

Potret Emosi Tokoh Ale Dalam Novel “Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati” Karya Brian Khrisna Teori David Krech

Mutiah Ramadani Putri^a, Baiq. Rismarini Nursaly^b, Muh. Taufiq^c

^{a,b,c}Universitas Hamzanwadi

Corresponding Author:

^arismarini@hamzanwadi.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan potret emosi tokoh Ale yang merupakan pemeran utama dalam novel “Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati” Karya Brian Khrisna berdasarkan persepektif psikologi sastra David Krech. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan teknik studi kepustakaan (*library study*). Sumber data penelitian ini adalah novel “Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati” Karya Brian Khrisna, dengan data yang difokuskan pada dialog dan monolog yang menggambarkan emosi tokoh Ale. Data dikumpulkan melalui teknik baca, catat serta dokumentasi dan kemudian dianalisis menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman melalui tahap pengumpulan, kondensasi data, penyajian data, dan penarikan simpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh Ale menampilkan seluruh klasifikasi emosi menurut David Krech. Dari 20 data yang ditemukan, emosi dasar sebanyak 9 data berupa kesedihan dan ketakutan menjadi emosi paling dominan, emosi yang berhubungan dengan stimulus sensor sebanyak 3 data, emosi yang berhubungan dengan penilaian diri sebanyak 6 data, dan emosi yang berhubungan dengan orang lain sebanyak 2 data, yang merefleksikan pergulatan batin Ale dengan depresi hingga akhirnya menemukan penerimaan diri sebagai kunci untuk berdamai dengan kenyataan hidup yang tidak sesuai dengan harapan dan konflik psikologi yang dialaminya.

Kata Kunci : Potret Emosi, Tokoh Dalam Novel, Teori David Krech

ABSTRACT

This study aims to describe the emotional portrait of Ale, the main character in Brian Khrisna's novel Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati, based on David Krech's literary psychology perspective. This study employs a descriptive qualitative method with a library study technique. The data source is Brian Khrisna's novel Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati, with the data focused on dialogues and monologues depicting Ale's emotions. Data were collected through reading, note-taking, and documentation techniques and then analyzed using the interactive analysis model of Miles and Huberman through the stages of data collection, data condensation, data display, and conclusion drawing. The results show that Ale exhibits all classifications of emotions proposed by David Krech. The results of the study show that the character Ale displays all classifications of emotions according to David Krech. Of the 20 data identified, 9 data represent basic emotions, with sadness and fear being the most dominant emotions; 3 data represent emotions related to sensory stimuli; 6 data represent emotions related to self-assessment; and 2 data represent emotions related to other people. These findings reflect Ale's inner struggle with depression, which ultimately

leads him to discover self-acceptance as a key to making peace with the reality of life that does not correspond to his expectations and the psychological conflicts he experiences.

Keywords : *Emotional Portrait, Character in the Novel, David Krech's Theory*

PENDAHULUAN

Sastra tidak hanya kata fiktif, namun representasi pengalaman manusia yang bersifat individual ataupun sosial, (Syihabudin et al, 2025). Sehingga sastra menduduki posisi strategis karena mampu menggambarkan kompleksitas kehidupan dari berbagai dimensi sosial, budaya, dan psikologis. Psikologi sastra diterapkan untuk mengkaji aspek psikologis tokoh dalam karya sastra, seperti kondisi batin tokoh yang tereksplorasi melalui reaksi emosionalnya. Psikologi sastra adalah cabang kajian yang bersifat interdisipliner, sebab mempelajari dan menganalisis sastra melalui beragam konsep serta kerangka teori dan bidang psikologi (Widiyaningrum et al, 2023). Dalam kajian psikologi sastra, tokoh menjadi salah satu unsur penting yang dapat dianalisis untuk memahami berbagai aspek kejiwaan yang ditampilkan melalui tindakan, pikiran, maupun perasaan tokoh. Tokoh sebagai pelaku utama dalam cerita menjadi elemen esensial, karena tanpa adanya tokoh maka tidak ada peristiwa yang bisa diceritakan (Putri et al, 2023). Psikologi sastra dapat digunakan untuk mengkaji kondisi batin dan emosi tokoh dalam menghadapi berbagai pengalaman kehidupan. Analisis emosi membantu mengungkap dinamika psikologis tokoh secara lebih mendalam. Oleh karena itu, kajian emosi menjadi bagian penting dalam memahami kompleksitas psikologis tokoh dalam karya sastra.

Urgensi psikologi sastra berkaitan dengan fungsi sastra sebagai sarana pelampiasan emosi, dimana sastra mampu menyucikan emosi pembacanya melalui rasa takut dan kasihan. Emosi merupakan fenomena psikologis yang melibatkan aspek mental dan jasmani serta muncul sebagai respons terhadap kondisi atau situasi tertentu (Moors, 2026). Emosi merupakan bagian penting dari pengalaman manusia yang tidak hanya berkaitan dengan respons psikologis individu, tetapi juga dengan bagaimana seseorang membentuk dan memahami makna dari pengalaman yang dihadapinya (Hoemann et al., 2025). Sehingga emosi berfungsi sebagai arus energi yang terus berubah dan mempengaruhi cara individu berinteraksi dengan dunianya bukan sesuatu yang bersifat statis dan menjadi aspek yang krusial dalam memahami kondisi kejiwaan seseorang. Oleh karena itu, pengkajian emosi tokoh dalam karya sastra menjadi penting untuk mengungkapkan kondisi kejiwaan, konflik batin, serta pengalaman psikologis yang melatarbelakangi perilaku tokoh. Guna membedah lapisan emosi tersebut secara sistematis, teori psikologi sastra yang dikemukakan oleh David Krech menawarkan klasifikasi yang sangat relevan.

