

## **Transformasi Pandangan Hidup Tokoh Utama Pada Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna (Perspektif Kebebasan pada Eksistensialisme Jean-Paul Sartre)**

Barkatun Nisa Alfia, Syihabuddin  
Email: [barkatun.nisa.2025@upi.edu](mailto:barkatun.nisa.2025@upi.edu)  
Universitas Pendidikan Indonesia

**Abstrak:** Penelitian ini dilakukan untuk melihat perspektif filsafat eksistensialisme pada novel berjudul *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati (SMASM)* karya Brian Khrisna. Tujuannya adalah untuk mengidentifikasi proses transformasi pandangan hidup tokoh utama melalui alur cerita yang disuguhkan. Fokus utama penelitian ini mencakup tiga aspek kebebasan yang diusung oleh Jean Paul Sartre: (1) kebebasan dan faktisitas, (2) kebebasan dan hubungan antarmanusia, (3) kebebasan dan tanggung jawab. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif deskriptif analitis. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tiga tahap yaitu: (1) penyediaan data, (2) interpretasi data, dan (3) penyajian hasil analisis data. Sumber data dalam penelitian ini adalah novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna, dengan datanya berupa kata, frasa dan kalimat yang menggambarkan perspektif eksistensialisme. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh Ale dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* mengalami transformasi eksistensial yang mencerminkan tiga aspek kebebasan menurut Jean-Paul Sartre: kesadaran akan kebebasan dalam menghadapi faktisitas hidup, pembentukan hubungan antarmanusia, serta penerimaan tanggung jawab atas pilihan hidupnya. Transformasi ini menandai pergeseran dari keputusasaan menuju kehidupan yang otentik, menjadikan novel ini sebagai representasi konkret proyek eksistensial manusia.

**Kata Kunci:** Transformasi Tokoh, Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati*, Eksistensialisme.

**Abstract:** This study was conducted to explore the perspective of existentialist philosophy in the novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati (SMASM)* by Brian Khrisna. It aims to identify the transformation process of the main character's outlook on life through the storyline presented. The main focus of this study covers three aspects of freedom proposed by Jean-Paul Sartre: (1) freedom and facticity, (2) freedom and interhuman relations, and (3) freedom and responsibility. The method used in this study is a qualitative descriptive-analytical approach. Data collection techniques are carried out in three stages: (1) data provision, (2) data interpretation, and (3) presentation of data analysis results. The findings indicate that the character Ale in *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* undergoes an existential transformation that reflects the three aspects of freedom according to Jean-Paul Sartre: awareness of freedom in facing the facticity of life, the formation of interpersonal relationships, and acceptance of responsibility for his life choices. This transformation marks a shift from despair to an authentic life, making the novel a concrete representation of the human existential project.

**Keywords:** Character Transformation, Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati*, Existentialism

### **PENDAHULUAN**

Sastra dan filsafat memiliki hubungan yang erat dalam menggambarkan dan memahami realitas manusia. Sastra tidak hanya merupakan kumpulan kata-kata fiktif, tetapi juga ekspresi yang mencerminkan pengalaman manusia, baik secara personal maupun kolektif, Maslej (2017). Dalam karya sastra seperti novel, puisi, atau drama, sering kali ditemukan konflik batin,

penderitaan, kebebasan, cinta, dan keterasingan aspek-aspek yang membentuk keberadaan manusia. Oleh karena itu, sastra sering menjadi medium eksplorasi makna kehidupan dari sudut pandang filosofis.

Filsafat eksistensialisme, khususnya yang dikembangkan oleh Jean-Paul Sartre, menekankan bahwa manusia tidak memiliki esensi bawaan, melainkan harus menciptakan dirinya sendiri melalui pilihan dan tindakan. Sartre menyatakan bahwa manusia "terkutuk untuk bebas" (*condemned to be free*), artinya setiap individu bertanggung jawab penuh atas kehidupannya sendiri, sebagaimana yang dikemukakan Sartre. Kebebasan ini, menurut Sartre Camilleri (2023) tidak terlepas dari tanggung jawab moral atas setiap keputusan yang diambil.

