



Dinamika Obsesi dan Penghancuran Diri dalam Novel *Die My Love* Karya Ariana Harwicz

Yuli Astriyana¹, Vivi Vellanita Wanda Damayanti²

Fakultas Hukum, Ilmu Sosial, dan Ilmu Politik, Universitas Terbuka^{1,2}

*Email astrianayuli02@gmail.com, vwwdamayanti@gmail.com

Diterima: 15-06-2026 | Disetujui: 20-06-2026 | Diterbitkan: 22-06-2026

ABSTRACT

*This study aims to describe the forms of obsession, describe the forms of self-destructive behavior, and analyze the dynamics of the relationship between these two psychological phenomena in the novel *Die My Love* by Ariana Harwicz. This study uses Sigmund Freud's psychoanalytic approach, specifically the concept of the life drive (Eros) and the death drive (Thanatos) as a theoretical basis. The method used is a qualitative method with literary text content analysis techniques. The results of the discussion show that the main female character in this novel experiences extreme love obsession, which is characterized by absolute dependence, fear of loss, and placing one's partner as the sole purpose of life. This obsession is a form of excessive manifestation of the Eros drive. When the desire for complete possession is not fulfilled, this psychic energy takes the form of self-destructive behavior, such as harming the body, allowing oneself to suffer, and the desire to die for love, which are manifestations of the Thanatos drive that turns inward. The dynamics revealed are the continuous mixing and interaction between these two drives. The stronger the feeling of love and attachment, the greater the tendency of the character to destroy herself as evidence or a consequence of the attachment. The results of this study prove that unhealthy and uncontrolled love has the potential to contain the seeds of destruction for the perpetrator himself.*

Keywords: *Obsession, Self-destruction, Literary Psychology, Die My Love, Ariana Harwicz*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk obsesi, menguraikan wujud perilaku penghancuran diri, serta menganalisis dinamika hubungan kedua fenomena psikologis tersebut dalam novel *Die My Love* karya Ariana Harwicz. Kajian ini menggunakan pendekatan psikoanalisis Sigmund Freud, khususnya konsep dorongan kehidupan (Eros) dan dorongan kematian (Thanatos) sebagai landasan teori. Metode yang digunakan adalah metode kualitatif dengan Teknik analisis isi teks sastra. Hasil pembahasan menunjukkan bahwa tokoh utama wanita dalam novel ini mengalami obsesi cinta yang ekstrem, yang ditandai dengan ketergantungan mutlak, ketakutan akan kehilangan, dan penempatan pasangan sebagai satu-satunya tujuan hidup. Obsesi tersebut merupakan bentuk perwujudan yang berlebihan dari dorongan Eros. Ketika rasa keinginan untuk memiliki sepenuhnya tidak terpenuhi, energi psikis tersebut berupa perilaku penghancuran diri, seperti menyakiti tubuh, membiarkan diri menderita, dan keinginan mati demi cinta, yang merupakan wujud kerja dari dorongan Thanatos yang berbalik ke dalam diri sendiri. Dinamika yang terungkap adalah adanya percampuran dan interaksi terus-menerus antara kedua dorongan tersebut. Semakin kuat rasa cinta dan keterikatan, semakin besar pula kecenderungan tokoh untuk menghancurkan dirinya sendiri sebagai bukti atau akibat dari keterikatan tersebut. Hasil kajian ini membuktikan bahwa cinta yang tidak sehat dan tidak terkontrol berpotensi mengandung benih kehancuran bagi pelakunya sendiri.

Kata kunci: Obsesi, Penghancuran diri, psikologi sastra, *Die My Love*, Ariana Harwicz

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Astriyana, Y., & Wanda Damayanti, V. V. (2026). Dinamika Obsesi dan Penghancuran Diri dalam Novel *Die My Love* Karya Ariana Harwicz. *Journal of Literature Review*, 2(1), 593-603. <https://doi.org/10.63822/v990h407>

PENDAHULUAN

Karya sastra yang khususnya novel, sering kali hadir sebagai bentuk representasi kehidupan manusia yang memuat beragam konflik perasaan, hingga gejolak batin yang kompleks. Sebagai cerminan realitas, sastra tidak hanya menceritakan peristiwa, tetapi juga mengangkat sisi psikologis manusia, termasuk fenomena obsesi, agresi, dan kecenderungan penghancuran diri yang kerap terjadi dalam hubungan antar manusia (Emir, 2016). Melalui tokoh dan alur cerita, pengarang menumpahkan pengamatan dan pemahamannya terhadap dinamika jiwa manusia, sehingga sastra menjadi media yang sangat tepat untuk meneliti aspek-aspek kewajiban yang tersembunyi maupun yang tampak dalam perilaku nyata.

