rasionalisasi, yang dikonseptualisasikan sebagai strategi kognitif bawah sadar tokoh dalam memutarbalikkan realitas demi melindungi integritas diri. Sumber data utama penelitian ini adalah dokumen audio-visual berupa film *Ancika: Dia yang Bersamaku 1995* (durasi 100 menit) sutradara Benni Setiawan, yang menghasilkan dua jenis data, yakni data verbal berupa fragmen dialog atau monolog batin, serta data nonverbal/visual berupa indikator sinematik seperti perubahan mikro-ekspresi wajah, gerak-gerik tubuh (*gesture*), penutupan emosi (*emotional masking*), dan posisi proksimik tokoh utama.

Prosedur pengumpulan data dilakukan melalui metode dokumentasi yang dikombinasikan dengan teknik simak dan catat secara bertahap, dimulai dari penyimak film secara intensif minimal tiga kali untuk menangkap sekuens naratif secara utuh. Langkah berikutnya adalah transkripsi ortografis kata demi kata dari tuturan verbal tokoh utama, yang kemudian dikawinkan dengan metode analisis multimodal untuk menangkap konteks visual sinematografi seperti sudut kamera, pencahayaan, dan gerak refleks tokoh yang disatukan secara presisi berdasarkan penanda waktu (*timestamp*). Demi menjamin kesahihan klasifikasi dan menghindari bias tumpang tindih dengan pertahanan psikis lain, peneliti menetapkan empat kriteria identifikasi rasionalisasi operasional yang kaku berdasarkan indikator Freud, yaitu: (1) pembenaran diri (*sour grapes*), di mana tokoh mengargumenkan kegagalan sebagai hal yang diinginkan sejak awal (berbeda dengan represi yang melupakan masalah); (2) pemberian alasan logis-intelektual untuk menyembunyikan motif emosional yang rapuh (berbeda dengan proyeksi yang menyalahkan orang lain); (3) penutupan emosi (*emotional masking*) demi menampilkan impresi kognitif yang dingin (berbeda dengan reaksi formasi yang membalikkan emosi secara ekstrem); dan (4) pertahanan citra diri (*self-image*) agar keputusan pribadi dinilai mandiri di depan struktur sosial maskulin (berbeda dengan sublimasi yang mengubah dorongan menjadi aktivitas positif).

Setelah data teridentifikasi, teknik analisis data dilakukan secara deskriptif interpretatif menggunakan model analisis isi (*content analysis*) melalui empat tahapan sistematis Moleong (2017). Tahap pertama adalah reduksi data dengan menyaring seluruh hasil transkripsi dan

membuang elemen yang tidak merepresentasikan konflik kepribadian atau rasionalisasi; dilanjutkan dengan kategorisasi dan kodifikasi data menggunakan kode inisial tokoh, jenis indikator, dan penanda waktu spesifik. Tahap berikutnya adalah penafsiran makna (*inference*) untuk membedah bagaimana ketegangan internal antara *id*, *ego*, dan *superego* memaksa tokoh utama mengaktifkan rasionalisasi sebagai instrumen taktis menjaga otonomi dirinya, hingga diakhiri dengan penarikan kesimpulan guna merumuskan proposisi ilmiah mengenai pola pertahanan ego pada karakter Ancika. Rangkaian metodologi ini ditutup dengan prosedur validasi data demi memenuhi standar kredibilitas dan keterandalan penelitian kualitatif melalui dua lapis konfirmasi, yaitu triangulasi teoretis yang mengonfrontasikan data dengan teori psikoanalisis perkembangan remaja, serta sistem konsensus antar-peneliti (*peer debriefing*) melalui penelaahan ulang draf temuan bersama dua pembimbing di bidang psikologi sastra guna menyelaraskan subjektivitas interpretasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rasionalisasi menjadi salah satu bentuk mekanisme pertahanan diri yang dominan dilakukan tokoh utama dalam film *Ancika: Dia yang Bersamaku 1995*. Rasionalisasi muncul ketika tokoh mengalami tekanan emosional, rasa malu, kecewa, takut, maupun konflik batin. Berdasarkan data penelitian, ditemukan beberapa dialog yang menunjukkan bentuk rasionalisasi tokoh utama.