Eksistensi juga didefinisikan Muna (2023) sebagai sebuah situasi ketika manusia sadar sebagai diri sendiri bahwa dirinya ada dan sadar akan kebebasannya. Hal tersebut sejalan dengan pendekatan Sartre yang dikemukakan Siregar (2025) juga memberikan perspektif baru tentang eksistensi manusia yang sangat relevan di era modern, di mana kebebasan individu sering kali berhadapan dengan tantangan.

Persoalan eksistensi dalam karya sastra sangat menarik untuk dikaji, Siwasiwan (2021) menyatakan bahwa hal tersebut dikarenakan setiap karya sastra yang baik selalu menyajikan dan menyuguhkan soal-soal filosofis dan unsur-unsur eksistensi tokoh yang harus diinterpretasikan oleh pembaca maupun peneliti.

Dalam konteks sastra, pendekatan eksistensialisme Sartre dapat digunakan untuk menganalisis transformasi tokoh dalam menghadapi krisis eksistensial. Fenomena krisis makna hidup merupakan salah satu persoalan eksistensial yang menonjol dalam kehidupan manusia modern. Individu dihadapkan pada kenyataan hidup yang penuh tekanan, alienasi, dan ketidakpastian eksistensial, yang kerap kali menggiring pada perasaan hampa dan kehilangan arah. Dalam konteks ini, Emilia (2023) juga menyatakan bahwa eksistensialisme menyoroti bahwa setiap tindakan dan keputusan individu memiliki dampak langsung pada pembentukan makna hidup mereka.

Dalam kondisi demikian, muncul kebutuhan mendesak untuk memahami kembali makna hidup melalui proses refleksi yang mendalam terhadap keberadaan diri. Sastra, sebagai cermin kehidupan, menjadi medium yang efektif untuk mengeksplorasi problematika eksistensial tersebut. Karya sastra tidak hanya merepresentasikan konflik batin manusia, tetapi juga berperan sebagai ruang dialektika antara kesadaran individu dan kondisi objektif kehidupan yang bertransformasi.

Transformasi tokoh dalam sebuah karya sastra seperti novel merupakan perubahan signifikan dalam pola pikir, sikap, atau karakter yang terjadi akibat pengalaman dan konflik yang dialami sepanjang cerita. Teori transformasi yang dikembangkan Al-Shamea (2023) yaitu *Transformation Theory*, menjelaskan bahwa transformasi tokoh terjadi melalui serangkaian tahap, mulai dari kondisi stabil, konflik internal dan eksternal, hingga mencapai perubahan mendalam secara psikologis dan eksistensial.

Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna adalah salah satu karya kontemporer Indonesia yang merefleksikan pergulatan tokoh utama dengan kehampaan, trauma masa lalu, dan keputusan eksistensial. Tokoh utama dalam novel ini mengalami titik nadir kehidupan ketika memutuskan untuk mengakhiri hidupnya. Namun, melalui rangkaian peristiwa yang mempertemukannya dengan orang-orang asing dan percakapan filosofis di sebuah kedai mie ayam, tokoh tersebut mengalami transformasi pandangan hidup. Proses perubahan ini mengandung kompleksitas filosofis yang dapat ditelusuri melalui pendekatan eksistensialisme, terutama dari sudut pandang Jean-Paul Sartre.

Jean-Paul Sartre adalah salah satu tokoh utama dalam filsafat eksistensialisme ateistik yang menekankan bahwa "eksistensi mendahului esensi" (*existence precedes essence*). Menurut Sartre, manusia tidak dilahirkan dengan makna atau tujuan tertentu, tetapi harus menciptakan maknanya sendiri melalui kebebasan dan pilihan. Sartre membagi kebebasan manusia dalam tiga aspek penting: pertama, kebebasan dan faktisitas, yaitu bagaimana manusia berhadapan dengan fakta-fakta masa lalu tanpa membiarkan diri ditentukan olehnya; kedua, kebebasan dalam hubungan antarmanusia, yang mencerminkan kesadaran akan "diri untuk orang lain" (*être-pour-autrui*) dan dinamika konflik atau empati dalam relasi sosial; dan ketiga, kebebasan dan tanggung jawab, yakni kesadaran bahwa setiap pilihan manusia membawa konsekuensi moral yang tak bisa dihindari. Ketiga aspek ini menjadi kerangka utama dalam mengkaji perjalanan eksistensial tokoh utama dalam SMASM.