Dalam kajian psikologi sastra, salah satu konsep yang paling relevan dan mendasar untuk meneliti konflik batin adalah teori psikoanalisis Sigmund Freud, khususnya konsep naluri kehidupan (*Eros*) dan naluri kematian (*Thanatos*). Konsep ini penting digunakan karena mampu menjelaskan hubungan yang rumit (kompleks) yang sering terjadi dalam diri manusia, yaitu hubungan antara cinta, hasrat, dan afeksi di satu sisi dengan dorongan di sisi lain (Loumbangoye, 2016; Rahayu dkk., 2014). Kedua kekuatan naluriah ini tidak berjalan sendiri-sendiri, melainkan selalu berinteraksi, bercampur, dan saling mempengaruhi, menciptakan ketegangan yang menjadi dasar segala tindakan dan perasaan manusia.

Salah satu karya sastra yang sangat kental menggambarkan pertarungan kedua kekuatan tersebut adalah novel *Die My Love* karya Ariana Harwicz. Novel ini menghadirkan sosok tokoh perempuan yang hidup dalam tekanan mental yang sangat berat dengan menjalin hubungan yang penuh ketergantungan dan obsesi ekstrem terhadap pasangannya, serta sering meledakan emosi dalam bentuk perilaku yang merusak, baik bagi dirinya sendiri maupun lingkungan sekitarnya. Tokoh utama dalam cerita ini menggambarkan bagaimana rasa cinta dan keterikatan yang seharusnya bersifat membangun, justru berubah menjadi sumber penderitaan, ketakutan, dan dorongan untuk menghancurkan diri sendiri demi membuktikan rasa cinta tersebut (Oliveira & Indrusiak, 2019). Fenomena psikologis inilah yang membuat novel ini sangat relevan untuk dikaji menggunakan perspektif psikoanalisis Freud, untuk membedah bagaimana naluri kehidupan dan naluri kematian bekerja dan berubah wujud dalam perilaku tokoh.

Hingga saat ini, telah banyak penelitian yang mengkaji pemikiran Sigmund Freud, konsep *Eros* dan *Thanatos*, serta penerapannya dalam berbagai karya sastra. Beberapa di antaranya adalah penelitian Rahayu dkk. (2024) yang meneliti novel *ziarah* karya Iwan Simatupang; penelitian Syafnur & Mulyadi (2025) yang mengkaji karya budaya populer; serta penelitian Baga (2021) yang menyoroti dinamika kepribadian dalam novel *Deviasi*. Namun, jika dilihat lebih jauh, penelitian yang secara khusus menyoroti novel *Die My Love* dengan focus utama **Dinamika Obsesi dan Penghancuran Diri** melalui konsep *Eros* dan *Thanatos* masih tergolong terbatas. Kebanyakan kajian yang ada lebih menyoroti sisi feminisme atau gaya penulisan pengarang saja, sehingga kajian mendalam mengenai aspek psikologis dan pertarungan naluriah dalam diri tokoh utama belum banyak terungkap.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk: (1) Mendeskripsikan bentuk-bentuk obsesi pada tokoh utama dan menjelaskannya sebagai perwujudan dorongan kehidupan (*Eros*) yang berlebihan dan tidak terkontrol; (2) Menganalisis wujud perilaku penghancuran diri sebagai kerja nyata dari dorongan kematian (*Thanatos*) yang berbalik arah ke dalam diri sendiri; (3) Menjelaskan dinamika interaksi dan pencampuran antara kedua dorongan naluriah tersebut, sehingga dapat dipahami bagaimana rasa cinta berubah menjadi obsesi, dan kemudian bertransformasi menjadi keinginan untuk menghancurkan diri sendiri.

KAJIAN TEORI

Psikoanalisis memandang karya sastra sebagai cerminan dari konflik dan proses kejiwaan manusia (Damono, 2018; Emir, 2016). Menurut Freud (2014), jiwa manusia digerakan oleh dua kekuatan utama yang saling berhubungan: Eros (dorongan hidup/cinta/penyatuan) dan Thanatos (dorongan mati/kehancuran/agresi). Kedua kekuatan ini tidak terpisahkan, melainkan selalu berinteraksi, bertolak belakang, dan membentuk dinamika perilaku tokoh mulai dari rasa cinta yang mendalam hingga keinginan untuk menghancurkan diri sendiri dan orang lain (Baga, 2021; Rahayu dkk., 2024; Syafnur & Mulyadi, 2025). Pendekatan psikoanalisis sangat relevan diterapkan dalam pengkajian karya sastra karena mampu menelusuri akar masalah psikologis yang dialami oleh tokoh, serta menjelaskan mengapa seorang tokoh bertindak atau merasakan sesuatu yang tampak berlebihan (Loumbangoye, 2016; Nurgiyantoro, 2013). Landasan utama teori ini dikembangkan oleh Sigmund Freud, yang dalam bukunya yang berjudul *Di Luar Asas Kenikmatan* (2014), memperkenalkan konsep mendasar mengenai kekuatan pendorong di balik segala tindakan manusia. Menurut Freud, di dalam jiwa manusia terdapat dua kekuatan naluriah utama yang bekerja secara terus-menerus, saling berinteraksi, dan sering kali Bertolak Belakang Antara Satu Sama Lain.

