

NARASI KEJIWAAN DALAM PUISI *REFLECTION* DAN *ANXIETY* KARYA LANG LEAV

(*Psychological Narrative of Lang Leav's Two Poems Reflection and Anxiety*)

I Gusti Agung Sri Rwa Jayantini^a, Ni Komang Arie Suwastini^b, & Ronald Umbas^c

^a Sastra Inggris, Fakultas Bahasa Asing, Universitas Mahasaraswati Denpasar
Jalan Kamboja No 11 A Denpasar, Denpasar, Indonesia

^b Pendidikan Bahasa Inggris, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Pendidikan Ganesha
Jalan Ahmad Yani No 62, Singaraja, Indonesia

^c Administrasi Publik, Sekolah Tinggi Ilmu Sosial Politik Wira Bhakti
Jalan Cempaka No 6, Denpasar, Indonesia

Pos-el: agung_srijayantini@unmas.ac.id

(Naskah Diterima Tanggal: 25 April 2022; Direvisi Akhir Tanggal 14 Mei 2022;

Disetujui Tanggal; 30 Mei 2022)

Abstract

Poetry as a literary work may carry various messages about humanity and mental conditions. This study compares two poems entitled Reflection and Anxiety, which are inspired by the psychological aspects of a human being. The poems were written by Lang Leav, a female writer who gained popularity through her poetry and prose. By applying the descriptive method in literary research, the comparison of the two poem's narratives resulted in two findings. First, the similarities between the two poems are revealed by the psychological issues depicted by unusual diction, particularly suggestive phrases, parallelism and repetition to reinforce the message, and antithesis to characterize the paradoxical position. Second, the distinction was identified from the psychological concept demonstrating the emotion established in the poem. The poem "Reflection" shows that when a person can feel calm, they can advise themselves to face different life's obstacles. On the other hand, the poem "Anxiety" describes the psychological disorder that often exists and must be met by compromising the weaknesses and strengths of anxiety.

Keywords: *psychological narrativ; poetry; reflection; anxiety*

Abstrak

Puisi sebagai karya sastra dapat membawa bermacam pesan kemanusiaan dan kondisi kejiwaan. Penelitian ini mengidentifikasi dua puisi berlatar psikologi dengan judul *Reflection* 'Refleksi' dan *Anxiety* 'Kecemasan' karya Lang Leav, penulis perempuan yang meraih popularitas sebagai penulis dengan penjualan bukunya yang laris di berbagai negara. Dengan menerapkan metode deskriptif dalam penelitian sastra, perbandingan narasi kedua puisi menghasilkan dua temuan. Pertama, persamaan kedua puisi dapat diidentifikasi dari tema psikologis yang diungkapkan dengan diksi khas, yaitu kata-kata bersugesti, majas paralelisme, dan repetisi untuk menguatkan pernyataan dan majas antitesis untuk menggambarkan situasi yang bertentangan. Kedua, perbedaan narasi puisi yang bertema kejiwaan bisa dilihat dari jiwa dan rasa puisi. Puisi *Reflection* menunjukkan bahwa seseorang bisa merasakan ketenangan dan menasihati dirinya sendiri dalam menghadapi berbagai peristiwa kehidupan. Di sisi lain, puisi *Anxiety* menggambarkan kegelisahan psikologis yang seringkali ada dan harus dihadapi dengan melakukan kompromi terhadap kelemahan dan kekuatan rasa cemas itu sendiri.

Kata-kata kunci: narasi kejiwaan, puisi, refleksi, kecemasan

PENDAHULUAN

Puisi sebagai karya sastra yang membawa penikmatnya pada imajinasi tersendiri dibuat tidak hanya menjadi rangkaian kata-kata hampa tetapi juga dapat menjadi karya yang mengisi ruang-ruang di jiwa yang kosong. Puisi yang terangkai secara fisik dari kata-kata dalam baris-baris yang diatur penyairnya untuk menyampaikan pesan tertentu merupakan wujud karya sastra yang menjadi sumber ilham dalam kehidupan manusia (Eagleton, 2007; Griffith, 2006; Jayantini & Umbas, 2018). Puisi dipahami sebagai karya yang mewartakan misi untuk berbagi dan menjadikan kualitas hidup seseorang menjadi lebih baik. Karya sastra yang mempunyai bentuk lebih ringkas dibanding prosa dan drama merupakan hasil perenungan sang penyair sekaligus juga upaya memilih kata-kata sebagai daya ucap dalam puisi (Boynton & Maynard Jr., 1985). Ketepatan saat memilih kata-kata dan gaya bahasa tersendiri menjadi sesuatu yang harus dikuasai seorang penulis jika ingin komunikasi yang dibangun antara penulis dan pembaca menjadi nyata (Hirsch, 1999; Keraf, 2006).

Pada zaman yang dipenuhi oleh hilir mudik informasi serba cepat dan ragam berita yang membuat otak terasa penuh, tubuh yang terlalu lelah dan hal-hal yang dikerjakan membuat jenuh, manusia berusaha mencari keseimbangan melalui karya-karya inspiratif sebagai penenang pikiran dan perasaan. Masalah-masalah psikologis yang berkaitan dengan ketenangan dan kedamaian hidup dalam berbagai persoalan pun muncul berbentuk kecemasan dan tekanan psikologis (Chrisnawati & Aldino, 2019; Diferiansyah, Septa, & Lisiswanti, 2016; Vibriyanti, 2020). Karena kehidupan materialitis makin diperburuk suasananya oleh berbagai persaingan, hujatan, ujaran kebencian, dan tontonan sikap-sikap narsistik, setiap individu berusaha mencari keseimbangan secara psikologis yang didapat dengan membaca karya-karya sastra sebagai

bahan refleksi dan mencari solusi. Dalam situasi seperti ini, karya sastra dapat berperan sebagai terapi yang menyembuhkan.