Faktisitas sebagai struktur diartikan oleh Sartre sebagai *the for-itself's necessary connection with the in-itself* (Muzairi, 2002). Dalam hubungan ini, ada beberapa faktisitas yang tidak dapat ditiadakan, diantaranya sebagai berikut: (a) *place* (tempat dimana orang tinggal), (b) *past* (masa lampau), (c) *environment* (lingkungan), (d) *fellowmen* (di sini termasuk hubungan antarmanusia, dan adanya sesama manusia masing-masing dengan eksistensinya), (e) *death* (maut).

Bentuk reaksi seseorang yang berbeda terhadap sebuah konflik, menggambarkan adanya keterkaitan dalam hubungan yang terjadi antarmanusia. Beberapa bentuk relasi wujud antarmanusia tersebut antara lain: (a) *indifference* (sikap acuh tak acuh), (b) *love* (sikap cinta), (c) *hate* (sikap benci), (d) *sexuality* (hubungan seksual).

Ketika manusia mempunyai kebebasan dengan berbagai variasinya, pada dasarnya hal tersebut selalu beririsan dengan konteks tanggung jawab. Dalam masalah ini, Sartre dalam Muzairi (2002) mengemukakan kebebasan manusia sebagai tema sentral filsafatnya berpendapat bahwa “*Thus, the first effect of existentialism is that puts every man possesses of himself as he is, and places the entire responsibility for his existence squarely upon his own shoulders.*” Kebebasan selalu akan selalu melibatkan tanggung jawab, dan ini merupakan efek yang pertama dari eksistensialisme yang berkaitan dengan kebebasan manusia.

Penelitian sebelumnya telah mengkaji transformasi tokoh utama dalam berbagai karya sastra dengan pendekatan psikologi sastra. Misalnya, dalam tesis oleh Qori’ah (2023) yang menganalisis transformasi tokoh utama dalam novel *Ru’usu As-Syayāfīn* karya Ayman al-Ootom, ditemukan bahwa tokoh utama mengalami perubahan kepribadian melalui proses resakralisasi nilai-nilai agama setelah mengalami gangguan kejiwaan akibat kehilangan orang tua. Penelitian ini menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud dan hierarki kebutuhan Abraham Maslow untuk memahami perubahan tersebut.

Demikian pula, penelitian oleh Siwasiwan (2021) yang melakukan analisis eksistensial terhadap tokoh utama pada novel *The Story Of My Life* Karya Helen Keler yang menemukan bahwa perkataan yang bersifat esensi merupakan cermin individu yang merepresentasikan tentang hakikat kehidupan. Hal tersebut tercermin dari banyak kutipan dalam novel tersebut.

Namun, hingga saat ini, masih jarang ditemukan kajian yang secara khusus menggunakan lensa filsafat eksistensialisme Sartre untuk memahami proses transformasi tokoh utama, terutama dalam kaitannya dengan konsep kebebasan. Dengan demikian, penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan tersebut dan menawarkan pembacaan baru terhadap novel SMASM melalui pemikiran Sartre yang mengedepankan tanggung jawab eksistensial sebagai fondasi kehidupan manusia.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis proses transformasi pandangan hidup tokoh utama dalam novel SMASM melalui tiga aspek kebebasan menurut Jean-Paul Sartre dalam : (1) kebebasan dan faktisitas, (2) kebebasan dan hubungan antarmanusia, serta (3) kebebasan dan tanggung jawab. Metode yang digunakan dalam

penelitian ini adalah metode kualitatif deskriptif analitis, dengan tahapan pengumpulan data meliputi penyediaan data melalui pembacaan mendalam (*close reading*), interpretasi data berdasarkan teori eksistensialisme Sartre, serta penyajian hasil analisis secara sistematis dan argumentatif.

Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memahami dinamika transformasi tokoh pada karya sastra kontemporer Indonesia, serta memperkaya kajian sastra dengan pendekatan filsafat eksistensialisme. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan perspektif baru dalam memahami isu kesehatan mental dan krisis eksistensial yang dihadapi individu dalam masyarakat modern.

Dengan demikian, sejalan dengan pendapat yulianto (penelitian ini tidak hanya menjawab pertanyaan tentang bagaimana tokoh utama mengalami transformasi, tetapi juga menegaskan bahwa narasi dalam SMASM merupakan ruang kontemplatif untuk memahami eksistensi manusia yang rapuh, tetapi tetap memiliki kapasitas untuk memilih, bertanggung jawab, dan menciptakan makna hidupnya sendiri.

## **METODE PENELITIAN**

Berdasarkan tujuan pada penelitian ini, maka metode yang digunakan dalam penelitian adalah penelitian kualitatif deskriptif analitis. Penelitian kualitatif lebih melihat pada kualitas objek penelitian seperti nilai ,makna, emosi manusia, penghayatan, keberagaman, keindahan karya seni , nilai sejarah dan lain-lain. Metode penelitian kualitatif digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, di mana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi, analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi, sebagaimana yang dikemukakan Tarigan, D., & Hayati, S. (2023)

Metode kualitatif deskriptif analitis yang digunakan dalam kajian ini akan melalui beberapa tahapan, yaitu (1) penyediaan data, (2) analisis data, dan (3) penyajian hasil analisis data. Penelitian kualitatif lebih melihat pada kualitas objek penelitiannya seperti nilai, makna, emosi manusia, penghayatan keberagaman, keindahan karya seni, nilai sejarah dan lain-lain.

Teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi serta analisis datanya bersifat induktif. Dalam penelitian kualitatif, pengumpulan data tidak dipandu oleh teori tetapi dipandu

oleh fakta-fakta yang ditemukan pada saat penelitian. Triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi teori. Triangulasi teori dinyatakan oleh Arianto (2024) sebagai pendekatan dalam penelitian yang menggabungkan berbagai kerangka teori untuk menganalisis dan memahami fenomena sosial dengan cara yang lebih komprehensif. Pendekatan ini berlandaskan pada prinsip bahwa setiap teori memiliki sudut pandang, asumsi, dan fokus yang berbeda, sehingga kombinasi dari beberapa teori dapat memberikan pemahaman yang lebih kaya dan mendalam. Dalam konteks penelitian ini, triangulasi teori sangat penting untuk meneliti kompleksitas dan nuansa dari isu yang diteliti, serta untuk mengatasi keterbatasan dari teori tunggal. Maka cakupan teori yang digunakan bukan hanya filsafat eksistensialisme, tetapi juga menggunakan teori psikologi dan sosial agar dapat memaknai karakter tokoh utama dari berbagai sudut pandang.

Metode kualitatif digunakan untuk mendapatkan data yang mendalam, suatu data yang mengandung makna. Makna adalah data yang sebenarnya, data yang pasti yang merupakan suatu nilai di balik data yang tampak, oleh karena itu dalam penelitian kualitatif tidak menekankan pada generalisasi, tapi lebih menekankan pada makna. Oleh sebab itu Amala (2023) menyatakan bahwa penelitian seperti ini merupakan penelitian berfokus pada pemaparan yang bersifat interpretatif.