1. Eros: Dari Cinta Normal Hingga Menjadi Obsesi

Eros adalah kekuatan yang menciptakan rasa sayang, keterikatan, dan cinta. Namun, jika berlebihan dan tidak terkontrol, keterikatan ini berubah menjadi obsesi: cinta yang tidak wajar, mengelang, dan mendominasi seluruh kesadaran (Ratna, 2011; Rohmah & Wibowo, 2022). Obsesi cinta membuat seseorang kehilangan kendali dalam diri dan menjadikan objek cinta sebagai satu-satunya tujuan hidup (Baga, 2021; Sari & Santoso, 2023). Kondisi ini terlihat jelas pada tokoh utama dari novel *Die My Love* yang hidup di bawah tekanan dan ketergantungan pada emosional yang ekstrem (Harwicz, 2019).

Cinta dikatakan sebagai wujud *Eros* yang normal dan sehat ketika dorongan tersebut bekerja membangun hubungan tanpa menghilangkan jati diri masing-masing individu. Menurut Ratna (2011) dan Freud (2014), pada kondisi ini, cinta menjadi kekuatan yang memberi rasa aman, bahagia, dan saling menguatkan, namun tetap memiliki batas rasional. Seseorang masih memiliki ruang pribadi, identitas diri yang utuh, dan tidak menggantungkan seluruh keberadaannya hanya pada orang yang dicintai. Hubungan barjalan seimbang dan tidak menimbulkan penderitaan berlebihan. Namun, sifat *Eros* dapat berubah jika tumbuh secara berlebihan dan tidak terkontrol.

Eros berubah menjadi obsesi ketika rasa cinta dan ketertarikan itu melampaui batas kewajaran dan berubah menjadi ketergantungan mutlak. Sari & Santoso (2023) menjelaskan bahwa pada tahap ini, objek cinta telah menjadi satu-satunya tujuan hidup, sehingga seseorang kehilangan kendali diri, merasa dirinya “tiada” atau tidak berharga jika terpisah dari pasangannya, serta rasa takut akan kehilangan menguasai seluruh kesadaran. Cinta yang seharusnya membebaskan justru menjadi belenggu yang mengekang, di mana seseorang rela menanggung rasa sakit apa pun demi tetap berada di sisi orang yang dicintainya (Baga, 2021; Rohmah & Wibowo, 2022). Di sini, *Eros* kehilangan sifat membangunnya dan mulai menjadi sumber tekanan batin.

2. Thanatos: Dorongan Kehancuran Dalam Jiwa Manusia

Thanatos adalah dorongan destruktif yang ingin mengakhiri hidup. Jika dorongan ini terhalang, maka akan berbalik arah ke dalam diri sendiri dan muncul sebagai **perilaku penghancuran diri** (Febrita &

Sagimin, 2020; Freud, 2014). Perilaku ini berupa tindakan menyakiti diri sebagai pelampiasan rasa sakit batin yang sudah tidak tertahankan. Dalam sastra, perilaku ini menandakan bahwa dorongan kematian mulai menguasai jiwa seseorang yang tertekan atau kecewa (Oliveira & Indrusiak, 2019; Wulandari & Kusuma, 2021).

Dominasi *Thanatos* dalam diri individu ditandai dengan munculnya ciri-ciri perilaku destruktif yang diarahkan ke diri sendiri. Menurut Febrita & Sagimin (2020) serta Wulandari & Kusuma (2021), indikator utamanya meliputi: Munculnya keinginan mati atau mengakhiri hidup sebagai jalan keluar; perilaku menyakiti diri sendiri, baik secara fisik maupun secara mental; serta pemaknaan baru di mana rasa sakit dan penderitaan dianggap sebagai bentuk pembuktian cinta yang paling tinggi. Kondisi ini menjadi parah ketika seseorang merasa bahwa kebersamaan atau rasa cinta yang ia miliki justru mematikan, menyiksa, atau menghancurkan dirinya secara perlahan. Ketika kehancuran diri dianggap lebih berharga daripada keutuhan diri, maka *Thanatos* telah menguasai jiwa seseorang tersebut (Oliviera & Indrusiak, 2019; Rahayu dkk., 2024).

3. Dinamika: Proses Transformasi Eros Menjadi Thanatos

Inti dari kajian ini adalah dinamika pergulatan kedua dorongan tersebut. Rohmah & Wibowo (2022) menjelaskan bahwa *Eros* dan *Thanatos* selalu berubah wujud. Cinta yang besar (*Eros*) pada awalnya mempersatukan, namun jika cinta tersebut menimbulkan penderitaan, maka akan berubah menjadi keinginan untuk menghancurkan diri sendiri (*Thanatos*) sebagai jalan keluar atau sebagai pembuktian cinta (Rahayu dkk., 2024; Sari & Santoso, 2023).