Tabel 1. Data Rasionalisasi Tokoh Utama dalam Film *Ancika: Dia yang Bersamaku 1995*

No.	Data & Kode	Waktu	Kategori Rasionalisasi	Pendalaman Analisis Psikologis (Id, Ego, Superego)
1	“Geng motor? Gak takut.”  (ANC/RS-02/09:42)	09:42	Penutupan Emosi (Emotional Masking)	Id Ancika merespons kehadiran geng motor sebagai ancaman fisik yang memicu kecemasan primitif ( <i>fear</i> ). Namun, <b>Superego</b> menuntutnya untuk tampil sebagai remaja yang berharga diri tinggi dan tidak lemah. <b>Ego</b> kemudian mengaktifkan rasionalisasi berupa verbalisasi penolakan rasa takut. Hal ini dilakukan untuk mematikan ekspresi cemas pada wajah ( <i>emotional masking</i> ) demi menipu lawan bicara sekaligus menstabilkan gejolak psikis internalnya sendiri.
2	“Gak takut. Kenapa takut anak yang gak jelas.”  (ANC/RS-02/12:12)	12:12	Penutupan Emosi (Emotional Masking)	Terjadi konflik antara <b>Id</b> yang cemas akibat desakan agresi lingkungan dan <b>Superego</b> yang menolak inferioritas. <b>Ego</b> melakukan rasionalisasi dengan merendahkan status sosial subjek pengancam (“anak gak jelas”). Strategi kognitif ini bertujuan menurunkan bobot ancaman di tingkat internal, sehingga ego berhasil mengaburkan kecemasan riil menjadi ketidakpedulian yang tampak rasional.
3	“Kalo mau diculik sama preman saja.”  (ANC/RS-02/26:21)	26:21	Penutupan Emosi (Emotional Masking)	Dialog ini muncul saat Ancika dihadapkan pada situasi interpersonal yang mengancam rasa amannya. <b>Ego</b> membelokkan kecemasan <b>Id</b> dengan memproduksi humor sarkastik. Humor di sini berfungsi sebagai alat rasionalisasi untuk mendistorsi realitas yang menakutkan menjadi sebuah kelakar, sehingga ego tidak perlu mengalami depresi atau kepanikan terbuka.
4	“Ngaco dia! Bikin resensi gak benar! Tete malu ditertawakan sekelas!”  (ANC/RS-03/30:36)	30:36	Pembenaran Diri (Sour Grapes)	Kegagalan tugas akademik memicu rasa malu yang hebat pada <b>Id</b> karena integritas intelektualnya terluka. Ego yang terancam oleh rasa bersalah langsung melakukan rasionalisasi dengan meluapkan kemarahan agresif kepada pihak luar (Dilan). Kemarahan ini dieksploitasi oleh <b>Ego</b> sebagai dalih logis untuk menutupi rasa ketidakberdayaan diri dan mentransformasikan rasa malu menjadi agresi yang sah.
5	“Masa bodoh! Bilang ke rektor ITB mahasiswanya bikin malu orang.”  (ANC/RS-03/30:53)	30:53	Pembenaran Diri (Sour Grapes)	Untuk mereduksi kekecewaan mendalam pada <b>Id</b> , <b>Ego</b> menggunakan frasa “masa bodoh” sebagai rasionalisasi defensif. Tokoh berusaha menggeser lokus masalah dari ketidakmampuan dirinya mengontrol situasi, menjadi kesalahan institusional pihak lain (mahasiswa ITB), sehingga beban narsistik pada egonya berkurang.
6	“Kolosal apaan? Dia buat tete malu satu kelas.”	33:55	Pembenaran Diri (Sour Grapes)	Di sini, <b>Ego</b> secara aktif menolak narasi “romantis/kolosal” yang ditawarkan lingkungan sosial ( <b>Superego</b> ). Ego merasionalisasikan penolakannya dengan memproduksi bukti empiris bahwa tindakan Dilan merugikan dirinya sosial-