Penelitian ini menggunakan data berupa kata, frasa dan kalimat yang menggambarkan perspektif eksistensialisme dari novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna yang diterbitkan oleh PT Gramedia Widisarana Indonesia pada bulan Januari 2025. Fokus penelitian ini adalah mengkaji proses transformasi pemikiran tokoh utama dengan menggunakan perspektif eksistensialisme. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik simak, catat, dan pustaka. Teknik simak digunakan untuk menyimak secara cermat, terarah terhadap sumber data penelitian (Andharu, D., & Widayati, 2018). Teknik membaca dilakukan dengan membaca novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati*. Pengumpulan data diawali dengan membaca keseluruhan isi novel tersebut dengan tujuan untuk mengetahui identifikasi secara umum. Setelah itu melakukan teknik membaca intensif untuk melihat keberadaan konsep dan perspektif eksistensialisme dalam novel tersebut. Kemudian dilakukan pengumpulan data dengan mencatat kutipan secara langsung atau disebut verbatim dari novel yang diteliti.

Langkah-langkah yang digunakan dengan menggunakan metode sebagai berikut. Pertama, interpretasi teks untuk mengidentifikasi bagian-bagian novel yang menggambarkan

krisis eksistensial. Kedua, kategorisasi untuk memetakan peristiwa dalam novel sesuai dengan konsep eksistensialisme. Ketiga, penafsiran makna untuk menghubungkan hasil analisis dengan fenomena kesehatan mental dan transformasi pemikiran tokoh.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna menceritakan tokoh Ale yang kehilangan makna hidup karena krisis kepercayaan diri, trauma masa kecil, hingga perundungan yang terus berlanjut hingga usia dewasa. Tokoh Ale yang merasa putus asa kemudian berencana untuk mengakhiri hidupnya dengan minum obat anti depresan dalam dosis tinggi, yang akan dia minum setelah selesai makan seporsi mie ayam sebagai makanan terakhirnya sebelum meninggal. Perjalanan sosial dan emosionalnya justru dimulai sejak mencari seporsi mie ayam, dia mengalami alur kehidupan yang baru pertama kali dia jalani. Hanya dalam beberapa hari, Ale terlibat dalam episode-episode kehidupan yang penuh konflik dan realita sosial. Dalam perjalanannya, ada masa Ale merasa sangat bebas dan bangga terhadap dirinya sendiri meskipun tetap dihantui kecemasan saat bertemu dengan beberapa pemicu traumatisnya.

### Kebebasan dan Faktisitas

#### 1. Kebebasan dan Faktisitas

##### *Place* (Tempat)

Dalam eksistensialisme Sartre, tempat merupakan bagian dari faktisitas yang tidak bisa dipilih oleh manusia. Setelah berjalannya waktu, tokoh Ale yang hidup sendirian kemudian tinggal dan hidup di lingkungan yang keras, sebuah kampung narkoba di dekat rel kereta (SMASM/1-KF/84). Ini bukan sekadar ruang fisik, tapi juga ruang sosial yang membentuk keterbatasan sekaligus peluang eksistensial. Ale berkata:

*“Kenapa aku merasa di neraka ini justru manusianya lebih mampu memanusiakan manusia lain?”* (SMASM/1-KF/103)

Pernyataan ini mencerminkan ambiguitas tempat sebagai faktisitas: meskipun keras, ia mengandung kemungkinan otentikasi diri. Sejalan dengan itu, Karna (2023) menyatakan:

*“Place is a boundary, not a destiny. It is within that boundary that freedom emerges.”*

Lingkungan menjadi panggung kebebasan, bukan penghalangnya. Ale yang selama hidupnya merasa tidak berharga, justru merasakan sebuah kebebasan di sebuah kampung

narkoba dengan kompleksitas sosial dan kriminal yang rumit. Pada dasarnya, Ale tidak memilih untuk berada di sana, tapi alur kisah membawanya ke dalam sebuah perjalanan dari satu tempat ke tempat lain.