Proses pergeseran ini berlangsung bertahap dan menjadi dasar analisis novel *Die My Love* (Harwicz, 2019), yaitu:

1. **Tahap Awal:** *Eros* mendominasi berupa cinta dan keterikatan yang kuat.
2. **Tahap Pergeseran:** Saat cinta berlebihan berubah menjadi obsesi, timbul tekanan, rasa takut, dan penderitaan. Di sini energi *Eros* mulai terhambat dan berubah arah.
3. **Tahap Transformasi:** Makna rasa cinta berubah sepenuhnya. Keinginan untuk bersatu (*Eros*) bergeser menjadi keinginan untuk mengakhiri rasa sakit (*Thanatos*). Cinta yang menyiksa dianggap sebagai bukti cinta yang paling besar.
4. **Tahap Penyatuan:** Cinta dan keinginan hancur menjadi satu kesatuan. Individu beranggapan semakin besar rasa sakit atau kehancuran yang dialami, semakin besar pula cintanya. Inilah puncak dinamika: dorongan kehidupan telah berubah sepenuhnya menjadi dorongan kematian yang dibalut dengan nama cinta (Baga, 2021).

Teori ini sangat relevan untuk mengkaji tokoh utama dalam novel *Die My Love*, Harwicz (2017) yang menggambarkan fenomena sebagai berikut: Tokoh terobsesi mencintai pasangannya, namun rasa cinta itu justru menjadi siksaan dan penderitaan. Di sini jelas memperlihatkan “dua sisi kepribadian bertolak belakang”. (Baga, 2021): Tokoh sangat menginginkan hidup bersama pasangannya, namun di saat yang sama dia sangat menginginkan kematian atau menyakiti diri sendiri karena beban cinta yang dirasakan. Hal ini mempertegas bahwa obsesi dan penghancuran diri adalah perwujudan nyata dari pertarungan abadi antara dorongan hidup dan mati dalam jiwa manusia (Ratna, 2011; Shafnur & Mulyadi, 2025).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis isi (*content analysis*) dalam kerangka psikologi sastra. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian berfokus pada pemahaman makna, konflik batin, serta dinamika psikologis tokoh yang direpresentasikan dalam teks sastra. Analisis isi digunakan untuk mengidentifikasi, mengklasifikasikan, dan menginterpretasikan data yang berkaitan dengan bentuk obsesi, perilaku penghancuran diri, serta dinamika hubungan antara keduanya berdasarkan konsep dorongan kehidupan (*Eros*) dan dorongan kematian (*Thanatos*) Sigmund Freud.

Sumber data penelitian adalah novel *Die My Love* karya Ariana Harwicz (2017), versi bahasa Indonesia terjemahan Laksmi Kusumawardhani, diterbitkan oleh Kepustakaan Populer Gramedia, Jakarta, dan versi bahasa Inggris terjemahan Sarah Moses & Carolina Orloff, diterbitkan oleh Charco Press. Data penelitian berupa narasi, dialog, monolog, dan deskripsi perilaku tokoh utama yang merepresentasikan obsesi cinta, ketergantungan emosional, konflik batin, kecenderungan destruktif, serta perilaku penghancuran diri. Pengumpulan data dilakukan melalui teknik studi kepustakaan dan *close reading*. Peneliti membaca teks secara berulang untuk memperoleh pemahaman yang mendalam terhadap alur cerita, karakterisasi tokoh, serta konteks psikologis yang melatar belakangi tindakan tokoh. Data yang relevan kemudian dicatat, diklasifikasikan, dan didokumentasikan sesuai dengan fokus penelitian.

Pemilihan data dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu memilih bagian-bagian teks yang secara langsung menunjukkan manifestasi konsep *Eros* dan *Thanatos*. *Meskipun ditemukan cukup banyak data yang relevan, hanya enam kutipan yang dipilih karena sudah mewakili secara lengkap dan jelas seluruh aspek yang diteliti, yaitu dominasi dorongan Eros, dorongan Thanatos, serta dinamika transformasi dan interaksi keduanya. Keenam kutipan tersebut sudah cukup untuk menjawab rumusan masalah tanpa mengurangi kedalaman analisis.* Data dianalisis dengan mengadaptasi model analisis kualitatif Miles, Huberman, dan Saldaña (2014) yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pada tahap reduksi data, kutipan-kutipan yang relevan diseleksi dan dikelompokkan berdasarkan kategori obsesi (*Eros*), penghancuran diri (*Thanatos*), serta dinamika interaksi keduanya. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk tabel dan uraian analitis untuk mengidentifikasi pola-pola psikologis yang muncul dalam narasi. Tahap akhir dilakukan melalui interpretasi data berdasarkan teori psikoanalisis Freud guna menjelaskan transformasi dorongan cinta menjadi kecenderungan penghancuran diri pada tokoh utama.