Sejumlah penelitian yang membahas peran lebih karya sastra dengan menunjukkan banyak fenomena melalui beragam tema dilakukan dari aspek tematik, diksi, dan pendekatan melalui teori yang berbeda-beda. Penelitian sastra semacam ini telah pula dilakukan dengan membahas puisi secara khusus untuk ditinjau dari aspek psikologi sehingga dapat menggugah kesadaran seorang individu (Jayantini, Umbas, & Lestari, 2020; Oktaviantina, 2019; Suwastini, Asri, Wahyuni & Prastika, 2020; Widasuari, Suwastini, Wahyuni & Visetyawati, 2020). Penelitian lain juga mengungkap pentingnya diksi dalam membangun narasi sebagai cara mengungkapkan pesan dan isi pikiran (Blangsinga, Suwastini, Lasmawan & Adnyani, 2021; Cahyadiarta, Suwastini, & Agustini, 2018; Dhari, Suarnajaya, & Suwastini, 2017; Payani, Suwastini & Swandana, 2018; Hermawati, 2017).

Di antara kajian yang telah dilakukan dalam penelitian terdahulu (Mahayanti, Widodo & Suwastini, 2020; Suwastini, Banjar et al., 2020; Suwastini, Suprianti, & Suparyanta, 2019; Trisnawati, Suwastini & Mahayanti, 2017; Umbas & Jayantini, 2021; Wilianti, Mursalim, & Arifin, 2018; Yulistiana, Sumarlam, & Satoto, 2019), belum ada yang membandingkan karya dengan mengupas lebih mendalam narasi kejiwaan dalam puisi. Dalam kerangka analisis sastra dan psikologi, belum ada juga yang membandingkan dua karya puisi untuk menemukan upaya seorang penyair yang berkontribusi pada terapi kejiwaan. Salah satu cara yang dapat dilakukan sang penyair adalah menyampaikan pesan untuk melakukan perenungan dan penerimaan diri. Atas dasar dua latar belakang inilah, kajian ini menjadi berbeda dari penelitian lain. Analisis perbandingan dua puisi dilakukan dengan menyajikan aspek-aspek penentu rasa (*sense*)

seperti segi diksi, gaya bahasa dan pesan yang disampaikan penyairnya (Griffith, 2006).

Lebih jauh, penelitian tentang pendalaman narasi kejiwaan ini diharapkan dapat membuka pandangan untuk memahami makna refleksi diri dan kecemasan yang sering menjadi sumber ketidakseimbangan psikis. Hal ini adalah kontribusi dari hasil penelitian karena banyak orang yang mengalami gangguan psikologis (*psychological disorder*) tetapi tidak paham bagaimana harus memecahkan masalahnya. Puisi sebagai refleksi kehidupan dapat memberi pengaruh tidak hanya sebagai karya sastra interpretif (DiYanni, 2001; Perrine, 1974; Sayuti, 2002), tetapi juga berperan membawa pembaca mencari jawaban atas ketidakseimbangan dalam hidup yang dialaminya. Puisi yang dianalisis dalam penelitian ini berkaitan dengan upaya pengelolaan emosi. Interpretasi tema puisi dapat dilihat dari judulnya, yaitu *Reflection* dan *Anxiety*. Kedua puisi ini ditulis oleh Lang Leav (2019), seorang penulis yang mendapat label “International Bestselling Author” dan telah menerbitkan sejumlah buku puisi, termasuk buku yang mengikutsertakan dua puisi dalam penelitian ini. Puisi *Reflection* and *Anxiety* yang terdapat dalam kumpulan puisi bertajuk “Love Looks Pretty on You” ini menarik perhatian karena tema yang dipilih sangat dekat dengan kehidupan manusia tetapi seringkali menjadi masalah internal individu yang upaya pemecahannya juga bersifat tertutup. Pada banyak kasus, gangguan kejiwaan terabaikan dan baru disadari setelah ketidaknyaman sangat mengganggu.

Dilatarbelakangi oleh adanya kaitan antara sastra dan psikologi yang menepi sisi kejiwaan seorang individu atau sekelompok masyarakat, penelitian ini bertujuan membandingkan karya sastra puisi yang ditulis dengan tema psikologi kehidupan manusia sehingga dapat berimplikasi pada dua hal utama. Kedua hal tersebut adalah (1) pengembangan model analisis puisi dengan tema psikologi dan (2) penguraian pesan

setelah proses perbandingan puisi dilakukan dapat membuat pembaca menyadari bahwa puisi berperan lebih besar dari hanya sekadar menjadi sarana penyair menyampaikan ide dan ekspresi kejiwaannya.

KERANGKA TEORI

Puisi sebagai sebuah karya sastra dapat merefleksikan berbagai peristiwa kehidupan. Gambaran beragam kejadian termuat dalam puisi yang harus dipahami dengan melihat unsur-unsurnya yang tak cukup dibaca sekali untuk langsung dimengerti. Pengetahuan bahwa puisi merupakan karya yang dipandang penting sepanjang masa karena telah jadi bagian sejarah upaya penciptaan seni oleh manusia disampaikan Lawrence Perrine (1974) yang kemudian dipertegas dalam ulasan tentang aspek keindahan dan peran puisi (DiYanni, 2001; Griffith, 2006; Kennedy & Gioia, 1995). Puisi bersifat sangat unik sebagai karya sastra, yaitu penggunaan bahasa yang khas dan cara penyampaian sesuatu dengan cara tidak langsung. Puisi memuat pesan-pesan yang harus dimaknai lebih jauh oleh pembacanya. Cara menginterpretasi makna puisi mewakili pemahaman bahwa sastra memiliki konsep inti yang telah dikenal dari masa dahulu, yaitu kesatuan dan keberagaman, kontemplasi objektif, distansi estetis, penciptaan kerangka seni, ciptaan, imajinasi dan kreasi (Abrams, 1999; Wellek & Warren, 2014).