Dalam kajian psikologi sastra, aspek kejiwaan dalam karya sastra dapat dikaji melalui beberapa perspektif. Wellek dan Warren dalam *Theory of Literature* membagi kajian psikologi sastra ke dalam empat pendekatan, yaitu psikologi pengarang, psikologi kreatif, psikologi karya sastra, dan psikologi pembaca (Aziizah et al, 2026). Selain itu, kajian psikologi sastra juga dapat menggunakan berbagai perspektif psikologi, seperti psikoanalisis Sigmund Freud yang menjelaskan struktur kepribadian melalui id, ego, dan superego, Carl Gustav Jung dengan teori arketipe dan ketidaksadaran kolektif, serta Jacques Lacan dengan

pendekatan psikoanalisis struktural. Berbagai perspektif tersebut menunjukkan bahwa kondisi psikologis dalam karya sastra dapat dikaji dari beragam sudut pandang sesuai dengan fokus permasalahan penelitian. Berbagai perspektif tersebut menunjukkan bahwa kondisi psikologis dalam karya sastra dapat dikaji dari beragam sudut pandang sesuai dengan fokus permasalahan penelitian. Dalam penelitian ini, fokus diarahkan pada aspek emosi tokoh utama, sehingga diperlukan landasan teori yang secara khusus mampu mengidentifikasi dan mengklasifikasikan bentuk-bentuk emosi secara sistematis. Salah satu teori yang relevan guna menelaah aspek emosi dalam kajian psikologi sastra adalah psikologi sastra David Krech.

David Krech menyatakan bahwa emosi merupakan elemen dasar dalam struktur kepribadian manusia yang sangat dipengaruhi oleh persepsi individu terhadap lingkungannya. Krech dalam (Martin et al, 2023) membagi emosi ke dalam empat klasifikasi, yaitu emosi dasar (kegembiraan, kemarahan, ketakutan dan kesedihan), emosi yang berhubungan dengan stimulus sensor (sakit, jijik, dan bahagia/kenikmatan), emosi yang berhubungan dengan penilaian diri (sukses dan gagal, bangga dan malu, serta bersalah dan menyesal), dan yang terakhir emosi yang berhubungan dengan orang lain (cinta dan benci).

Novel “Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati” karya Brian Khrisna terbit pada 2025 dan berpusat pada Ruslan Abdul Wardhana atau Ale, seorang laki-laki berusia 37 tahun yang bergulat dengan depresi, dimana keinginannya untuk mengakhiri hidup tidak muncul secara instan, melainkan melalui perjalanan panjang dalam menemukan makna-makna kecil agar tetap mampu bertahan. Pertanyaan yang muncul dalam benak Ale pantaskan hidup ini ia lanjutkan?. Karakter Ale menampilkan sisi kerapuhan, kemarahan, dan kesedihan, namun sekaligus harapan yang menegaskan bahwa penerimaan diri menjadi kunci utama dalam menghadapi kekecewaan atas realitas yang tidak sesuai dengan harapan. Niatnya untuk mengakhiri hidup pada mulanya dipicu oleh akumulasi emosi negatif dan tekanan sosial yang dialaminya, namun pada akhirnya justru bertransformasi menjadi kekuatan untuk berdamai dengan keadaan. Perubahan signifikan dalam kondisi psikis Ale ini sejalan dengan pandangan David Krech yang menyatakan bahwa emosi lahir dari persepsi kognitif individu terhadap lingkungan di sekitarnya.

Penelitian sebelumnya serupa terkait membahas klasifikasi emosi oleh Megasari dan Rahman ditemukan bahwa tokoh utama memiliki seluruh klasifikasi emosi menurut David Krech, Selain data klasifikasi emosi, penelitian ini juga membahas mengenai implikasinya dalam pembelajaran sastra di SMA (Megasari et al, 2023). Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Agustina, Purnamasari, dan Maemunah yang menunjukkan pada lirik lagu “Semua Aku Dirayakan” Karya Nadin Amizah ditemukan 4 jenis emosi yang dialami atau digambarkan yaitu sesuai dengan teori klasifikasi emosi David Krech (Agustina et al, 2025).

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan dan mendeskripsikan potret emosi tokoh Ale dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra melalui teori klasifikasi emosi David Krech.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deksriptif kualitatif yaitu penelitian prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan yang diperoleh melalui pengalaman langsung terhadap individu dan perilaku (Hikmah et al, 2025). Metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2023). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode studi kepustakaan (*library study*), studi kepustakaan adalah upaya peneliti dalam mengumpulkan informasi yang relevan dengan topik atau masalah yang sedang diteliti secara menyeluruh, mendalam, dan meluas (Susanne, 2020). Sumber data dalam penelitian ini adalah novel “Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati” Karya Brian Khrisna, dengan data yang difokuskan pada dialog dan monolog yang menggambarkan emosi tokoh Ale. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tiga tahap, yaitu membaca novel secara intensif dan berulang untuk mengidentifikasi emosi tokoh Ale, teknik catat untuk mendokumentasikan dialog dan monolog yang relevan, serta dokumentasi terhadap data yang telah diklasifikasikan. Selanjutnya data dikumpulkan dan dianalisis melalui analisis interaktif (Saleh, 2023) melalui empat tahap yaitu, pengumpulan data dengan membaca secara berulang dan mendalam novel “seporsi mie ayam sebelum mati”, kondensasi data dilakukan seleksi terhadap data yang sesuai dan akurat berupa dialog dan monolog tokoh, penyajian data dapat dilakukan melalui tabel dengan tujuan menyatukan informasi agar menggambarkan kondisi secara jelas, dan penarikan simpulan.