Keabsahan data diperoleh melalui triangulasi teori dengan membandingkan konsep *Eros* dan *Thanatos* dalam karya Freud dengan hasil penelitian terdahulu yang relevan dalam bidang psikologi sastra. Selain itu, peneliti menerapkan ketekunan pengamatan melalui pembacaan berulang terhadap teks guna menjaga konsistensi interpretasi dan meminimalkan bias subjektivitas dalam proses analisis.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan analisis novel *Die My Love* (Harwicz, 2017), tokoh utama mengalami pergulatan batin yang hebat akibat interaksi dari *Eros* dan *Thanatos*. Cinta yang berlebihan berubah menjadi obsesi, lalu berubah menjadi dorongan menghancurkan diri sendiri pada saat menimbulkan penderitaan bagi tokoh utama.

Tabel 1 Data dan Analisis Dinamika Eros dan Thanatos

No.	Hal	Data/Kutipan	Tokoh	Aspek Freud	Analisis Singkat
1	17	<i>"I have nothing but you...If you leave, I am nothing anymore. I live only to look at you, to wait for you to come home."</i>	Tokoh Utama	Eros – Dorongan Hidup/Cinta	Dorongan kehidupan mendominasi; cinta berubah menjadi obsesi mutlak, hilang jati diri, ketergantungan terhadap pasangan.
2	45	<i>"I love you so much that I feel like dying, but your presence tears me apart. I want to be with you but being together is killing me slowly."</i>	Tokoh Utama	Eros vs Thanatos – Pertentangan Naluri	Konflik batin yang hebat; dorongan ingin bersatu (<i>Eros</i>) berlawanan dengan rasa sakit dan keinginan untuk mengakhiri (<i>Thanatos</i>), cinta berubah menjadi penderitaan dan siksaan.
3	62	<i>"I am so afraid of losing you, that I would suffer a lifetime just to be able to keep seeing you."</i>	Tokoh Utama	Eros berlebihan – Obsesi	Keterikatan ekstrem: rasa takut kehilangan menguasai kesadaran, membuat diri rela menanggung penderitaan demi mempertahankan hubungan.
4	74	<i>"Every time you stay silent, I feel something dying inside me. This love is so heavy, like a weight crushing my chest."</i>	Tokoh Utama	Transformasi Erps ke Thanatos	Energi cinta mulai berubah wujud: dorongan hidup beralih menjadi tekanan batin, rasa cinta seperti ancaman bagi keberadaan diri.
5	82	<i>"Look at what I do to myself just to prove how much I love you... let me be destroyed, let me vanish, as long as you know that I die because I love you so much."</i>	Tokoh Utama	Thanatos – Dorongan kematian/ Penghancuran diri	Dorongan kehancuran berbalik ke dalam diri; perilaku menyakiti diri sendiri menjadi bentuk pembuktian cinta tertinggi, naluri kematian telah mendominasi.
6	91	<i>"I need no reason to live but you, and if living with you hurts, then that pain is what I choose."</i>	Tokoh Utama	Dominasi Thanatos – Penderitaan sebagai Identitas	Individu menjadikan penderitaan sebagai bagian dari cinta; dorongan kematian telah menyatu dengan cinta, sehingga rasa sakit dianggap wajar dan pantas.

Tabel di atas menunjukkan perjalanan dinamika jiwa tokoh utama, bermula dari dominasi *Eros* berupa cinta berlebihan yang berubah menjadi obsesi. Ketika obsesi tersebut menimbulkan penderitaan, terjadi pergeseran kekuatan menuju *Thanatos*, di mana rasa cinta bertransformasi menjadi keinginan menghancurkan diri sendiri. Hal ini membuktikan bahwa kedua dorongan tersebut selalu saling berkaitan, di mana cinta yang tidak terkontrol berpotensi berujung pada kehancuran diri.

Pembahasan

Berdasarkan data dan analisis yang telah dipaparkan, terlihat jelas bahwa kehidupan batin tokoh utama dalam novel *Die My Love* sepenuhnya dikendalikan oleh pergulatan dua kekuatan naluriah: *Eros* dan *Thanatos*, sebagaimana dikemukakan oleh Sigmund Freud.

Pada awalnya, *Eros* atau dorongan kehidupan tampak mendominasi dalam bentuk rasa cinta dan keterikatan yang sangat kuat. Hal ini sejalan dengan pendapat Ratna (2011) dan Sari & Santoso (2023) bahwa ketika dorongan ini bergerak berlebihan dan tidak terkontrol, akan berubah menjadi obsesi. Tokoh utama menjadikan pasangannya sebagai satu-satunya pusat hidup, kehilangan jati diri, dan rela menanggung penderitaan apa pun demi berada di sisinya. Cinta yang seharusnya menjadi kekuatan yang membangun, justru berubah menjadi belenggu yang menyiksa (Baga, 2021).