Dalam upaya mengerti arti sebuah puisi, kemampuan menelaah makna juga dapat diasah dengan mengenal puisi sebagai bentuk karya sastra yang menggunakan bahasa sebagai penggugah rasa dan pembentuk makna. Saat melakukan analisis karya sastra yang terikat struktur dan ruang ekspresi tak seluas prosa, puisi digambarkan memiliki beragam bentuk, seperti puisi liris (*lyrical poems*), puisi naratif (*narrative poetry*) dan puisi dramatik (*dramatic poetry*) (Kennedy & Gioia, 1995). Puisi liris berciri curahan rasa yang biasanya pendek dan

berasal dari perwakilan satu suara, digunakan penyairnya. Puisi naratif terasa penekanannya seperti bercerita (*to tell a story*). Sedangkan puisi dramatik umumnya menggunakan tokoh imajinatif untuk mewakili suara yang ingin disampaikan penulisnya. Dalam penelitian ini, narasi diamati dari puisi yang hendak bercerita tentang kondisi kejiwaan. Puisi yang bertipe naratif dapat dikaji dengan menguraikan narasi serta pembangun rasa dari puisi yaitu diksi (Griffith, 2006). Bait demi bait yang digunakan menyampaikan pesan menjadi bagian penting dalam karya sastra, terutama dari aspek kebahasaan yang secara umum dapat digunakan untuk menunjukkan perbandingan dan pertentangan (Astuti, 2016; Jayantini et al., 2020).

Pendekatan dari ilmu psikologi merupakan cara menganalisis karya sastra agar dekat dengan kejadian yang berkaitan dengan psikis manusia. Perilaku manusia yang refleksif dan nonrefleksif dapat menjadi kajian psikologi. Pendalaman terhadap kedua jenis perilaku ini digunakan untuk mendalami karya sastra dan tokoh-tokohnya (Wiyatmi, 2011). Dalam puisi, pendekatan secara psikologi dilakukan dengan menyadari peran puisi yang dapat mendalami kehidupan psikis seseorang. Merangkum bahwa sastra dan psikologi menjadi dua bidang yang terkait, Wellek dan Warren (2014) mengungkapkan bahwa pertemuan antara sastra dan psikologi dapat diprediksi memiliki empat kerangka, yaitu (1) pengarang sebagai pribadi melakukan studi psikologi, (2) studi proses kreatif pengarang yang adalah seorang individu dengan aspek-aspek psikologisnya sendiri, (3) teori psikologi untuk dasar analisis karya sastra, dan (4) dampak psikologi karya sastra bagi pembaca. Penelitian ini bertumpu pada pendekatan pertama karena mendalami puisi yang menggambarkan sisi psikologis sebagaimana dieksplorasi langsung oleh penyairnya melalui baris-baris dalam dua puisi berjudul *Reflection* dan *Anxiety*.

Narasi dan diksi adalah dua aspek yang gayut dalam karya sastra, demikian juga puisi. Narasi menunjukkan perbuatan atau tindakan berbentuk ekpositoris dan sugestif (Keraf, 2006). Narasi ekpositoris bersifat memberi wawasan yang dapat menggugah pembaca untuk mengetahui hal-hal yang terjadi. Cara penyampaian narasi yang bersifat ekpositoris adalah nyata dan jelas. Karena sifatnya yang nyata, narasi ekspositoris lebih eksplisit. Narasi sugestif menggambarkan kejadian dan pengetahuan yang membuka ruang interpretasi bagi pembaca. Sifat narasi sugestif adalah implisit (Keraf, 2007). Di sisi lain, diksi dalam puisi adalah juga aspek penentu (Griffith, 2006; Kennedy & Gioia, 1995). Diksi dalam kerangka ketepatan penggunaan sebagai media penyampai pesan dapat diidentifikasi dari umum dan khususnya makna sesuatu yang diacu, konkret atau abstraknya kata dalam kaitannya dengan eksistensi nomina dalam ujaran atau tulisan, dan kata-kata yang mempunyai daya pengaruh. Interpretasi makna dalam karya sastra dapat diidentifikasi melalui diksi (Keraf, 2006).

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif sebagai kajian sastra yang mengambil fokus analisis puisi sebagai media mengungkapkan narasi kejiwaan. Puisi seperti ini dapat diyakini sebagai sebuah karya sastra yang tak hanya menjadi rangkaian kata dan renungan bagi penyairnya sendiri tetapi juga sebuah narasi kejiwaan yang dapat membantu siapa saja bangkit dari keterpurukan, kekecewaan, kecemasan, dan mempercayai kekuatan untuk menggali makna di dalam diri sendiri. Analisis puisi didasarkan pada teori terkait puisi dan aspek psikologis sebuah karya sastra. Keterkaitan puisi dengan terapi dan hidup yang melibatkan emosi. Puisi dapat menjadi alat untuk menghadapi problem psikologi dan puisi dapat juga berperan sebagai

alat terapi untuk mengungkapkan apa yang dirasakan. Penelitian ini dimaksudkan untuk membandingkan ungkapan kejiwaan yang dirasakan seorang penyair dalam memberikan gambaran tentang ketenangan rasa refleksi dan kegundahan rasa cemas. Kedua puisi ini diambil dari buku karya penyair dan desainer Lang Leav yang terkenal melalui karya-karya puisi naratif serta prosa puisinya. Dua puisi sebagai sumber data diambil dari buku "Love Looks Pretty on You."

Identifikasi data dan analisis dalam penelitian ini dilakukan dengan menerapkan pendalaman aspek naratologi dalam puisi naratif (*narrative poetry*) dari (Hühn & Jens, 2005) yang mencakup (1) observasi dimensi yang terdapat dalam puisi, (2) identifikasi suara narator dalam puisi, dan (3) interpretasi terhadap urutan kejadian (*sequentiality*) dan bagaimana puisi mempunyai sifat memediasi (*mediacy*). Pertama, observasi dilakukan pada kedua puisi, yaitu *Reflection* dan *Anxiety* untuk mengetahui gambaran pesan yang merupakan dimensi dalam puisi. Dimensi dalam hal ini ditentukan sebagai cara pandang penyair terhadap tema dalam puisi. Ini merupakan langkah awal peneliti untuk mengungkapkan makna dan rasa (*sense*) dalam puisi (Griffith, 2006). Kedua, identifikasi suara narator dalam puisi dilakukan dengan cara mencatat dalam kartu data, yaitu pilihan kata (*diction*), gaya (*style*), dan majas (*figurative language*) yang digunakan sebagai media penyampai pesan. Dalam identifikasi diksi dan majas, klasifikasi dari Keraf (2006) digunakan dengan identifikasi kata umum, kata khusus, kata berdaya sugesti, dan kata indra. Ketiga, interpretasi keterhubungan dan mediasi yang ada dalam puisi dilakukan dengan mengamati dengan saksama baris demi baris puisi serta keterkaitannya dengan unsur di dalam dan di luar puisi. Unsur di dalam adalah tema dan suara sang penyair saat meramu kelekatan dalam puisi sehingga menjadi ungkapan pesan yang utuh dan solid. Unsur di luar puisi adalah hal-hal pendukung yang terkait dengan tema

seperti referensi tentang aspek kejiwaan yang diungkap dalam puisi.