HASIL

Penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa tokoh Ale dalam Novel “Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati” karya Brian Khrisna menampilkan seluruh klasifikasi emosi menurut David Krech. Terdapat 20 data dengan emosi dasar berupa kesedihan dan ketakutan menjadi emosi yang paling dominan dan paling banyak muncul. Kedua emosi tersebut banyak muncul karena mencerminkan adanya konflik batin yang kuat dalam diri Ale ketika menghadapi berbagai permasalahan kehidupan. Selain itu, ditemukan pula emosi yang berhubungan dengan stimulus sensor, emosi yang berhubungan dengan penilaian diri, dan emosi yang berhubungan dengan orang lain. Selanjutnya, data-data tersebut dianalisis berdasarkan klasifikasi emosi David Krech untuk mengetahui bentuk dan gambaran emosi yang dialami oleh tokoh Ale. Berikut merupakan 20 data emosi tokoh Ale dalam novel “Seporsi Mie ayam sebelum Mati” karya Brian Khrisna.

Tabel 1. Emosi Tokoh Ale

No	Emosi	Kutipan Emosi
1.	Kegembiraan	<i>Tuhan ternyata mengizinkanku mati!</i> aku berteriak kegirangan. (Hal. 34. Par. 1)
2	Kemarahan	BRENGSEK! MAU MATI SAJA KENAPA MALAH JADI SUSAH GINI?!!!. (Hal 44. Par. 7)
3.	Ketakutan	Aku tidak pernah menyangka, kesepian ternyata bisa semembunuh ini. (Hal. 3. Par. 1)

4.		Tapi yang paling aku takutkan dari semua ini adalah, aku takut jika ternyata selama ini aku tidak pernah berhasil menjalani hidup seperti sebagaimana seharusnya. (Hal. 4. Par. 1)
5.		Seluruh tubuhku rasanya bergetar ketakutan. Tapi lelaki itu malah diam. Tak berbicara. Tak melayangkan satu pukulanpun sebelum kemudia ia berbalik dan pergi meninggalkanku yang duduk menunduk. (Hal. 48. Par. 4)
6.	Kesedihan	Aku hanyalah pemeran pembantu, bahkan di cerita kehidupanku sendiri. (Hal. 9. Par 6)
7.		<i>Aku juga ingin merasakan dicintai, Tuhan. Apakah sesulit itu, bahkan untuk-Mu sekalipun.</i> (Hal. 12. Par 2)
8.		Kata psikiaterku dulu kesedihan mampu merenggut segala kebahagiaan kecil. Kopi yang manis itu bisa terasa hambar, pujian bisa terasa seperti makian, dan bahkan rokok yang biasanya menenangkan pun bisa menjadi begitu pahit dan membuat mual. (Hal. 118. Par 6)
9.		Aku membalas pelukan itu dan menangis seperti seorang anak kecil di pelukan ibunya. Segala rasa lelah, letih, dan sedih yang selama ini kupendam sendirian. Sekarang aku tumpahkan di dada Bu Murni ini. (Hal. 147. Par. 7)
10.	Sakit	Bara api itu mendarat di kulitku. Badanku bergetar hebat menahan rasa sakit akibat kulit yang melepuh terbakar. Bahkan aku bisa mencium bau kulitku yang gosong. Aku menggigit bibirku berusaha menahan rasa ingin berteriak karena Murad masih menatapku. (Hal. 155. Par 4)
11.	Jijik	Aku membereskan <i>spring bad</i> dan menjemur selimut di teralis besi jendela. Begitu gebrakkan selimut itu, segala debu beserta bekas abu rokok berhamburan ke udara. Aku mengambil kain kasa basah dan mulai mengelap debu-debu yang sudah berbulan-bulan menempel di perabotan. Aku mengganti lampu kamarku yang sudah mati dari seminggu yang lalu. Piring kotor yang menggunung satu persatu aku bersihkan. Tempat sampahku sudah penuh. Bahkan sampai berserakan di sekitarnya. Segala bungkus makanan yang selalu aku pesan <i>online</i> , juga ratusan putung, dan puluhan bungkus rokok berceceran di lantai. Aku mengambil satu kresek besar dan memasukkan semua ke dalam sana. (Hal. 21. Par. 3)
12.	Bahagia/ Kenikmatan	Meski ragu, akhirnya aku mengambil sebuah batang rokok lalu membakarnya. Satu tarikan napas pertama benar-benar terasa nikmat. Aku tak pernah mengira mengisap rokok bisa menjadi sesakral ini. Padahal dulu aku tak pernah