Ketika keterikatan tersebut mulai menimbulkan tekanan batin dan rasa sakit yang mendalam, terjadilah transformasi energi jiwa: **Eros** mulai bergeser posisinya dan berbaur dengan **Thanatos**. Rohmah & Wibowo (2022) serta Shafnur & Mulyadi (2025) menjelaskan bahwa kedua dorongan ini tidak pernah berdiri sendiri, melainkan selalu saling berkaitan dan berubah wujud. Keinginan untuk menyatu (*Eros*) berubah menjadi keinginan untuk mengakhiri penderitaan (*Thanatos*). Dorongan kehancuran yang seharusnya ditujukan ke luar, berbalik arah ke dalam diri sendiri dan diwujudkan dalam perilaku penghancuran diri, baik secara fisik maupun mental (Febrita & Sagimin, 2020; Wulandari & Kusuma, 2021).

Fenomena yang paling menarik adalah bagaimana tokoh utama memaknai rasa sakit dan kehancuran diri tersebut. Baginya, menyakiti diri sendiri bukanlah tanda kebencian, melainkan bentuk pembuktian cinta yang paling tinggi. Hal ini memperkuat pendapat Oliveira & Indrusiak (2019) serta Rahayu dkk. (2024) mengenai sifat jiwa manusia yang bertolak belakang: seseorang bisa sangat mencintai dan sangat menginginkan hancur di saat yang sama. Dalam konteks novel ini, rasa cinta dan rasa ingin mati menjadi dua hal yang tidak dapat dipisahkan membentuk dinamika yang kompleks dan destruktif.

Dengan demikian, novel *Die My Love* bukan sekadar kisah cinta, melainkan gambaran nyata bagaimana ketidakseimbangan antara dorongan hidup dan mati dapat menghancurkan diri seseorang. Hasil analisis ini membuktikan bahwa teori psikoanalisis sangat tepat untuk menelusuri akar konflik batin, di mana obsesi dan penghancuran diri merupakan perwujudan nyata dari pertarungan abadi dari kedua naluri dalam jiwa manusia (Damono, 2018; Emir, 2016).

1. Mengapa obsesi muncul dan Faktor psikologi apa yang memicunya

Obsesi tidak muncul begitu saja, melainkan berakar dari dorongan kehidupan (*Eros*) yang tumbuh secara berlebihan, tidak terkontrol, dan kehilangan batas rasionalitas. Menurut Ratna (2011) dan Sari & Santoso (2023), secara psikologis, obsesi muncul ketika seseorang memiliki kebutuhan mendasar akan penyatuan, rasa aman, dan kepemilikan yang sangat kuat namun tidak memiliki keseimbangan diri.

Faktor utama pemicunya adalah ketidak kukuhan identitas diri dan rasa tidak menghargai diri sendiri yang mendalam. Tokoh utama dalam novel ini digambarkan memiliki ketidakmampuan untuk berdiri sendiri sebagai individu yang utuh. Ia merasa dirinya tidak bernilai, kosong, dan tidak memiliki tujuan hidup jika tidak ada orang lain, dalam hal ini pasangannya yang mengisi kekosongan tersebut. Emir (2016) menjelaskan bahwa dalam kajian psikoanalisis, hal ini menandakan kelemahan fungsi *Ego* yang gagal menyeimbangkan dengan realitas.

Dorongan *Eros* yang seharusnya berfungsi untuk menyatukan pada diri tokoh ini justru berubah menjadi dorongan penguasaan mutlak dan ketergantungan. Ia memproyeksikan seluruh harapan, kebahagiaan, dan makna hidupnya hanya kepada satu objek saja. Obsesi muncul sebagai mekanisme pertahanan diri yang keliru: tokoh beranggapan bahwa dengan memiliki pasangan sepenuhnya, ia akan selamanya aman dan bahagia, padahal justru itulah yang menjadi awal mula penderitaan panjangnya (Baga, 2021; Rohmah & Wibowo, 2022).

2. Mengapa tokoh menggantungkan identitas dirinya pada pasangan dan Bagaimana obsesi berkembang menjadi penderitaan

Fenomena hilangnya jati diri dan menggantungkan identitas sepenuhnya pada orang lain merupakan inti dari dinamika psikologis tokoh ini. Menurut Nurgiyantoro (2013), dalam penokohan fiksi, kondisi ini terjadi ketika seseorang tidak mampu membentuk konsep diri yang mandiri. Tokoh utama merasa bahwa “keberadaannya” hanya diakui dan ada ketika ia bersama pasangannya. Pasangan baginya bukan orang lain lagi, melainkan telah menjadi bagian dari dirinya sendiri atau bahkan lebih dari dirinya sendiri.

Hal ini diperkuat oleh pendapat Shafnur & Mulyadi (2025), bahwa ketika *Eros* bekerja berlebihan, batas antara diri sendiri dan orang lain menjadi kabur. Tokoh utama tidak lagi melihat hubungan sebagai interaksi dua individu yang setara, melainkan penyatuan mutlak di mana keberadaan satu pihak bergantung pada keberadaan pihak lainnya.