Alur analisis dan target setiap langkah yang diambil dapat dilihat pada gambar berikut.



Gambar 1 Alur analisis narasi dalam karya sastra (Hühn & Jens, 2005)

PEMBAHASAN

Setelah melalui proses analisis yang melibatkan langkah-langkah Hühn & Jens, (2005) perbandingan puisi *Reflection* and *Anxiety* menghasilkan adanya persamaan dan perbedaan. Persamaan dapat dilihat dari aspek jenis narasi sugestif dan diksi yang melibatkan kata umum, khusus, dan kata indra serta gaya bahasa yang dominan digunakan adalah paralelisme, repetisi, dan antitesis. Perbedaan kedua puisi dapat dilihat dari nuansa kejiwaan yang disampaikan penyair sebagai narator dalam puisi dan makna serta pesan yang ingin disampaikan sang penyair. Penyajian perbandingan ditinjau dari beberapa aspek, yaitu (1) jenis narasi dominan, (2) diksi, (3) gaya bahasa, (4) nuansa kejiwaan, dan (5) makna dan pesan seperti yang disajikan secara ringkas pada Tabel 1 yang diikuti penjelasan dengan membahas unsur-unsur ini secara lebih rinci.

Tabel 1 menunjukkan beberapa aspek analisis. Jenis narasi pada kedua puisi tersebut adalah narasi sugestif yang sifatnya menunjukkan informasi dengan cara memberi kiasan sehingga harus diinterpretasikan dengan cermat (Keraf, 2007). Diksi yang ada dalam puisi ini disampaikan dengan pengungkapan

melalui kata-kata umum berupa verba bahasa Inggris yang menunjukkan ekspresi rasa senang dan sedih, juga kata-kata abstrak karena melibatkan sisi kejiwaan manusia, kata-kata khusus berupa kata berdaya sugesti yang dilakukan melalui pemilihan kata tertentu sebagai pendukung tema dan kata umum yang digunakan, dan kata indra untuk membuat puisi lebih dramatik.

Tabel 1 Perbandingan Narasi Kejiwaan

Narasi dalam Puisi	<i>Reflection</i>	<i>Anxiety</i>
Jenis Narasi Dominan	Sugestif	Sugestif
Diksi	Dominasi Kata Khusus berdaya sugesti	Dominasi Kata Khusus berdaya sugesti
Gaya Bahasa	Didominasi oleh Paralelisme Antitesis	Didominasi oleh Paralelisme Antitesis
Nuansa Kejiwaan	Ketenangan	Kegelisahan
Makna dan Pesan	Refleksi adalah bagian kontrol psikologis sehingga setiap orang bisa menjadikannya cara pemecahan masalah.	Kecemasan adalah gangguan psikologis yang dapat diolah dari kekurangan menjadi kekuatan untuk bangkit dan bertahan.

Sumber: Keraf (2006, 2007)

Sementara itu, gaya bahasa yang digunakan lebih bersifat pengulangan untuk mencapai efek penekanan lebih kuat dari segi struktur seperti paralelisme dan dari segi bunyi, yaitu asonansi. Dalam hal nuansa kejiwaan, kedua puisi berbeda dalam hal sudut pandang penyampai pesan yaitu dengan adanya pilihan sebagai narator dalam puisi, antara si aku penyair berperan sebagai komunikator (*communicator*) untuk pembacanya dan adanya penggunaan pronomina “You” ‘Anda, Kamu, Kau,’ dalam puisi *Reflection*, sedangkan si

pengalam (*experiencer*) dengan penggunaan pronomina “I” ‘Aku, Saya’ pada puisi *Anxiety*. Untuk makna puisi terkait kejiwaan, ditemukan pesan yang berbeda sesuai dengan judul yang dipilih penyairnya.

Jenis Narasi Dominan

Narasi dalam karya sastra memperlihatkan kepiawaian seorang penulis dalam melukiskan dengan kata-kata perbuatan atau tindakan dalam bentuk ekpositoris dan sugestif. Narasi ekpositoris mengajak pembaca pada peristiwa dalam membuka wawasan dengan cara yang lebih nyata, jelas, dan eksplisit. Narasi sugestif menunjukkan tindakan atau perbuatan agar pengalaman atau pengetahuan dapat diketahui dengan menuntut interpretasi pembaca karena sifatnya yang implisit (Keraf, 2007). Narasi dominan dalam puisi *Reflection* dan *Anxiety* adalah narasi sugestif. Narasi ini membuat pembaca harus menguraikan makna di masing-masing puisi. Pada *Reflection* narasi yang harus diinterpretasi adalah apa sesungguhnya yang dimaksud sebagai sebuah refleksi ke dalam diri, langkah-langkah yang bisa dilakukan dan bagaimana gambaran suasana seseorang yang dapat menjadikan refleksi sebagai cara kontrol diri saat menghadapi berbagai masalah. Sedangkan dalam puisi *Anxiety*, makna yang harus digali adalah apa ciri sesungguhnya kecemasan yang mengganggu dan bagaimana mengelola rasa cemas tersebut?

Reflection:

Everyone is trying to get to themselves, trying to get to the bare bones of who they are.... (Leav, 2020: 149).

Terjemahan idiomatis penulis:

Kita lakukan semuanya untuk kita sendiri, untuk tahu siapa diri kita.....

Anxiety:

I panic when I am asked out to dinner, even if it's with someone I really want to

see.

(Leav, 2020: 153).