		bisa menikmatinya. (Hal. 53. Par 4)
13.	Sukses	Dari mereka, aku belajar satu hal penting. Bahwa kunci untuk bisa bertahan hidup bukanlah selalu berpikir positif, tetapi mempunyai kemampuan untuk menerima. (Hal. 207. Par 11)
14.	Gagal	Saya orang gagal! Bahkan untuk bunuh diri saja saya gagal!!!” (Hal. 184. Par. 8)
15.	Bangga	Segala keangkuhan kini hilang, tersapu oleh kata <i>bangga</i> yang tak pernah kudapatkan seumur hidupku. Sekalipun dari ibu kandungku sendiri. (Hal. 147. Par. 2)
16.	Malu	Seperti ada rasa malu yang bisa kumengerti. (Hal. 100. Par. 10)
17.	Bersalah	Seketika itu juga api kemarahanku mendadak padam oleh rasa bersalah. Bahkan untuk marah saja aku masih tetap memikirkan perasaan orang lain. (Hal. 185. Par 5)
18.	Menyesal	HIDUP APA INI, YA TUHAN?! AKU INGIN MATI!!! BUKAN INGIN HIDUP DI TEMPAT SEPERTI INI!!!. (Hal. 69. Par. 3)
19.	Cinta	Kini, hidupku seperti nyala api lilin, kecil dan tidak besar memang, tetapi bisa menjadi penerang di hidupku yang selama ini gelap. (Hal 206. Par 6)
20.	Benci	Lalu tanpa sadar, segala benih kemarahan, bara kekecewaan, dan tunas kebencian kepada diri sendiri itu tersemai dihatiku. (Hal. 13. Par 3)

PEMBAHASAN

“Tuhan ternyata mengizinkanmu mati! Aku berteriak kegirangan” (Hal. 34. Par 1)

Monolog pada emosi tokoh utama yaitu Ale menunjukkan bahwa emosi kegembiraan disebutkan secara jelas dan lugas yang mengintegrasikan bahwa Ale sangat senang ketika Tuhan memberikannya izin untuk mengakhiri hidupnya. Kondisi tersebut dipicu oleh pengalaman hidup yang penuh penolakan, pengasingan, dan hilangnya makna hidup. Ale mengalami keputusan yang mendalam hingga memandang kematian sebagai jalan untuk mengakhiri penderitaannya.

“BRENGSEK!

MAU MATI SAJA KENAPA MALAH JADI SUSAH GINI?!!!” (Hal. 44. Par. 7)

Huruf kapital dan tanda baca seru pada monolog di atas muncul dari akumulasi kekecewaan, frustrasi, dan tekanan emosional yang telah lama dipendam, sehingga membuatnya sulit mengendalikan emosinya. Menurut Ale jika ingin mati, seharusnya mati saja tanpa ada halangan yang menyulitkannya untuk mengakhiri hidupnya, yaitu ketika Ale ditangkap oleh pihak berwajib atas dugaan pengedar barang haram (narkoba). Sehingga kejadian tersebut membuat rencana Ale yang ingin mengakhiri hidupnya tidak terlaksana.

“Aku tidak pernah menyangka, kesepian ternyata bisa semembunuh ini.” (Hal. 3. Par. 1)”

Emosi takut pada data di atas menunjukkan bahwa rasa sepi yang dialami Ale bukan lagi kesedihan biasa, melainkan sudah dianggap sebagai ancaman yang menakutkan bagi kesehatan mentalnya. Penyebab emosi ketakutan pada tokoh Ale bermula dari kesepian yang berkepanjangan sehingga membuatnya merasa kehilangan makna hidup dan tidak memiliki tempat untuk pulang maupun orang yang benar-benar menerimanya. Ale yang tumbuh dengan pengasingan, hinaan, serta kurangnya kasih sayang menjadi pemicu dibalik rasa ketakutan yang dialaminya, bahkan Ibu kandungnya pun tidak benar-benar merawat Ale. Kesepian bagi Ale tidak hanya menjadi pengalaman emosional, tetapi juga menjadi sumber ketakutan yang memperkuat keputusan dan keterasingan dalam dirinya.

“Tapi yang paling aku takutkan dari semua ini adalah, aku takut jika ternyata selama ini aku tidak pernah berhasil menjalani hidup seperti sebagaimana seharusnya.” (Hal. 4. Par. 1.)

Tokoh Ale pada data tersebut menunjukkan bahwa sumber ketakutan bukan berasal dari ancaman fisik, melainkan dari ancaman eksistensial mengenai kegagalan hidup yang sudah ia jalani selama 37 tahun. Perasaan tersebut berkembang menjadi kecemasan terhadap kegagalannya menjalani hidup yang penuh akan pengasingan dari orang-orang sekitarnya bahkan keluarganya karena bentuk tubuh yang dimilikinya. Ketakutan Ale mencerminkan konflik batin yang muncul ketika seseorang melakukan refleksi terhadap perjalanan hidup dan mempertanyakan makna serta keberhasilan eksistensinya.

“Seluruh tubuhku rasanya bergetar ketakutan. Tapi lelaki itu malah diam. Tak berbicara. Tak melayangkan satu pukulanpun sebelum kemudian ia berbalik dan pergi meninggalkanku yang duduk menunduk.” (Hal. 48. Par. 4)

Emosi ketakutan pada tokoh Ale muncul ketika ia menyaksikan tindakan kekerasan yang dilakukan oleh Murad terhadap penghuni sel lainnya selama berada di penjara akibat salah tangkap. Peristiwa tersebut membuat Ale merasa terancam dan takut terhadap kemungkinan dirinya menjadi sasaran kekerasan. Rasa takut yang dialaminya ditunjukkan melalui reaksi fisik berupa tubuh yang gemetar sebagai respons spontan terhadap situasi yang dianggap membahayakan.