	(ANC/RS-03/33:55)			akademik, yang berfungsi sebagai tameng untuk membenarkan kebenciannya saat itu.
7	“Kenapa nyalahin teteh? Teman Mamang yang gila!”	30:46	<b>Pembenaran Diri (Sour Grapes)</b>	Ketika <b>Superego</b> keluarga mulai memberikan penghakiman moral (menyalahkan Ancika), <b>Ego</b> langsung melakukan defleksi kesalahan. Penggunaan label "gila" pada pihak lain merupakan rasionalisasi kognitif kaku untuk membebaskan diri dari tuntutan tanggung jawab etis dan menjaga kebersihan moral ego tokoh utama.
	(ANC/RS-03/30:46)			
8	“Buat apa kenal saya? Hanya 25 Nabi dan Rasul yang wajib diketahui.”	01:24	<b>Pemberian Alasan Logis-Intelektual</b>	<b>Id</b> Ancika merasakan ketidaknyamanan akibat intrusi atau intervensi orang asing yang mencoba mendekat. Untuk mematuhi prinsip realitas, <b>Ego</b> meminjam dogma teologis dari <b>Superego</b> (konsep 25 Nabi) sebagai alasan logis untuk menolak perkenalan. Penolakan emosional dibungkus secara intelektual agar secara sosial tidak dapat dibantah oleh lawan bicaranya.
	(ANC/RS-01/01:24)			
9	“Manusia. Gak punya nama, terserah lah.”	09:00	<b>Pertahanan Citra Diri (Self-Image)</b>	<b>Id</b> menginginkan perlindungan dari kedekatan emosional yang terlalu cepat yang dinilai mengancam independensinya. <b>Ego</b> mempertahankan citra diri yang acuh tak acuh dengan memberikan jawaban reduksionis ("Manusia"). Ini adalah bentuk rasionalisasi untuk membatasi keintiman dan mempertahankan kontrol penuh atas otonomi personalnya.
	(ANC/RS-04/09:00)			
10	“Saya memang haram. Makanya minggir.”	11:31	<b>Pemberian Alasan Logis-Intelektual</b>	Ketika dijuluki dengan istilah negatif oleh lingkungan, <b>Ego</b> Ancika tidak mengalami kolaps. Ia justru mengambil alih istilah tersebut ("saya memang haram") dan memanfaatkannya sebagai premis logis untuk mengusir gangguan. Ini adalah rasionalisasi taktis: menyetujui pelabelan negatif demi membenarkan perilaku agresifnya sendiri untuk mengusir musuh.
	(ANC/RS-01/11:31)			
11	“Kalau gak minggir, saya tendang.”	11:55	<b>Pembenaran Diri (Sour Grapes)</b>	Dorongan agresi fisik dari <b>Id</b> untuk menyerang distimulasi oleh rasa terancam. <b>Ego</b> merasionalisasikan ancaman kekerasan tersebut sebagai konsekuensi logis akibat pelanggaran wilayah personal oleh lawan bicaranya, sehingga tindakan agresif itu dinilai absah dan bermoral oleh dirinya sendiri.
	(ANC/RS-03/11:55)			
12	“Saya bukan menolak rezeki, saya menolak kamu.”	11:44	<b>Pemberian Alasan Logis-Intelektual</b>	<b>Superego</b> masyarakat menuntut individu untuk tidak menolak rezeki/kebaikan orang lain. Ancika mengalami dilema moral. <b>Ego</b> menyelesaikan konflik ini dengan memisahkan dua entitas secara konseptual: rezeki (abstrak) dan "kamu" (personal). Rasionalisasi linguistik ini menjaga pematuhan terhadap norma etis sekaligus berhasil mengeksekusi penolakan personal.
	(ANC/RS-01/11:44)			
13	“Saya gak suka jadi milik seseorang.”	12:31	<b>Pertahanan Citra Diri (Self-Image)</b>	Desakan untuk masuk ke dalam hubungan romantis memicu kecemasan akan hilangnya kebebasan individu pada <b>Id</b> . <b>Ego</b> melakukan rasionalisasi dengan membangun ideologi otonomi diri ("tidak suka jadi milik seseorang"). Pilihan ini memosisikan penolakannya bukan sebagai ketakutan neurotik akan komitmen, melainkan sebagai prinsip hidup yang ideal dan berdaulat.
	(ANC/RS-04/12:31)			
14	“Saya lebih suka tubuh saya disumbangkan untuk penelitian.”	12:35	<b>Pemberian Alasan Logis-Intelektual</b>	Untuk menangkis romantisasi remaja yang klise, <b>Ego</b> memproduksi alasan bernuansa sains-intelektual (sumbangan medis). Kalimat ini merupakan bentuk rasionalisasi ekstrem untuk mengaburkan motif asli tokoh yang ingin menjaga jarak emosional, sekaligus meninggikan citra dirinya di atas level kedangkalan cinta remaja pada umumnya.
	(ANC/RS-01/12:35)			
15	“Gak ada kamar kecil. Di sini kamarnya besar semua.”	17:12	<b>Penutupan Emosi (Emotional Masking)</b>	Ketegangan sosial dalam situasi bertamu memicu kecemasan ringan pada tokoh utama. <b>Ego</b> merasionalisasikan kecemasan ini dengan bermain kata-kata ( <i>wordplay</i> ) literal mengenai ukuran kamar. Pengalihan kognitif melalui aspek semantik ini efektif mereduksi ketegangan psikis internal tanpa memperlihatkan kecanggungan sosialnya.
	(ANC/RS-02/17:12)			
16	“Kalau jadi panitia perang dunia ketiga, saya baru mau.”	35:29	<b>Penutupan Emosi (Emotional Masking)</b>	Permintaan keterlibatan sosial ditolak oleh tokoh utama karena ketidakinginan internalnya ( <b>Id</b> ). Dibanding menyatakan penolakan secara emosional atau kasar yang dilarang oleh <b>Superego</b> , <b>Ego</b> merasionalisasikannya melalui hiperbola absurd (panitia perang dunia). Pernyataan ini menggeser realitas penolakan menjadi sebuah candaan yang tidak menyerang pihak lain.
	(ANC/RS-02/35:29)			
17	“Kita masih bisa berdua tanpa perlu pacaran.”	50:45	<b>Pemberian Alasan Logis-Intelektual</b>	Konflik batin terjadi ketika <b>Id</b> menginginkan kedekatan intim dengan lawan jenis, namun <b>Superego</b> membatasi lewat ketakutan akan hilangnya otonomi atau patah hati. <b>Ego</b> meretas jalan tengah melalui rasionalisasi status hubungan: menuntut kehadiran afeksi ("berdua") tetapi menolak label institusional ("pacaran") demi mengeliminasi risiko kecemasan emosional.
	(ANC/RS-01/50:45)			
18	“Saya bukan menolak kamu.”	51:08	<b>Pemberian Alasan Logis-Intelektual</b>	Mirip dengan pola sebelumnya, <b>Ego</b> melakukan pembelahan konseptual antara esensi subjek ("kamu") dan institusi sosial ("pacaran"). Rasionalisasi ini digunakan ego untuk