Terjemahan idiomatis penulis:

Diajak makan malam di luar, aku cemas, meskipun aku sangat ingin menemuinya.

Narasi sugestif ditunjukkan dari baris-baris kalimat dalam puisi yang merasakan adanya upaya pencarian diri sejati dengan kontemplasi dalam puisi *Reflection* dan tekanan psikologis berupa rasa cemas sehingga sang aku "I" dalam puisi *Anxiety* merasakan adanya ketidakleluasaan dalam melakukan sesuatu yang orang lain lakukan dengan mudah. Refleksi digambarkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia Dalam Jaringan (KBBI Daring) sebagai "upaya untuk mendapatkan jawaban atas peristiwa yang datangnya dari luar." Untuk rasa cemas, dijelaskan bahwa "cemas" /cêmas/ dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti "risau hati (karena khawatir, takut); gelisah." Bentuk nomina abstrak kecemasan berarti "menunjukkan rasa cemas yang terkait dengan perihal cemas dan terlampau cemas." (<https://kbbi.kemdikbud.go.id/>)

Diksi

Diksi puisi *Reflection* dan *Anxiety* lebih banyak melibatkan pernyataan dengan menggunakan kalimat deklaratif dengan pelibatan verba. Identifikasi sifat umum dan khusus dilakukan dengan mengamati pilihan kata dan makna secara leksikal, gramatikal, dan makna figuratifnya. Klasifikasi yang dilakukan dalam penelitian ini didasari oleh kategori diksi dari Keraf (2006). Kategori diksi terbagi menjadi kata umum, kata khusus dan kata indria. Kata umum mencakup (1) kata bergradasi makna dari paling umum kemudian khusus dan (2) kata abstrak. Kata khusus meliputi (1) nama diri dan (2) kata berdaya sugesti. Kata indria menunjukkan kekhususan serta pengalaman yang dapat diukur dari pancaindra. Diksi dalam puisi *Reflection* dan *Anxiety* yang ditulis dalam bahasa Inggris dapat diklasifikasikan menjadi

beberapa kategori sesuai diksi dari Keraf. Setelah klasifikasi dilakukan, terlihat bahwa pengungkapan mengenai kondisi psikologis manusia dipilih dengan menggunakan kata umum dan kata khusus berdaya sugesti.

Reflection

You come home to yourself when you have a thing or two to tell your past.....

(Leav, 2020: 149)

Terjemahan idiomatis penulis:

Kita sadar saat kita ingat apa yang telah kita lakukan di masa lalu....

Anxiety:

People ask me why I can't do anything without jumping through a thousand thoughts, like hoops. (Leav, 2020: 153)

Terjemahan idiomatis penulis:

Orang-orang selalu bertanya mengapa aku selalu terlalu keras berpikir.

Diksi dalam nukilan puisi *Reflection* menunjukkan pilihan kata umum misalnya *laughing, crying, shaking* jika diterjemahkan bisa sangat umum, yaitu 'tertawa' 'menangis' 'gemetar' tidak seperti dalam diksi pada puisi bahasa Indonesia yang kemungkinan dapat diwakili verba atau jenis kata lainnya untuk mengesankan suasana lebih dramatis dalam puisi, seperti "terbahak", "riang gembira", "lega bahagia", "buncah bahagia" dalam mewakili kata *laughing, crying* yang dapat digantikan dalam bahasa Indonesia untuk menjadi puisi dengan penggambaran suasana kuat dan kata berdaya sugesti, yaitu "tersedu", "terisak", "berurair air mata", dan lain sebagainya. Selain kata umum, ada diksi kata dan frasa khusus yang berdaya sugesti seperti *crystal clarity, the parts of yourself, keep or discard, the multitude of paths*.

Diksi dalam nukilan puisi *Anxiety* menunjukkan penggunaan kata khusus berdaya sugesti, seperti yang terdapat dalam *overthink, perumpamaan like a rat caught in a maze, claw, a thousand thoughts, hoops*. Pilihan kata-kata

ini dianggap memiliki daya sugesti karena menghidupkan puisi yang diperuntukkan agar didapat gambaran judul sekaligus juga kondisi psikologis yang dipakai sebagai tema puisi, yaitu *Anxiety*. Pilihan kata-kata khusus tersebut terdapat dalam bait yang menggambarkan bahwa kecemasan bisa berawal dari perasaan terlalu memikirkan sesuatu. Dalam hal ini dipilih verba berdaya sugesti karena memberi pengaruh kuat pada makna puisi dengan diwakili oleh verba *overthink* pada puisi bahasa Inggris.

Gaya Bahasa

Gaya bahasa digunakan untuk menguatkan pengungkapan dalam puisi *Reflection* dan *Anxiety* adalah gaya bahasa berdasarkan struktur kalimat (Keraf, 2006) untuk mengungkapkan narasi kejiwaan. Gaya bahasa tersebut adalah “paralelisme”, yaitu gaya bahasa mewujudkan kesejajaran pada tingkat kata-kata atau frasa-frasa. Kata dan frasa ini menunjukkan fungsi dan konstruksi tata bahasa yang sama pula. Kesejajaran juga dapat muncul dalam bentuk anak kalimat pada suatu induk kalimat yang sama. Selain “paralelisme,” gaya bahasa “antitesis” juga digunakan dengan penyampaian hal-hal berlawanan dengan penggunaan kata-kata atau kelompok kata berantonim. Selain itu muncul pula gaya bahasa “repetisi” berciri adanya pengulangan bunyi. Bisa juga dalam bentuk suku kata, kata atau bagian kalimat yang dianggap penting. Pengulangan dilakukan agar penekanan terhadap sesuatu yang bisa diberikan selaras dengan konteks yang ada. Selain berdasarkan kalimat, gaya bahasa yang ditemukan adalah gaya bahasa asonansi, yaitu pengulangan suara vokal yang serupa. Tabel 2 dan tabel 3 menunjukkan adanya gaya bahasa dominan yang dipilih penyair Lang Leav dalam mengungkapkan narasi kejiwaan.