“Aku hanyalah pemeran pembantu, bahkan dicerita kehidupanku sendiri.” (Hal. 9. Par. 2)

Perasaan tersebut bermula ketika Ale memandang dirinya tidak memiliki peran signifikan dalam kehidupannya, sebagai konsekuensi perlakuan tidak adil dan fitnah dari rekan kerja yang mengatakan bahwa Alelah yang mengambil kamera milik kantornya, padahal nyatanya Ale hanya dimanfaatkan oleh rekan kerjanya dengan dalih menitipkan kamera tersebut. Sehingga Ale merasakan sedih, kecewa, tidak berdaya, terangsikannya Ale seolah-olah jalan hidupnya ditentukan oleh orang lain atau keadaan. Ale merasa tidak bisa mengendalikan hidupnya sendiri, kondisi yang dihadapi sangat jauh dari harapan dan impian yang selama ini

ia bayangkan. Ale bukan prioritas bagi siapa pun, bahkan menjadi satu-satunya dalam hidupnya sendiri.

“Aku juga ingin merasakan dicintai, Tuhan. Apakah sesulit itu, bahkan untu-Mu sekalipun”. (Hal. 12. Par. 2)

Emosi kesedihan pada tokoh Ale semakin mendalam setelah ia mengalami kegagalan dalam memperoleh kasih sayang dan penerimaan dalam hubungan asmara. Hubungan yang pernah dijalani Ale berakhir karena ia merasa hanya dirinya yang berusaha mempertahankan hubungan tersebut, sedangkan pasangannya dianggap hanya memanfaatkan dirinya. Pengalaman tersebut membuat Ale merasa kesepian, tidak dicintai, dan tidak dihargai, sehingga menimbulkan luka emosional yang semakin memperkuat kesedihannya. Kondisi tersebut juga mendorong Ale mengalami krisis eksistensial yang ditandai dengan munculnya pertanyaan mengenai kasih Tuhan terhadap dirinya. Dengan demikian, kesedihan Ale tidak hanya disebabkan oleh kegagalan dalam hubungan asmara, tetapi juga oleh perasaan tidak berharga dan keinginan yang mendalam untuk dicintai dan diterima oleh orang lain.

“Kata psikiaterku dulu kesedihan mampu merenggut segala kebahagiaan kecil. Kopi yang manis itu bisa terasa hambar, pujian bisa terasa seperti makian, dan bahkan rokok yang biasanya menenangkan pun bisa menjadi begitu pahit dan membuat mual”. (Hal. 118. Par. 6)

Ale mengalami emosi kesedihan sebagai dampak dari tekanan psikologis yang berkepanjangan dan memengaruhi kemampuannya dalam merasakan kebahagiaan. Kesedihan yang dialaminya membuat berbagai hal sederhana yang sebelumnya dapat memberikan kenyamanan tidak lagi mampu menghadirkan rasa nikmat atau kebahagiaan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kesedihan Ale telah memengaruhi cara dirinya memaknai pengalaman sehari-hari, sehingga hal-hal yang seharusnya menyenangkan justru terasa hambar dan tidak berarti. Dengan demikian, emosi kesedihan pada tokoh Ale tidak hanya ditunjukkan melalui perasaan sedih, tetapi juga melalui hilangnya kemampuan untuk menikmati kebahagiaan-kebahagiaan kecil dalam kehidupannya..

“Aku membalas pelukan itu dan menangis seperti seorang anak kecil di pelukan ibunya. Segala rasa lelah, letih, dan sedih yang selama ini kupendam sendirian. Sekarang aku tumpahkan di dada Bu Murni ini”. (Hal. 147. Par. 1)

Kesedihan pada tokoh Ale muncul akibat berbagai beban emosional yang telah lama dipendam seorang diri. Kesedihan tersebut akhirnya dapat diekspresikan ketika Ale memperoleh kasih sayang, kepedulian, dan penerimaan secara tidak langsung dari Bu Murni yang membuatnya merasa aman dan nyaman yaitu berupa pelukan. Perhatian yang diberikan Bu Murni menjadi ruang bagi Ale untuk melepaskan kelelahan, kesedihan, dan beban emosional yang selama ini ia tahan. Hal ini menunjukkan bahwa kesedihan Ale tidak hanya terlihat melalui tangisan, tetapi juga berkaitan dengan kebutuhan akan rasa aman dan penerimaan dari orang lain sebagai tempat untuk mengekspresikan perasaan yang selama ini terpendam.

“Bara api itu mendarat di kulitku. Badanku bergetar hebat menahan rasa sakit akibat kulit yang melepuh terbakar. Bahkan aku bisa mencium bau kulitku yang gosong. Aku menggigit bibirku berusaha menahan rasa ingin berteriak karena Murad masih menatapku”. (Hal. 55. Par. 4)

Ale mengalami emosi berupa rasa sakit akibat luka bakar yang dialaminya ketika Murad membakar tangannya dengan ujung rokok yang masih menyala. Luka tersebut menimbulkan rasa sakit fisik yang hebat hingga kulit Ale melepuh dan terbakar. Meskipun mengalami kesakitan, Ale berusaha menahan keinginannya untuk berteriak karena tekanan psikologis yang dirasakannya. Pengalaman tersebut memperlihatkan adanya keterkaitan antara rasa sakit fisik dan kondisi psikologis Ale yang berada dalam situasi penuh tekanan dan ancaman. Hal ini menunjukkan bahwa penderitaan yang dialami Ale menjadi semakin kompleks karena rasa sakit pada tubuhnya berpadu dengan ketakutan dan tekanan mental yang membuatnya berusaha menahan respons emosionalnya.