### **Past (Masa Lalu)**

Masa lalu adalah bagian faktisitas yang telah terjadi dan tak bisa diubah. Namun, Sartre menegaskan bahwa manusia tetap bebas untuk menentukan sikap terhadap masa lalunya. Dalam kutipan berikut:

*“Sebagai seorang anak hasil dari asuhan yang gagal... tidak semua anak bisa menyembuhkan luka batin dan trauma mendalam yang ditimbulkan orang tuanya.”*  
(SMASM/1-KF/148–149)

*“Hidup dengan trauma masa kecil membuatku tumbuh dengan merasa bahwa kebahagiaan tak lebih dari hal bacin yang tak ada gunanya.”* (SMASM/1-KF/149)

Trauma masa kecil yang dialami Ale pada cerita ini berfungsi sebagai beban faktisitas. Namun, Sartre menyatakan bahwa trauma ini tidak menentukan masa kini kecuali jika manusia membiarkannya. Dube (2022) menyatakan bahwa *Sartre’s theory holds that the past has no causal power over the present unless the individual chooses to assign meaning to it.*

Proses penyembuhan atau pembebasan dari masa lalu bukan berarti melupakan, tetapi mengubah cara memaknainya. Hal ini tergambar dalam kutipan (SMASM/1-KF/154):

*“Hidup bersama Murad kemarin, mendengar perjalanan Mami Louise, bertemu Ipul, dan mendapatkan jawaban dari Bu Murni tadi pagi telah berhasil membuatku percaya diri dalam melangkah..”*

Dengan demikian, kebebasan Sartrean memungkinkan rekonstruksi makna atas masa lalu sebagai bekal, bukan beban.

### **Environment (Lingkungan)**

Lingkungan faktual, termasuk kondisi sosial, ekonomi, dan budaya, memengaruhi pilihan manusia. Tokoh mengalami lingkungan yang meminggirkan dan menstigmatisasi, misalnya dalam kutipan:

*“Ketika melihat seragam Ipul tadi, segala kenangan buruk dan perlakuan orang-orang di kantorku muncul lagi...”* (SMASM/1-KF/117a)

Seperti yang disampaikan Karna (2023), bahwa *Freedom is not the denial of influence, but the capacity to choose meaning within and despite it.* Interaksi dengan lingkungan keras tidak

selalu menumpulkan makna hidup. Bahkan, tokoh memperoleh pencerahan bukan dari wacana religius atau moral formal, melainkan dari pengalaman konkret bersama orang-orang kecil:

*“Rupanya pertanyaan-pertanyaanku selama ini dijawab bukan dari nasihat. Bukan dari khotbah-khotbah agama, melainkan dari pengalaman orang-orang kecil yang justru berdampak besar bagi hidupku. Tampaknya, kini aku sudah tahu harus melangkah ke mana.”* (SMASM/1-KF/170)

Lingkungan yang semula represif dapat bertransformasi menjadi ruang edukatif dan eksistensial jika dilihat dari perspektif kebebasan yang sadar.

### ***Fellowmen (Orang Lain)***

Dalam filsafat Sartre, orang lain adalah sumber faktisitas karena keberadaan mereka mengobjektifikasi kita melalui *“The Look”*. Ketika tokoh merasa jadi beban:

*“Jika kehadiranku adalah masalah... maka pulangkan aku kepada-Mu saja, Tuhan.”* (SMASM/1-KF/17)

Ini menunjukkan bagaimana pandangan orang lain membentuk identitas dan perasaan eksistensial. Namun, relasi dengan sesama juga dapat membangkitkan sisi manusiawi:

*“Murad kemudian memberikan sebatang rokok... Murad lebih dulu menyalakan api dan menyodorkannya kepadaku.”* (SMASM/1-KF/81)

Gestur ini mungkin sederhana, tetapi merupakan bentuk pengakuan dan penerimaan yang mendalam, dan ini merupakan suatu bentuk pengakuan eksistensial. Menurut Sartre, relasi dengan orang lain bisa menjadi penjara atau pembebasan bergantung bagaimana individu menafsirkan dan meresponsnya. Konflik internal pun terangkat dalam kutipan ini:

*“Musuh yang paling menyebalkan adalah diri kita sendiri.”* (SMASM/1-KF/181)

Ini mencerminkan bahwa faktisitas sesungguhnya juga bisa berasal dari diri sendiri yang mengalami internalisasi pandangan orang lain.