	Saya menolak untuk pacaran.”			membebaskan diri dari rasa bersalah ( <i>guilt</i> ) karena telah menyakiti orang lain, sekaligus mengamankan ego dari jerat komitmen romantis yang belum siap diterimanya.
	(ANC/RS-01/51:08)			
19	“Minta wali kota melakukan pengasapan.”	56:29	<b>Pertahanan Citra Diri (Self-Image)</b>	Ketika dihadapkan pada ketidaknyamanan situasi lingkungan (banyak nyamuk/gangguan), <b>Ego</b> merasionalisasikan keluhannya dengan melemparkan solusi ke tingkat birokrasi makro (wali kota). Defleksi ini dilakukan untuk mempertahankan citra diri sebagai perempuan yang berpikir kritis dan berskala luas, guna menyembunyikan kekesalan emosional kecil yang dirasakannya.
	(ANC/RS-04/56:29)			
20	“Saya gak suka pacaran. Lagi pula, mau fokus kuliah.”	01:03:07	<b>Pemberian Alasan Logis-Intelektual</b>	Menghadapi desakan sosial untuk berpasangan, <b>Ego</b> mengambil nilai normatif positif dari <b>Superego</b> pendidikan (“fokus kuliah”) sebagai rasionalisasi. Alasan akademis ini digunakan sebagai tameng pamungkas karena memiliki legitimasi moral tertinggi di masyarakat, sehingga keputusan ego untuk menolak cinta tidak dapat diganggu gugat.
	(ANC/RS-01/01:03:07)			
21	“Saya sama sekali tidak cemburu.”	01:34:51	<b>Penutupan Emosi (Emotional Masking)</b>	Munculnya bayang-bayang masa lalu pasangan (Milea) memicu kecemburuan neurotik pada <b>Id</b> , yang dinilai oleh <b>Superego</b> sebagai tanda kelemahan atau kekalahan narsisti
	(ANC/RS-02/01:34:51)			
22	“Milea memang punya masa lalu. Tapi saya punya Dilan.”	01:35:17	<b>Pemberian Alasan Logis-Intelektual</b>	Sebagai kelanjutan dari konflik kecemburuan, <b>Ego</b> menyusun struktur perbandingan logis-temporal: masa lalu (Milea) versus masa kini (Ancika). Rasionalisasi perbandingan ini adalah mekanisme pertahanan tingkat tinggi ( <i>mature</i> ) yang berhasil menenangkan kecemasan <b>Id</b> secara kognitif, mengembalikan stabilitas emosi, sekaligus menegaskan kemenangan eksistensial dirinya.
	(ANC/RS-01/01:35:17)			