Aku membereskan *spring bad* dan menjemur selimut di teralis besi jendela. Begitu gebrakkan selimut itu, segala debu beserta bekas abu rokok berhamburan ke udara. Aku mengambil kain kasa basah dan mulai mengelap debu-debu yang sudah berbulan-bulan menempel di perabotan. Aku mengganti lampu kamarku yang sudah mati dari seminggu yang lalu. Piring kotor yang menggunung satu persatu aku bersihkan. Tempat sampahku sudah penuh. Bahkan sampai berserakan di sekitarnya. Segala bungkus makanan yang selalu aku pesan *online*, juga ratusan putung, dan puluhan bungkus rokok berceceran di lantai. Aku mengambil satu kresek besar dan memasukkan semua ke dalam sana. (Hal. 21. Par. 3)

Kalimat tersebut merupakan emosi jijik yang muncul ketika Ale menyadari kondisi kamarnya yang kotor dan tidak terawat akibat tumpukan debu, sampah, serta sisa-sisa rokok yang berserakan. Kondisi tersebut menimbulkan rasa tidak nyaman dan mendorong Ale untuk segera membersihkan serta merapikan kamar. Tindakan tersebut menunjukkan bahwa rasa jijik tidak hanya muncul sebagai respons terhadap kondisi yang dianggap kotor dan mengganggu, tetapi juga mendorong individu untuk menghilangkan sumber ketidaknyamanan tersebut. Dengan demikian, emosi jijik pada tokoh Ale ditunjukkan melalui kesadarannya terhadap lingkungan yang kotor serta tindakan membersihkan kamar sebagai bentuk respons terhadap kondisi tersebut.

“Meski ragu, akhirnya aku mengambil sebuah batang rokok lalu membakarnya. Satu tarikan napas pertama benar-benar terasa nikmat. Aku tak pernah mengira mengisap rokok bisa menjadi sesakral ini. Padahal dulu aku tak pernah bisa menikmatinya”. (Hal. 53. Par 4)

Pada tokoh Ale emosi berupa kenikmatan muncul ketika ia kembali merasakan pengalaman yang memberikan kenyamanan dan kepuasan setelah beberapa hari tidak merokok selama berada di penjara. Pengalaman tersebut memberikan sensasi menyenangkan yang membuat Ale merasa lega dan puas secara fisik maupun psikologis. Perasaan nikmat yang dialami Ale menunjukkan adanya pemenuhan terhadap keinginan yang sebelumnya tertahan, sehingga menimbulkan rasa bahagia dan kepuasan batin.

“Dari mereka, aku belajar satu hal penting. Bahwa kunci untuk bisa bertahan hidup bukanlah selalu berpikir positif, tetapi mempunyai kemampuan untuk menerima”. (207. Par 11)

Emosi sukses pada tokoh Ale muncul ketika ia mampu memperoleh pemahaman dan pembelajaran berharga dari berbagai pengalaman hidup yang telah dilaluinya. Pertemuannya dengan berbagai peristiwa dan orang-orang baru membantu Ale menyadari bahwa kemampuan menerima kenyataan merupakan bagian penting dalam menghadapi kehidupan. Pemahaman tersebut menunjukkan keberhasilan Ale dalam mengambil pelajaran dari pengalaman masa lalu dan menggunakannya sebagai dasar untuk menjalani kehidupan dengan lebih baik. Sehingga, emosi sukses pada tokoh Ale ditunjukkan melalui keberhasilannya dalam memahami, menerima, dan memaknai berbagai pengalaman hidup yang telah dilaluinya.

“Saya orang gagal! Bahkan untuk bunuh diri saja saya gagal!!!”. (Hal. 184. Par. 8)

Emosi gagal pada tokoh Ale muncul ketika ia merasa tidak mampu mencapai sesuatu yang diinginkannya yaitu mengakhiri hidupnya. Berbagai pengalaman yang tidak sesuai dengan harapan membuat Ale memandang dirinya sebagai seseorang yang selalu mengalami kegagalan. Perasaan tersebut tidak hanya menimbulkan kekecewaan terhadap kegagalan yang dialaminya, tetapi juga memengaruhi cara Ale menilai dirinya secara negatif. Emosi gagal pada tokoh Ale ditunjukkan melalui ketidakmampuan menerima hasil yang tidak sesuai dengan keinginannya hingga menimbulkan pandangan negatif terhadap dirinya sendiri.