### ***Death (Kematian)***

Kematian adalah batas mutlak eksistensi dan bagian faktisitas yang paling tak terelakkan. Dalam banyak kutipan, tokoh Ale merenungkan kematian sebagai pelarian dari penderitaan:

*“Apakah aku benar-benar ingin mati? Atau aku ini sedang mencari cara agar tidak jadi mati?”* (SMASM/1-KF/41)

Namun, kebebasan eksistensial Sartre tidak berhenti pada ancaman kematian. Justru, kesadaran akan kematian mendorong penciptaan makna selama hidup:

“*Aku telah memutuskan untuk tidak membiarkan kematian menghampiriku lebih dulu.*”  
(SMASM/1-KF/208)

Kematian menjadi semacam “cermin eksistensial” yang memaksa Ale untuk bertanya: apakah hidupku berarti? Dan jawaban atas pertanyaan itu hanya bisa dijawab melalui tindakan otentik.

Berdasarkan temuan konsep kebebasan dan faktisitas ini, menunjukkan dengan jelas bahwa eksistensialisme Sartre dapat digunakan sebagai lensa filosofis yang tajam untuk membaca pergulatan makna dalam kehidupan manusia yang kompleks dan penuh penderitaan. Pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam novel ini menyingkap realitas bahwa manusia kerap terperangkap dalam kondisi-kondisi yang tidak dipilihnya: lahir di lingkungan yang keras, dibebani trauma masa kecil, dikelilingi lingkungan sosial yang represif, menjadi objek penilaian orang lain, serta dihantui keputusan dan keinginan untuk mati.

Namun, seperti ditegaskan dalam filsafat Sartre, faktisitas bukanlah akhir dari eksistensi. Manusia tetap memiliki kebebasan, bukan dalam arti kebebasan mutlak, melainkan kebebasan untuk merespons dan memberi makna terhadap situasi faktual yang dihadapinya. Banyak data yang menggambarkan bahwa Ale sebagai tokoh utama yang meski terluka dan remuk secara psikis, masih mampu membuat keputusan eksistensial yaitu memilih untuk hidup, berdamai dengan masa lalu, menerima lingkungan seadanya, dan menjalin relasi yang lebih otentik dengan sesama. Maka, hidup tidak pernah berhenti pada luka dan kesendirian, tetapi selalu menawarkan kemungkinan proyek eksistensial baru.

## **2. Kebebasan dan Hubungan Antarmanusia**

Beberapa bentuk relasi wujud antarmanusia tersebut antara lain: (a) *indifference* (sikap acuh tak acuh), (b) *love* (sikap cinta), (c) *hate* (sikap benci), (d) *sexuality* (hubungan seksual).

### ***Indifference* (Acuh tak acuh)**

Sartre memahami kehadiran orang lain sebagai ancaman eksistensial, karena *le regard* (tatapan) mengubah subjek menjadi objek. Dalam konteks ini, ketidakpedulian bukan sekadar sikap pasif, melainkan strategi untuk melindungi subjektivitas dari dunia yang menindas dan tidak menyediakan ruang aman bagi ekspresi autentik.

Narasi berikut mengindikasikan munculnya ketidakpedulian sebagai reaksi terhadap pengalaman terluka secara eksistensial:

*“Seumur hidup saya habiskan untuk memikirkan perasaan-perasaan orang lain sambil terus mengorbankan saya sendiri.” (SMASM/2-KHA/184b)*

*“Saya tidak marah, Pak. Saya cuma kesal aja karena selama ini selalu jadi manusia yang gak bisa mengungkapkan perasaannya sendiri.” (SMASM/2-KHA/186)*

*“Saya gak mau membebani orang lain dengan menceritakan masalah saya kepada mereka.” (SMASM/2-KHA/187)*

Tokoh menolak hubungan emosional yang mendalam karena dunia relasi telah menjadi tempat objektivikasi. Ketidakpedulian di sini bersifat fungsional: ia menjadi perlindungan terhadap luka yang lebih dalam. Hassan (2022) menegaskan bahwa dalam realitas kontemporer, *existential withdrawal* adalah bentuk perlawanan terhadap dunia sosial yang gagal memberikan pengakuan eksistensial.