Mekanisme pertahanan diri berupa rasionalisasi yang ditunjukkan oleh Ancika sebenarnya digerakkan oleh peran *ego*-nya yang mencoba bersikap realistis. Saat menghadapi berbagai tekanan mulai dari intimidasi geng motor, rasa malu karena nilai akademik, hingga rasa cemburu melihat masa lalu Dilan Ancika tidak membiarkan dirinya terlihat lemah atau meledak-ledak. Sebaliknya, ia bertindak taktis dengan menyembunyikan emosi aslinya (*emotional masking*) dan melontarkan humor sarkastik, seperti yang terlihat pada Data 1, 3, dan 21. Strategi ini ia gunakan untuk mengubah situasi yang mengancam atau memalukan menjadi sekadar lelucon atau bentuk ketidakpedulian. Dengan cara ini, kecemasan di dalam dirinya bisa diredam dengan rapi sebelum sempat terbaca oleh orang-orang di sekitarnya.

Menariknya, lewat data pada Tabel di atas, kita bisa melihat bahwa Ancika tidak menggunakan rasionalisasi sebagai bentuk pelarian atau pembelaan diri yang semu. Ia justru menjadikannya sebagai alat yang mapan untuk melindungi otonomi dan ketegasan prinsipnya. Ketika dihadapkan pada kejaran cinta yang agresif atau tuntutan sosial remaja tahun 1990-an, Ancika memilih tameng yang sulit dibantah, yaitu nilai-nilai ideal yang diakui masyarakat seperti fokus pada pendidikan atau prinsip agama (Data 8, 12, dan 20). Lewat kalimat cerdas seperti “*Saya bukan menolak kamu, saya menolak pacaran,*” ia mampu menyampaikan penolakan secara elegan. Alasan logis ini dipasang sebagai benteng pertahanan terakhir agar keputusan pribadinya dihargai, terlihat berwibawa, dan tidak bisa diganggu gugat oleh siapa pun.

Secara psikoanalisis, sikap Ancika ini mendobrak pandangan lama yang sering kali mencap rasionalisasi sebagai tindakan pasif, manipulatif, atau sekadar manipulasi kognitif yang kekanak-kanakan. Bagi seorang perempuan muda seperti Ancika, rasionalisasi (terutama dalam menjaga citra diri dan pembenaran perilakunya) justru bertransformasi menjadi strategi adaptif yang sehat. Cara ini melindunginya dari rasa kecewa yang bisa melukai harga diri (*narcissistic injury*), tanpa harus mengorbankan kemandiriannya sebagai perempuan. Melalui cara pandang yang lebih dewasa di akhir cerita (Data 22), Ancika berhasil mendamaikan ego, gejolak emosi, dan idealisme di dalam kepribadiannya. Proses negosiasi batin ini tidak hanya mengembalikan ketenangan jiwanya, tetapi juga mempertegas sosok Ancika sebagai perempuan mandiri yang memegang kendali penuh atas perasaannya sendiri.

## Pembahasan

Mekanisme pertahanan diri berupa rasionalisasi yang ditunjukkan oleh Ancika dalam film *Ancika: Dia yang Bersamaku 1995* sebenarnya tidak muncul begitu saja. Jika dibedah dengan teori psikoanalisis Sigmund Freud, cara bicara Ancika yang selalu punya alasan logis ini adalah bentuk kerja keras *ego*-nya (sisi realistik dalam diri manusia) untuk menenangkan ketakutan dan kecemasan emosional yang ada di dalam hatinya (*id*). Sebagai remaja, Ancika dihujani berbagai tekanan dari luar diri dan pergolakan di dalam batinnya sendiri.