“Segala keangkuhan kini hilang, tersapu oleh kata *bangga* yang tak pernah kudapatkan seumur hidupku. Sekalipun dari ibu kandungku sendiri”. (Hal. 147. Par. 2)

Emosi bangga pada tokoh Ale muncul ketika ia memperoleh pengakuan dan penghargaan dari warga kampung samping rel kereta setelah sekian lama merasa tidak mendapatkan apresiasi, bahkan dari ibu kandungnya sendiri. Pengakuan tersebut membuat Ale merasa dihargai, diperhatikan, dan memiliki arti bagi orang lain. Perasaan bangga yang dialaminya semakin kuat karena namanya disejajarkan dengan orang-orang yang dihormati di lingkungan tersebut yaitu nama Murad, Doyok, dan Bono. Sehingga, emosi bangga pada tokoh Ale terbentuk dari pengalaman mendapatkan pengakuan yang mampu meningkatkan penghargaan terhadap dirinya sendiri.

“Seperti ada rasa malu yang bisa kumengerti. (Hal. 100. Par. 10)”

Emosi malu pada tokoh Ale muncul ketika ia menceritakan kisah asmaranya kepada Mami Louise yang berakhir begitu saja. Peristiwa tersebut membuat Ale merasa malu terhadap dirinya dan pengalaman yang telah dilaluinya. Perasaan malu yang dialami menunjukkan bahwa Ale menyadari dan mampu memahami kondisi emosional yang sedang dirasakannya. Sehingga, emosi malu pada tokoh Ale ditunjukkan melalui kesadaran terhadap perasaan yang muncul serta pemahamannya terhadap pengalaman yang menjadi penyebab timbulnya rasa malu tersebut.

“Seketika itu juga api kemarahanku mendadak padam oleh rasa bersalah. Bahkan untuk marah saja aku masih tetap memikirkan perasaan orang lain”. (Hal. 185. Par 5)

Emosi rasa bersalah pada tokoh Ale tergambar ketika ia menyadari bahwa kemarahannya kepada Pak Jibren tidak sebanding dengan penderitaan yang dialami pria tersebut. Kemarahan Ale sebenarnya bukan ditujukan kepada Pak Jibren, melainkan dipicu oleh perkataan teman SMA-nya yang kembali menghina dirinya. Perasaan marah yang telah lama terpendam membuat emosi Ale memuncak hingga tanpa sengaja ia melampiaskannya kepada Pak Jibren yang menyusulnya ketika ia pergi. Setelah menyadari hal tersebut, kemarahan Ale segera mereda dan berubah menjadi rasa bersalah karena ia mulai mempertimbangkan perasaan serta kondisi Pak Jibren. Hal ini menunjukkan bahwa Ale memiliki empati dan mampu melakukan refleksi terhadap emosinya, sehingga ia berusaha menekan kemarahannya dan memikirkan dampak tindakannya terhadap orang lain.

“HIDUP APA INI, YA TUHAN?! AKU INGIN MATI!!! BUKAN INGIN HIDUP DI TEMPAT SEPERTI INI!!!”. (Hal. 69. Par. 3)

Tokoh Ale mengalami emosi menyesal akibat ketidaksesuaian antara kehidupan yang diharapkan dan kenyataan yang harus dihadapinya. Ale merasa kecewa dan sedih karena kehidupan yang dijalannya tidak sesuai dengan keinginannya, bahkan membawanya pada kondisi yang lebih sulit dan menyakitkan. Perasaan tersebut terlihat melalui ungkapan keluhan dan penolakan Ale terhadap keadaan hidupnya yang digambarkan melalui keinginannya untuk mati. Emosi penyesalan semakin kuat ketika Ale berada di lingkungan kampung rel kereta yang dipenuhi aktivitas kriminal, suatu kondisi yang sebelumnya tidak pernah ia bayangkan akan menjadi bagian dari kehidupannya.

“Sehingga, penyesalan pada tokoh Ale muncul karena ia merasa tidak mampu menerima kenyataan hidup yang jauh dari harapan dan keinginannya. Kini, hidupku seperti nyala api lilin, kecil dan tidak besar memang, tetapi bisa menjadi penerang di hidupku yang selama ini gelap”. (Hal. 206. Par 6)

Ungkapan tersebut menunjukkan bahwa tokoh Ale mulai merasakan kebahagiaan setelah hadirnya tokoh lain yang memberikan perubahan positif dalam kehidupannya. Sebelumnya, Ale memandang kehidupannya sebagai sesuatu yang penuh kegelapan dan penderitaan. Namun, kehadiran mereka tersebut memberikan rasa diterima, kehangatan, serta harapan baru bagi Ale. Meskipun kebahagiaan yang dirasakan tidak digambarkan secara besar, kehadiran tersebut mampu memberikan makna baru dan menjadi penerang dalam kehidupan Ale yang sebelumnya dipenuhi kesedihan. Oleh karenanya, perasaan cinta pada tokoh Ale ditunjukkan melalui munculnya harapan, rasa diterima, dan perubahan pandangan terhadap kehidupannya menjadi lebih positif.

“Lalu tanpa sadar, segala benih kemarahan, bara kekecewaan, dan tunas kebencian kepada diri sendiri itu tersemai dihatiku”. (Hal. 13. Par 3)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kebencian terhadap diri sendiri pada tokoh Ale terbentuk akibat akumulasi pengalaman negatif yang dialaminya sejak kecil. Julukan yang merendahkan dan perlakuan yang membuat Ale merasa tidak diterima, meskipun ia telah

berusaha bersikap baik kepada orang lain, secara perlahan membentuk pandangan negatif terhadap dirinya sendiri. Perasaan marah dan kecewa yang terus dipendam tanpa penyelesaian kemudian berkembang menjadi kebencian terhadap diri sendiri. Hal tersebut tampak melalui ungkapan Ale yang menyadari bahwa kemarahan, kekecewaan, dan kebencian terhadap dirinya telah tumbuh secara perlahan dalam dirinya. Sehingga, kebencian terhadap diri sendiri pada tokoh Ale merupakan hasil dari penumpukan emosi negatif yang berlangsung dalam waktu lama akibat pengalaman penolakan dan perlakuan buruk yang diterimanya.