Tabel 2 Gaya Bahasa dalam *Reflection*

Gaya Bahasa	Ungkapan Penyair
Paralelisme	<i>...who they are, ...what they are, ...where they draw;</i>
Antitesis	<i>You get there by loving someone .., by hurting a friend</i>
Repetisi	<i>trying.... trying...</i>
Asonansi	<i>...laughing,crying, ...shaking, ...seen, ...been</i>

Sumber: Keraf (2006)

Tabel 2 menunjukkan bahwa narasi kejiwaan disampaikan dengan gaya bahasa yang bersifat lugas dan mudah ditengarai melalui struktur kalimat, pengulangan ide, penekanan, pertentangan kondisi, dan upaya menyandingkan keindahan bunyi. Gaya bahasa yang dominan terlihat adalah Paralelisme, Antitesis, Repetisi dan Asonansi. Data dari gaya bahasa telah disajikan pada Tabel 2. Penekanan ide yang membuat puisi *Reflection* ini menjadi kuat dalam pesan perenungan adalah gaya bahasa antitesis dalam pernyataan */...by loving someone so much/by hurting a friend.../*. Konsep berlawanan dalam puisi ini memberi deskripsi bahwa esensi hidup tak dapat dilepaskan dari dua hal yang bertentangan. Peristiwa seperti inilah yang mengantarkan setiap individu mencapai refleksi dan perenungan ke dalam diri.

Tabel 3 Gaya Bahasa dalam *Reflection*

Gaya Bahasa	Ungkapan Penyair
Paralelisme	<i>I wonder if my inability to ... really such a bad thing I wonder if that's why I've spent so much time</i>
Antitesis	<i>I panic when I am asked out to dinner, even if it's with someone I really want to see.</i>
Repetisi	<i>Like..., like..., breathing, the phone, wonder...., wonder....</i>
Persamaan (Simile)	<i>...like a rat caught in a maze, trying to claw its way out</i>

Sumber: Keraf (2006)

Tabel 3 memberikan pengetahuan bahwa dalam membuat narasi tentang kecemasan, penyair memerlukan struktur kalimat yang terstruktur dengan rapi dan mudah dipahami alurnya. Untuk menuangkan kecemasan sebagai narasi psikologis dalam puisinya, penyair menggunakan paralelisme, antitesis, repetisi, dan persamaan (*simile*). Ketiga gaya bahasa pertama digunakan pada puisi *Reflection*, yang juga memberi dampak dan nuansa kejiwaan sesuai tema masing-masing dan menguatkan deskripsi *Anxiety*. Hal yang menarik dari puisi *Anxiety* adalah dalam pemakaian persamaan /...*like a rat caught in a maze, trying to claw its way out* / yang dapat dipadankan dalam bahasa Indonesia dengan ungkapan /seperti tikus yang terperangkap di Labirin, mencoba mencari jalan keluar/. Penggunaan gaya bahasa *simile* ini mempertegas nuansa kecemasan dengan menunjukkan perbandingan, seperti itulah rasa yang dialami jika seseorang dalam perasaan cemas.

Nuansa Kejiwaan

Refleksi ke dalam diri untuk menemukan esensi kehidupan yang sesungguhnya disampaikan sang penyair melalui narasi sugestif dapat dianalisis melalui diksi serta gaya bahasa sehingga nuansa kejiwaan dominan dapat diuraikan. Hal yang ingin disampaikan adalah pengalaman kejiwaan seseorang bisa mengantarkannya tiba pada diri sendiri setelah mengalami berbagai peristiwa. Dalam hal ini, suara penyair dalam puisi seolah seperti orang yang memahami ilmu kejiwaan. Hal ini terlihat dari uraian yang disampaikan dalam baris-baris puisi seperti puisi *Reflection*, yaitu /*everyone is trying to get to themselves/... /You get there by loving someone so much it makes you inexplicably crue./...*

Jika diterjemahkan secara makna, *reflection* telah diserap dalam bahasa Indonesia dengan penjelasan makna mengacu dari bahasa Inggris sebagai sumbernya. Puisi *Reflection*

menunjukkan keadaan kejiwaan yang tenang dan percaya bahwa dalam mengelola banyak peristiwa kehidupan, seseorang perlu melakukan refleksi. Makna yang diberikan puisi tersebut tersirat dari hasil terjemahan secara idiomatis dengan menggunakan pronomina “Kita” karena bersifat melibatkan pembaca puisi, meskipun dalam bahasa Inggrisnya menggunakan “You.” Pesan tersebut dapat diintisarikan dengan menerjemahkan pesan tersebut secara idiomatik, yaitu /untuk tahu siapa kita, kita harus teriak/, /tertawa, menangis, terguncang, lepaskan, sabar langkah demi langkah/. /Kita harus mencintai seseorang meskipun harus menyakiti teman/, /dan merasakan sakit itu hanya saat kita disakiti/.

Puisi *Anxiety* ‘Kecemasan’ memberi pesan untuk melakukan kompromi terhadap kelemahan dan kekuatan rasa cemas yang bisa dialami seseorang. Kecemasan sebagai masalah psikologis mesti diterima apa adanya sebagai sebuah kekuatan. Dengan penerimaan pada kecemasan, seseorang dapat mengubah kelemahan menjadi kekuatan untuk mengelola perasaannya. Hal ini dapat dilihat pada baris-baris /*It’s hard for me to commit to anything... .., /until my brain tells me I have made a mistake/* Kecemasan yang digambarkan tersebut ditunjukkan dengan mencermati terjemahan secara idiomatis dalam puisi *Anxiety*, yaitu /...sulit bagiku untuk berkomitmen pada sesuatu/. /Saat aku bisa berkomitmen/, /aku mencemaskannya/ /sehingga otakku berkata bahwa aku telah berbuat salah/, /seperti tikus yang terperangkap di labirin/, /mencoba mencari jalan keluar/.

Makna dan Pesan

Makna puisi *Reflection* adalah untuk mencapai refleksi seutuhnya, manusia dapat kembali menemukan hakikat dirinya melalui berbagai peristiwa dalam kehidupan. Peristiwa dalam hidup yang menjadikan manusia belajar tidak hanya peristiwa baik tetapi juga peristiwa

buruk. Sang penulis mem-berikan gambaran peristiwa apa saja yang membuat manusia bisa mengambil hikmah dari segala yang terjadi.