Saat menghadapi situasi yang mengancam atau membuatnya tidak nyaman seperti kepungan geng motor, rasa malu karena urusan kuliah, hingga rasa cemburu yang muncul akibat bayang-bayang masa lalu Milea Ancika memilih untuk tidak terlihat rapuh. Ia tidak membiarkan dirinya menangis, pasrah, atau mengamuk tanpa arah. Sebaliknya, ia bertindak taktis dengan menyembunyikan emosional aslinya (*emotional masking*) dan melontarkan humor yang agak sarkastik, seperti pada kalimat "*Geng motor? Gak takut*" atau "*Kalo mau diculik sama preman saja*". Melalui humor dan sikap acuh tak acuh ini, Ancika berhasil mengubah situasi yang menakutkan menjadi sekadar kelakar. Dengan cara inilah, ia bisa meredam kecemasannya sendiri sebelum sempat terbaca oleh orang-orang di sekitarnya, sehingga harga dirinya tetap terjaga dengan aman.

Sisi paling menarik dan menjadi pembeda utama dalam penelitian ini adalah melihat bagaimana rasionalisasi digunakan oleh seorang perempuan muda. Dalam banyak film romansa remaja Indonesia, tokoh perempuan sering kali digambarkan pasrah atau pasif saat dikejar oleh laki-laki yang agresif. Namun, Ancika mendobrak kebiasaan itu. Ia menggunakan rasionalisasi sebagai alat yang cerdas untuk melindungi kebebasan dan membuat batasan diri (*boundaries*) yang tegas agar tidak gampang diatur oleh lingkungan sosialnya yang masih kental dengan budaya maskulin tahun 1990-an. Hal ini terlihat jelas lewat cara bicaranya yang membelah konsep hubungan secara taktis, seperti: "*Saya bukan menolak rezeki, saya menolak kamu*" atau "*Saya bukan menolak kamu, saya menolak untuk pacaran*".

Mengapa pola penolakan ini yang muncul? Jawabannya adalah karena Ancika sangat menghargai kemandiriannya dan menolak jika dirinya hanya dianggap sebagai "milik" atau pelengkap bagi orang lain. Agar keputusan dan penolakannya itu dihargai serta tidak dianggap sebagai sifat kekanak-kanakan, *ego* Ancika meminjam nilai-nilai ideal yang sangat dihormati masyarakat, yaitu urusan pendidikan dan agama. Alasan seperti "*mau fokus kuliah*" atau kalimat humor teologis "*hanya 25 Nabi yang wajib diketahui*" dipasang sebagai benteng pertahanan terakhir. Dengan membungkus penolakan emosionalnya menjadi alasan intelektual, keputusan Ancika untuk tidak ingin berpacaran menjadi terlihat sangat objektif, berwibawa, dan tidak bisa diganggu gugat oleh siapa pun.

Jika dicermati lebih jauh, cara Ancika merasionalisasikan keadaan sebenarnya memperlihatkan proses perkembangannya menjadi lebih dewasa. Pada awal cerita, alasan-alasan yang ia berikan masih terkesan emosional dan suka menyalahkan orang lain, seperti saat ia mengamuk, "*Kenapa nyalahin teteh? Teman Mamang yang gila!*". Namun, seiring berjalannya waktu dan berkembangnya cerita, cara ia menenangkan diri menjadi jauh lebih matang. Di akhir film, melalui monolognya yang terkenal, "*Milea memang punya masa lalu, tapi saya punya Dilan*", kita bisa melihat bahwa Ancika sudah bisa berdamai dengan rasa tidak amannya. Ia menyusun logika berpikir yang sehat bahwa masa lalu dan masa kini adalah dua ruang waktu yang berbeda, sehingga rasa cemburunya pun bisa hilang.

Proses peralihan psikologis ini terasa jauh lebih hidup berkat proses ekranisasi atau perubahan dari novel ke film oleh sutradara Benni Setiawan. Di dalam film, penonton tidak hanya membaca teks alasan Ancika, tetapi juga disuguhkan bukti visual yang nyata. Kita bisa melihat ketegasan wataknya lewat tatapan matanya yang dingin, jarak tubuh yang ia jaga saat bersama Dilan, hingga intonasi suaranya yang tetap tenang saat menepis hal-hal romantis. Pada akhirnya, film ini berhasil membuktikan bahwa rasionalisasi tidak selalu berarti seseorang sedang membohongi dirinya sendiri. Bagi seorang perempuan muda seperti Ancika, rasionalisasi adalah strategi batin yang sehat dan berdaya untuk tetap memegang kendali penuh atas perasaan dan hidupnya sendiri.