SIMPULAN

Menurut David Krech, psikologi memandang emosi sebagai bagian dari kehidupan kejiwaan manusia yang muncul sebagai respons terhadap pengalaman dan rangsangan tertentu. Emosi dapat memengaruhi perilaku, pikiran, serta cara individu menilai dirinya sendiri dan berinteraksi dengan orang lain. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tokoh Ale dalam novel “Seporsi Mie ayam sebelum Mati” karya Brian Khrisna menampilkan keempat klasifikasi emosi yang dikemukakan oleh David Krech, yaitu emosi dasar (kegembiraan, kemarahan, ketakutan, dan kesedihan), emosi yang berhubungan dengan stimulus sensor (sakit, jijik, dan marah), emosi yang berhubungan dengan penilaian diri (sukses dan gagal, bangga dan malu, serta bersalah dan menyesal), dan emosi yang berhubungan dengan orang lain (cinta dan benci). Dari 20 data emosi yang berhasil diidentifikasi, emosi dasar berupa kesedihan dan ketakutan merupakan emosi yang paling dominan muncul yang menggambarkan bagaimana tokoh Ale bergulat dengan depresi akibat kesepian, kekecewaan, dan tekanan sosial yang dialaminya. Selain itu, ditemukan pula emosi yang berhubungan dengan stimulus sensor seperti sakit, jijik, dan bahagia/kenikmatan, emosi yang berhubungan dengan penilaian diri seperti sukses dan gagal, bangga dan malu, serta bersalah dan menyesal, dan yang terakhir emosi yang berhubungan dengan orang lain berupa cinta dan benci.

Potret emosi Ale menunjukkan bahwa keinginannya untuk mengakhiri hidup tidak muncul secara instan, melainkan akumulasi dari berbagai tekanan emosional yang dialaminya sepanjang hidup. Namun demikian, perjalanan emosional tersebut akhirnya bertransformasi menjadi kekutan bagi Ale untuk menerima dan berdamai dengan kenyataan hidupnya. Hal ini sejalan dengan pandangan David Krech bahwa emosi lahir dari persepsi kognitif individu terhadap lingkungan di sekitarnya, sehingga perubahan cara pandang Ale terhadap situasi yang dihadapinya turut mengubah respon emosionalnya secara signifikan, dengan demikian novel ini tidak hanya menggambarkan kompleksitas emosi negatif akibat depresi, tetapi juga menunjukkan bahwa penerimaan diri dapat menjadi jalan untuk menemukan makna hidup meskipun realitas yang dihadapi tidak selalu sesuai dengan harapan.

DAFTAR PUSTAKA

Alfia, B. N., & Syihabuddin. (2025). Transformasi pandangan hidup tokoh utama pada novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna (Perspektif kebebasan pada eksistensialisme Jean-Paul Sartre). *Jurnal Ilmiah FONEMA*, 8(Spesial), 446–462. <https://doi.org/10.25139/fn.v8iSpesial.10207>

- Aziizah, A. N., Prihatiningsih, S. W., & Purwanto, J. (2026). Kajian psikologi sastra dalam naskah drama *Bor* karya Putu Wijaya. *Mata Pena Bahasa: Jurnal Ilmiah Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 3(2). <https://journal.lumiverapublishing.org/index.php/matapenabahasa/article/view/493>
- Brian, K. (2025). *Seporsi mie ayam sebelum mati*. PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Hikmah, N., Nursaly, B. R., & Amrulloh, R. (2025). Produksi dan rekognisi bahasa pada anak usia dini: Pendekatan psikolinguistik. *SeBaSa: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 8(3), 715–728. <https://doi.org/10.29408/sbs.v8i3.32168>
- Hoemann, K., Lee, Y., Dussault, È., Devylder, S., Ungar, L. H., Geeraerts, D., & Mesquita, B. (2025). The construction of emotional meaning in language. *Communications Psychology*, 3, 99. <https://doi.org/10.1038/s44271-025-00255-0>
- Martin, M., & Rahman, M. A. (2023). Emosi tokoh utama dalam novel *Segala yang diisap langit* karya Pinto Anugrah serta implikasinya dalam pembelajaran sastra di SMA. *Jurnal Pendidikan*, 10(1). <https://doi.org/10.31869/ip.v10i1.4459>
- Moors, A. (2026). What is an emotion? *Oxford Research Encyclopedia of Psychology*. Oxford University Press.
- Putri, W. S., Rasymah, & Safriadi. (2023). Analisis tokoh dan penokohan tokoh utama dalam novel *Not Me* karya Caaay. *Kande: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 4(2). <https://doi.org/10.29103/jk.v4i2.13445>
- Sugiyono (2023). *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Pendidikan)*. Bandung: ALFABETA.
- Susanne, H. (2020). Conducting your literature riview. American Psychological Association.
- Widiyaningrum, A., & Hartarini, M. Y. (2023). *Pengantar ilmu sastra*. PT Nasya Expanding Management.