Makna puisi *Reflection* adalah bagian kontrol psikologis sehingga setiap orang bisa menjadikannya cara pemecahan masalah. Pronomina “You” menunjukkan sudut pandang deskriptif dan bersifat menyampaikan pesan. Hal ini berbeda ketika nuansa kejiwaan yang ingin disampaikan berupa kegelisahan. Kegelisahan ditunjukkan dengan penggunaan pronomina “I” sehingga muncul sudut pandang pencerita yang mengalami dan memberi kesan menenangkan. Refleksi adalah bagian kontrol psikologis sehingga setiap orang bisa menjadikannya cara pemecahan masalah.

Makna puisi *Anxiety* adalah kecemasan merupakan gangguan psikologis yang dapat diolah dari berupa kekurangan menjadi kekuatan untuk bangkit dan bertahan. Dalam puisi kecemasan, makna yang dapat diambil adalah bahwa secara kejiwaan setiap orang dapat memiliki rasa cemas dalam dirinya. Rasa cemas ini dapat dikontrol dengan merasakan bahwa sesungguhnya manusia memiliki kemampuan untuk mengendalikan kecemasan dan menjadikan peristiwa yang menimpa dalam hidup sebagai cara dan kekuatan untuk keluar dari masalah yang ada.

PENUTUP

Perbandingan karya sastra dalam bentuk puisi dapat dilakukan dengan pendekatan psikologi. Penyajian perbandingan ditinjau dari sudut pandang psikologi agar narasi kejiwaan dari puisi dapat ditemukan, bisa dilihat dari beberapa aspek yaitu (1) jenis narasi dominan, (2) diksi, (3) gaya bahasa (4) nuansa kejiwaan, dan (5) makna dan pesan. Analisis yang bertumpu pada aspek-aspek ini diyakini dapat berkontribusi untuk melihat puisi sebagai salah satu media terapi secara psikologi dan mengembalikan kepercayaan jiwa-jiwa yang ada dalam kecemasan, kebingungan, dan

ketidaktenangan.

Persamaan antara puisi *Reflection* dan *Anxiety* sebagai karya yang ditulis penyair “International Bestselling Book,” Lang Leav ada pada cara narasi yang bersifat sugestif dan pilihan kata khusus yang juga berpengaruh untuk mendominasi unsur rasa dalam puisi. Perbedaan kedua puisi terutama teridentifikasi dari tema psikologis yang diungkapkan dengan gaya bahasa masing-masing seperti gaya bahasa paralelisme dan repetisi untuk menguatkan ide-ide yang disampaikan dan antitesis untuk mendapatkan efek dramatis dengan ungkapan yang bertentangan. Narasi puisi yang bertema kejiwaan bisa dilihat dari jiwa dan rasa puisi. Puisi *Reflection* menunjukkan adanya potensi ketenangan dalam diri seorang individu sedangkan puisi *Anxiety* menggambarkan kegelisahan psikologis yang seringkali ada dalam kehidupan. Implikasi dari penelitian ini adalah bahwa puisi dapat menjadi media berbagi narasi kejiwaan agar setiap orang menerima kecemasan dan tak hentinya melakukan perenungan sebagai refleksi diri. Puisi juga dapat memberi pesan penerimaan pada kecemasan dengan cara mengubah kelemahan menjadi kekuatan untuk mengelola rasa cemasnya. Perbandingan puisi *Reflection* and *Anxiety* menghasilkan adanya persamaan dan perbedaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abrams, M. H. (1999). *The mirror and the lamp: Romantic theory and critical tradition*. London: Oxford University Press.
- Astuti, W. (2016). *Paradox Style in Edwin Arlington Robinson's Selected Poems* (Alauddin State Islamic University). Retrieved from http://repositori.uin-alauddin.ac.id/878/1/WIDYA_ASTUTI.pdf
- Blangsinga, G. W. K. A. A., Suwastini, N. K. A., Lasmawan, I. W., Adnyani, N. L. P. S., & Rusnalasari, Z. D. (2021). Patriarchal binary oppositions in narrative texts

- included in English textbook for senior high school in Indonesia. *2nd International Conference on Technology and Educational Science (ICTES 2020)*, 135–141. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.2991/assehr.k.210407.227>
- Boynton, R. W., & Maynard, M. J. (1985). *Introduction to the Poem*. New Jersey: Heinemann.
- Cahyadiarta, I. K. R., Suwastini, N. K. A., & Agustini, D. A. E. (2018). An analysis of the myth of convenience on three Traveloka advertisements. *Jurnal Pendidikan Bahasa Inggris Undiksha*, 5(2), 1–13. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.23887/jpbi.v5i2.13396>
- Chrisnawati, G., & Aldino, T. (2019). Aplikasi Pengukuran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Skala Hars Berbasis Android. *Jurnal Teknik Komputer*, 5(2), 277–282. <https://doi.org/https://doi.org/10.31294/jtk.v5i2.6312>
- Dhari, P. W. P., Suarnajaya, I. W., & Suwastini, N. K. A. (2017). An analysis of subtitling strategy in the La La Land Movie (2016). *Jurnal Pendidikan Bahasa Inggris*, 5(2), 1–12. Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JPBI/article/view/15053/9213>
- Diferiansyah, O., Septa, T., & Lisiswanti, R. (2016). Gangguan cemas menyeluruh. *Medula*, 5(2), 63–68. Retrieved from <https://joke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/medula/article/view/1510/pdf>
- DiYanni, R. (2001). *Literature: Reading Fiction, Poetry, and Drama*. Singapore: McGraw Hill Higher Education.
- Payani, N. L. P., Suwastini, N. K. A., & Swandana, I. W. (2018). The Identification of *Character Education on the Main Character of Zootopia*. *Jurnal Pendidikan Bahasa Inggris*, 5(2). Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JPBI/article/viewFile/14955/9165>.
- Eagleton, T. (2007). *How to read a poem*. Oxford: Blackwell Publishing.
- Griffith, K. (2006). *Writing Essays About Literature*. Boston: Wadsworth Cengage Learning.
- Hermawati, N. H. (2017). *Diksi dalam kumpulan puisi karya Sapardi Djoko Damono: Tinjauan stilistika dan implementasinya sebagai bahan ajar sastra di SMP Negeri 3 Sawit* (Universitas Muhammadiyah Surakarta). Retrieved from <http://eprints.ums.ac.id/56153/1/naskah publikasi.pdf>
- Hirsch, E. (1999). *How to read a poem*. United States of America: A Harvest Book Harcourt, Inc.
- Hühn, P., & Jens, K. (2005). *The Narratological Analysis of Lyric Poetry: Studies in English Poetry from 16th to the 20th Century*. Berlin: de Gruyter.
- Jayantini, I. G. A. S. R., & Umbas, R. (2018). Diksi majas oksimoron dan terjemahannya dalam antologi puisi. *Litera*, 17(3), 367–383. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21831/ltr.v17i3.20438>
- Jayantini, I. G. A. S. R., Umbas, R., & Lestari, N. N. A. D. (2020). Paradoks dalam antologi puisi Rupi Kaur The Sun and Her Flowers. *Wanastra: Jurnal Bahasa Dan Sastra*, 12(2), 142–148. Retrieved from <https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/wanastra/article/download/8591/4272>
- Kennedy, X. J., & Gioia, D. (1995). *Literature: An Introduction to Fiction, Poetry, and Drama* (Sixth Edit; D. Williams, Ed.). United States of America: Harper Collins College Publisher.
- Keraf, G. (2006). *Diksi dan Gaya Bahasa* (16th ed.). Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Keraf, G. (2007). *Argumentasi dan Narasi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