## KESIMPULAN

Berdasarkan analisis mendalam terhadap film *Ancika: Dia yang Bersamaku 1995*, penelitian ini menyimpulkan bahwa tokoh utama, Ancika, secara konsisten menggunakan

rasionalisasi sebagai strategi kognitif untuk melindungi diri dan emosionalnya. Berbeda dengan generalisasi teori psikoanalisis klasik yang sering kali mencap rasionalisasi sebagai bentuk pelarian pasif, temuan spesifik penelitian ini menunjukkan bahwa bagi seorang perempuan muda, mekanisme ini justru bermutasi menjadi instrumen perlawanan yang aktif dan mandiri. Dari 22 data yang ditemukan, pola perilaku Ancika didominasi oleh Pemberian Alasan Logis-Intelektual dan Penutupan Emosi atau *Emotional Masking*. Pola spesifik ini tercermin saat Ancika membentengi keputusan pribadinya dari kejaran cinta yang agresif dan tuntutan sosial tahun 1990-an dengan meminjam argumen akademis seperti "mau fokus kuliah" atau kalimat humor teologis "hanya 25 Nabi yang wajib diketahui". Melalui pembelahan konsep secara linguistik ("saya bukan menolak kamu, saya menolak pacaran"), ego Ancika terbukti berhasil menjinakkan kecemasan batinnya sekaligus menetapkan batasan diri (*boundaries*) yang kokoh di hadapan dominasi budaya maskulin.diri (*boundaries*) yang kokoh di tengah lingkungan yang didominasi budaya maskulin.

Keberhasilan Ancika dalam menjaga prinsipnya ini membawa kontribusi nyata dan tolok ukur baru bagi dunia psikologi sastra dan kajian film di Indonesia. Secara teori, hasil analisis ini mengubah sudut pandang lama yang sering mencap negatif mekanisme pertahanan diri perempuan; kini kita bisa melihat bahwa rasionalisasi dapat menjadi strategi adaptif yang sehat bagi perempuan untuk menjaga harga diri tanpa harus mengorbankan kemandiriannya. Secara praktis, metode penelitian yang mengawinkan dialog lisan dengan gerak tubuh serta visual film ini bisa menjadi model percontohan bagi akademisi dalam membedah kejiwaan tokoh pada karya alih wahana (ekranisasi). Ini membuktikan bahwa film populer Indonesia bukan sekadar hiburan pelepas penat, melainkan ruang refleksi yang jujur dalam menggambarkan bagaimana manusia bernegosiasi dengan isi kepalanya sendiri.

Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan karena analisisnya masih terbatas pada apa yang diucapkan dan ditunjukkan secara visual oleh Ancika sebagai tokoh utama. Penelitian ini belum melihat bagaimana faktor luar, seperti sudut pandang penonton hari ini, ikut memengaruhi cara kita memahami sikap defensif Ancika. Oleh karena itu, saran untuk penelitian selanjutnya adalah mencoba meneliti penonton langsung, terutama remaja perempuan masa kini, untuk melihat bagaimana mereka memaknai ketegangan batin dan cara Ancika menjaga batas dirinya. Selain itu, peneliti masa depan juga bisa melakukan studi banding yang ketat untuk melihat apakah ada pergeseran karakter dan psikologi tokoh Ancika ketika kisahnya dipindahkan dari lembaran kertas novel Pidi Baiq ke dalam visualisasi layar lebar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abrams, M. H. (1999). *A glossary of literary terms* (7th ed.). Earl McPeck.
- Ahmadi, A., Az Zahra, K. R., & Raharjo, R. P. (2024). Mekanisme pertahanan diri tokoh utama dalam karya sastra perspektif psikoanalisis Sigmund Freud. *Jurnal Bahasa dan Sastra*, 8(2), 120–134.
- Aryani, A., & Abdalah, M. (2022). Psikologi eksistensial tokoh Ancika dalam novel Ancika karya Pidi Baiq. *JPI: Jurnal Pustaka Indonesia*, 2(3), 162–173. <https://doi.org/10.62159/jpi.v2i2.594>
- Damono, S. D. (2014). *Alih wahana*. Penerbit Buku Kompas.
- Endraswara, S. (2013). *Metodologi penelitian sastra*. CAPS.
- Faidah, C. N. (2019). Ekranisasi sastra sebagai bentuk apresiasi sastra penikmat alih wahana. *Hasta Wiyata*, 2(2), 1–13. <https://doi.org/10.21776/ub.hastawiyata.2019.002.02.01>
- Freud, S. (1992). *The essentials of psycho-analysis* (A. Freud, Ed.; J. Strachey, Trans.). Penguin Books.
- Hidayat, R., & Nugroho, A. (2023). Dinamika transformasi psikologis karakter dalam ekranisasi novel populer Indonesia. *Jurnal Besaung: Jurnal Seni Desain dan Budaya*, 8(2), 112–120. <https://doi.org/10.36982/jsdb.v8i2.3456>
- Isnawati. (2017). Analisis tokoh utama dalam novel Ashmora Paria karya Herlinatiens (Kajian psikoanalisis Sigmund Freud). *Jurnal Bastra (Bahasa dan Sastra)*, 2(1), 512–531. <https://bastra.uho.ac.id/index.php/journal/article/view/728>

- Kristiani, I., Adiyadmo, D. A., & D, Y. (2026). Representasi id pada tokoh utama Ian dalam film Perayaan Mati Rasa: Kajian psikoanalisis. *Jurnal Bastra (Bahasa dan Sastra)*, 11(2), 615–623. <https://doi.org/10.36709/bastra.v11i2.2589>
- Mubarok, A., Nugroho, Y. E., & Supriyanto, T. (2024). Nasionalisme dalam narasi cerita film: Analisis pendekatan naratif Tzvetan Todorov pada film Bacharuddin Jusuf Habibie & Hasri Ainun Besari. *Jurnal Bastra (Bahasa dan Sastra)*, 9(1), 153–164. <https://doi.org/10.36709/bastra.v9i1.xxxx>
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi penelitian kualitatif* (Edisi revisi). PT Remaja Rosdakarya.
- Nugraha, P., & Eriend, D. (2024). Peran script writer dalam menyampaikan pesan moral melalui film Sabda Rindu. *Jurnal Komunikasi Kreatif*, 4(2), 339–343. <http://jurnal.pasca.unpad.ac.id/index.php/jkk/article/view/xxxx>
- Nurdiyantoro, B. (2013). *Teori pengkajian fiksi*. Gadjah Mada University Press.
- Pamungkas, A. D., & Sukmawan, C. (2020). Ekranisasi novel Dilan 1990 karya Pidi Baiq ke dalam bentuk film sutradara Fajar Bustomi. *Jurnal Sastra Indonesia*, 9(2), 114–122. <https://doi.org/10.15294/jsi.v9i2.38541>
- Rahmawati, A., & Setiawan, H. (2023). Representasi ketegasan dan kemandirian tokoh utama perempuan dalam novel Ancika: Dia yang Bersamaku di Tahun 1995 karya Pidi Baiq. *Jurnal Genre: Bahasa, Sastra, dan Pembelajarannya*, 5(2), 89–101. <https://doi.org/10.26555/genre.v5i2.7890>
- Ratna, N. K. (2010). *Teori, metode, dan teknik penelitian sastra*. Pustaka Pelajar.
- Syalsabilla, N., Silaban, D., Gaol, A. L., Pardosi, Y. R., Sitepu, E. L., & Gafari, M. O. F. (2026). Subjektivitas perempuan dalam relasi toksik: Analisis feminisme eksistensialis Simone de Beauvoir pada film Posesif (2017). *Kopula: Jurnal Bahasa, Sastra, dan Pendidikan*, 8(1). <https://doi.org/10.29303/kopula.v8i1.9854>
- Winanta, F. P., Adiyadmo, D. A., & Yusra, D. (2025). Analisis konflik batin mendekat-menjauh tokoh utama dalam novel *Dilan Tahun 1990* karya Pidi Baiq. *Jurnal Gramatika*, 7(2), 230–239. <https://doi.org/10.26555/jg.v7i2.12852>