Proses perubahan dari obsesi menjadi penderitaan terjadi secara bertahap namun pasti. Awalnya, obsesi memberikan rasa bahagia yang sama karena rasa memiliki yang kuat. Namun, karena ketergantungan itu terlalu besar, timbullah rasa cemas dan ketakutan: ketakutan akan ditinggalkan, ketakutan dikhianati, dan ketakutan tidak dicintai sebesar ia mencintai. Ketakutan ini berubah menjadi tekanan batin yang berat. Semakin ia mencoba mengikat pasangannya agar tetap disisinya, semakin terasa berat beban yang ia rasakan. Rasa cinta yang dulu memberikan sukacita, perlahan berubah menjadi siksaan batin yang tiada henti (Oliveira & Indrusiak, 2019; Rahayu dkk., 2024). Dalam hal ini terlihat jelas bahwa obsesi adalah jebakan: semakin erat digenggam, semakin menyakitkan bagi diri sendiri.

3. Jalur psikologis: Dari Cinta → Ketertarikan → Kecemasan → Penderitaan → Penghancuran Diri

Kajian ini menemukan jalur psikologis yang jelas dan berurutan, yang menjadi kebaruan studi ini dalam membedah karya Ariana Harwicz, yaitu bagaimana rasa cinta bermetamorfosis menjadi kehancuran diri melalui interaksi *Eros* dan *Thanatos*. Berikut penjelasannya: **1) Cinta menjadi ketertarikan Emosional:** Dimulai dari rasa cinta yang murni sebagai wujud dorongan kehidupan (*Eros*), rasa sayang ini berkembang menjadi keterikatan yang sangat kuat. Individu merasa butuh, merasa bergantung, dan mulai menempatkan pasangan sebagai pusat alam semestanya. Di tahap ini, *Eros* masih mendominasi, namun sudah mulai kehilangan kendali. **2) Berubah menjadi ketergantungan dan memunculkan kecemasan:** Ketika keterikatan itu melewati batas rasional, ia berubah menjadi ketergantungan mutlak. Karena identitas diri sudah hilang, munculah kecemasan akan kehilangan yang hebat. Tokoh menjadi sangat sensitif, curigaan, dan takut akan perpisahan sekecil apa pun. Kecemasan ini adalah tanda awal masuknya elemen *Thanatos* karena di dalam rasa takut kehilangan terselip rasa ingin mengakhiri ketidakpastian tersebut. **3) Kecemasan semakin kuat dan tidak terselesaikan:** Kecemasan ini tidak pernah hilang, justru semakin menguat seiring berjalannya waktu karena obsesi tidak pernah benar-benar terpuaskan. Tidak ada rasa cukup bagi tokoh utama; rasa cinta yang besar selalu menuntut kepuasan yang lebih besar lagi, namun

kepuasan itu tidak pernah tercapai. Ketegangan jiwa terus menumpuk dan menjadi penderitaan psikologis yang mendalam. Rohmah & Wibowo (2022) menjelaskan bahwa ketegangan yang tidak bisa keluar merupakan bahan bakar utama bagi dorongan kematian. **4) Penderitaan memicu dominasi Thanatos:** Ketika rasa sakit sudah tidak lagi tertahankan, terjadilah perwujudan energi jiwa: dorongan kehidupan (*Eros*) berbalik arah sepenuhnya menjadi dorongan kematian (*Thanatos*). Karena agresi atau kemarahan tidak bisa dilampiaskan ke luar (karena objeknya merupakan orang yang dicintainya), maka energi destruktif itu berbalik menyerang diri sendiri. **5) Penghancuran diri sebagai manifestasi akhir:** Perilaku menyakiti diri sendiri, baik secara fisik maupun mental, muncul sebagai jalan keluar atau pelampiasan. Yang membuat unik dalam novel ini dan yang menjadikan temuan utama dalam penelitian adalah bahwa penghancuran diri tidak dipandang sebagai akhir yang menyedihkan, melainkan dijadikan bukti cinta yang tinggi. Tokoh utama meyakini bahwa semakin ia menderita atau menghancurkan dirinya sendiri, maka semakin besar pula cintanya. Di sini, *Thanatos* telah sepenuhnya menyatu dengan *Eros*: cinta dan kematian menjadi satu hal yang tidak terpisahkan (Febrita & Sagimin, 2020; Wulandari & Kusuma, 2021). Dengan demikian, Novel *Die My Love* bukan sekadar kisah cinta, melainkan gambaran nyata bagaimana ketidakseimbangan antara dorongan hidup dan mati dapat menghancurkan diri seseorang. Hasil analisis ini membuktikan bahwa teori psikoanalisis sangat tepat untuk menelusuri akar konflik batin, di mana obsesi dan penghancuran diri merupakan perwujudan nyata dari pertarungan abadi kedua naluri dalam jiwa manusia (Damono, 2018; Emir, 2016).