- Leav, L. (2020). *Love Looks Pretty on You*. United States of America: Andrews McMeel Publishing
- Mahayanti, N. W. S., Zuchdi, D., Widodo, P., & Suwastini, N. K. A. (2020). Analytical reconstruction: A language education philosophical foundation of lyrics and video “baby shark.” *Asian EFL Journal*, 27(1), 102–126. Retrieved from <https://www.asian-efl-journal.com/tag/volume-27-issue-1-2020/>
- Oktaviantina, A. D. (2019). Analisis psikologi remaja dalam antologi karya sastra Suara-Suara Bangku Sekolah. *Jurnal Ketatabahasaan Dan Kesusastraan*, 14(2), 151–160. Retrieved from <https://ojs.badanbahasa.kemdikbud.go.id/jurnal/index.php/loa/article/download/1818/990>
- Perrine, L. (1974). *Literature, Structure, Sound and Sense*. New York: Harcourt Brace and Company.
- Sayuti, S. (2002). *Berkenalan dengan puisi*. Yogyakarta: Gama Media.
- Suwastini, N. K. A., Asri, N. W. D. P., Wahyuni, L. G. E., & Prastika, K. A. D. (2020). the Characterisations of Piscine Molitor Patel in Yan Martell’S the Life of Pi. *International Journal of Language and Literature*, 4(2), 56. <https://doi.org/10.23887/ijll.v4i2.30289>
- Suwastini, N. K. A., Banjar, I. D. A. O. V. J., Tienty, L. P. C. A., Sasmita, I. M. D. G., & Nitiasih, P. K. (2020). Rachel Chu as liberal feminist in Kevin Kwan’s Crazy Rich Asians (2013). *International Journal of Language and Literature*, 4(3), 123–132.
- Suwastini, N. K. A., Suprianti, G. A. P., & Suparyanta, N. T. (2019). Demystification of the Myth of Freedom in the Characterization of Christopher McCandless in Krakauer’s Into The Wild. *NOBEL: Journal of Literature and Language Teaching*, 10(1), 1–14. <https://doi.org/https://doi.org/10.15642/NOBEL.2019.10.1.01-14>
- Trisnawati, N. K. A. M. D., Suwastini, N. K. A., Mahayanti, N. W. S., Pendidikan, J., Inggris, B., & Bahasa, F. (2017). the Curiosity About Life in Emily Dickinson ’ S I Heard a Fly Buzz When I Died Through Figurative Language. *Jurnal Pendidikan Bahasa Inggris*, 5(2). Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JPBI/article/view/13348>
- Umbas, R., & Jayantini, I. G. A. S. R. (2021). Diction and Message Logic in the Podcast of Deddy Corbuzier in Episode “Malih, Pesan Pedas Tuk Ade Londok.” *RETORIKA: Jurnal Ilmu Bahasa*, 7(1), 50–57. <https://doi.org/10.22225/jr.7.1.2902.50-57>
- Vibriyanti, D. (2020). Kesehatan mental masyarakat: Mengelola kecemasan di tengah pandemi COVID-19. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, Juli (Edisi Khusus Demografi dan COVID-10), 69–74. Retrieved from <https://ejournal.kependudukan.lipi.go.id/index.php/jki/article/view/550/pdf>
- Wellek, R., & Warren, A. (2014). *Teori Kesusastraan* (5th ed.) Translated by Melani Budianta. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Widasuari, N. W. D., Suwastini, N. K. A., Wahyuni, L. G. E., & Visestayati, N. P. A. (2020). Lucy Pevensie’S Characterizations in C.S. Lewis’ Narnia: the Lion, the Witch, and the Wardrobe. *International Journal of Language and Literature*, 4(1), 47. <https://doi.org/10.23887/ijll.v4i1.30227>
- Wilianti, R., Mursalim, M., & Arifin, S. (2018). Analisis diksi puisi “Wajah Negeri Kita” karya M. Anwar M.H. *Ilmu Budaya: Jurnal Bahasa, Sastra, Seni, Dan Budaya*, 2(3), 286–292. Retrieved from <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/JBSSB/article/view/1034/pdf>

- Wiyatmi. (2011). *Psikologi Sastra*. Yogyakarta: Kanwa Publisher.
- Yulistiana, E., Sumarlam, S., & Satoto, S. (2019). Diction in Tarlingdut song lyrics by Anom Udin Zaen: Stylistic study. *EduLite: Journal of English Education, Literature and Culture*, 4(1), 55–64. <https://doi.org/https://doi.org/10.30659/e.4.1.55-64>