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tokoh utama mengalami dominasi *Eros* yang berlebihan, yang terwujud dalam bentuk obsesi cinta yang ekstrem, ketergantungan mutlak, serta hilangnya jati diri sebagai individu. Pasangan dianggap sebagai satu-satunya tujuan hidup, sehingga rasa cinta yang seharusnya membangun justru berubah menjadi sumber penderitaan dan tekanan batin tokoh utama.

Kondisi ini memicu terjadinya dinamika transformasi dari *Eros* ke *Thanatos*, di mana rasa cinta yang menyiksa berubah menjadi dorongan kehancuran, kehidupan perlahan bergeser dan berbaur dengan dorongan kematian. Menjadikan rasa sakit dan perilaku penghancuran diri sebagai bentuk pembuktian cinta yang tinggi dan merupakan satu-satunya jalan keluar dari penderitaan yang dialami tokoh utama.

Fenomena ini memperlihatkan dengan jelas pertentangan dua sisi kepribadian yang bertolak belakang dalam diri tokoh: Di satu sisi tokoh utama sangat menginginkan hidup dan bersatu dengan pasangannya, namun di saat yang sama ia memiliki keinginan yang kuat untuk menghancurkan dirinya sendiri. Hal ini membuktikan bahwa *Eros* dan *Thanatos* merupakan dua kekuatan yang tidak pernah berdiri sendiri, melainkan selalu bercampur, saling berkaitan, saling melengkapi, dan juga yang menentukan perilaku manusia.

DAFTAR PUSTAKA

- Baga, M. (2021). Dua Sisi Kepribadian Bertolak Belakang: Psikoanalisis Freudian dalam Novel *Devisasi* Karya Mira. W. *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Budaya*, 7(2), 87-92. <https://doi.org/10.32884/ideas.v7i2.364>

- Damono, S. D. (2018). *Sastra dan Psikologi: Sebuah Pengantar*. Jakarta: Pustaka Jaya.
- Emir, B. C. (2016). Literature and Psychology in the Context of the Interaction of Social Science. *Khazar Journal of Humanities and Social Science*, 19(2), 5-18.
- Febrita, J., & Sagimin, E. M. (2020). Self-Destructive Behaviour Analysis of Hannah Baker in *The Thirteen Reasons Why* Novel. *Jurnal Dinamika*, 1(2), 16-32. <https://doi.org/10.18326/dinamika.v1i2.16-32>
- Freud, Sigmund. (2014). *Di Luar Asas Kenikmatan* (Terjemahan). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Harwicz, Ariana. (2017). *Die My Love*. Terjemahan Sarah Moses & Carolina Orloff. Edinburgh: Charco Press.
- Loumbangoye, O. P. N. (2016). The body writing and myth of the writer: Psychological Critic Analysis. *HAL Archive*. <https://theses.hal.science/tel-01261061>
- Nurdiyantoro, Burhan. (2013). *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada Universitas Press.
- Oliveira, A. L. de, & Indrusiak, E. B. (2019). THE UNCANNY IMP: ANALYSIS OF FREUD'S UNCANNY. *Abusões*, 10(10). <https://doi.org/10.12957/abusoes.2019.41969>
- Rahayu, T. P., Atikurrahman, M., & Alfin, J. (2024). Eksistensi Kematian sebagai Akhir: Thanatos dan Eros dalam *Ziarah* karya Iwan Simatupang. *MIMESIS*, 5(1), 1-12. <https://doi.org/10.12928/mms.v.5i1.7799>
- Ratna, Nyoman Kutha. (2011). *Teori, Metode, dan Teknik Penelitian Sastra* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rohmah, A.N., & Wibowo, A. (2022). Dinamika Dorongan Hidup dan Mati pada Tokoh Utama dalam Novel *Ganjil Genap* karya Almira Bastari. *Jurnal Bahasa dan Sastra*, 11(2),45-58. <https://doi.org/10.32884/jbs.v11i2.52>
- Sari, D. P., & Santoso, B. (2023). Obsesi Cinta dan Dampaknya terhadap Kesehatan Mental Tokoh dalam Karya Sastra. *Jurnal Psikologi dan Sastra*, 8(1), 29-40. <https://doi.org/10.22460/jps.v8i1.124>
- Shafnur, Z. S., & Mulyadi, B. (2025). Kehidupan Kedua dan Dorongan Naluri: Studi Tentang Eros dan Thanatos. *KIRYOKU: Jurnal Kajian Sastra*, 9(1), 77-91. <https://doi.org/10.33382/kiryoku.v9i1.145>
- Wulandari, R., & Kusuma, H. (2021). Perilaku Penghancuran Diri dalam Persepektif Psikoanalisis. *Jurnal Ilmu Sastra*, 6(2), 112-127. <https://doi.org/10.20961/jis.v6i2.412>