### **Love (Cinta): Relasi Ambigu antara Pengakuan dan Ketergantungan**

Cinta, dalam pemikiran Sartre, adalah paradoks. Di satu sisi, ia merupakan cara untuk mengatasi keterasingan dengan menjadi penting bagi yang lain; di sisi lain, cinta cenderung mengekang kebebasan dan memperlakukan pasangan sebagai objek. Sartre menyatakan bahwa cinta sejati hanya mungkin jika kedua pihak mengakui kebebasan satu sama lain, tanpa saling mengobjekkan.

Beberapa kutipan dari teks mengilustrasikan kompleksitas ini:

*“Kalau lo belum bisa bahagia saat sendiri, jangan limpahkan tugas itu ke orang lain, apalagi kepada orang yang lo cintai.” (SMASM/2-KHA/102b)*

*“Lo itu bukan gak pantas dicintai... Tapi karena lo sendiri gak bisa mencintai diri lo yang bentuknya seperti ini.” (SMASM/2-KHA/102a)*

*“Kamu mungkin berpikir bahwa kamu tidak pantas didampingi, tetapi... dia akan selalu bisa melihat betapa istimewa dan hebatnya kamu.” (SMASM/2-KHA/149b)*

Di sini, cinta diposisikan sebagai relasi yang baru mungkin bermakna jika subjek terlebih dahulu mengintegrasikan dirinya secara utuh, yakni mencintai diri sendiri dan mengakui kebebasannya. Ketika cinta dibebankan sebagai solusi dari rasa kurang diri, maka cinta menjadi bentuk penindasan yang halus. Groff (2021) menekankan bahwa cinta Sartrean memerlukan keseimbangan antara kebutuhan untuk diakui dan penghargaan atas kebebasan pasangan—sebuah relasi yang penuh ketegangan, tetapi bisa menuju otentisitas.

### **Hate (Kebencian)**

Dalam filsafat Sartre, kebencian bukan semata-mata luapan emosi, melainkan reaksi terhadap pengalaman ditolak atau direndahkan sebagai subjek oleh orang lain. Ia adalah cara mempertahankan diri terhadap tatapan atau tindakan yang mengobjekkan eksistensi seseorang secara brutal.

Beberapa kutipan dalam teks menunjukkan kebencian sebagai bentuk protes terhadap kekerasan simbolik dan kegagalan relasional:

*“Aku benar-benar tidak bisa memaafkan semua orang tua yang tak menghargai anak yang sudah dilahirkannya.”* (SMASM/2-KHA/140a)

*“Bara api kemarahan dan dendam trauma masa kecilku seperti tiba-tiba hilang. Seandainya ibuku juga meminta maaf kepadaku mungkin aku tidak perlu harus berpikir bunuh diri.”* (SMASM/2-KHA/146)

*“Mereka semua gak tahu kalau diam-diam saya pergi ke psikiater agar saya gak bunuh diri dan terus melanjutkan hidup di tempat yang brengsek ini! Mereka semua gak tahu betapa saya ingin membunuh mereka.”* (SMASM/2-KHA/184c)

Tokoh menyimpan dendam terhadap struktur otoriter dalam keluarga dan masyarakat yang menyangkal otonominya sebagai manusia. Kebencian ini adalah reaksi terhadap keterputusan ontologis, yaitu saat individu tidak lagi diakui sebagai *pour-soi* yang bebas dan sadar. Zhang (2024) menyatakan bahwa kebencian Sartrean merepresentasikan perlawanan terhadap *dehumanisasi intersubjektif*, yakni situasi ketika individu dikurung dalam label, peran, dan stigma yang menolak kebebasan eksistensialnya.

### **Sexuality (Seksualitas)**

Sartre melihat seksualitas sebagai arena di mana konflik antara subjek dan objek menjadi sangat nyata. Seksualitas juga bukan hanya aspek biologis atau romantis, tetapi menjadi ekspresi dari kebebasan individu yang sering kali bentrok dengan harapan dan norma sosial. Seksualitas, cinta, dan bahkan rasa kesepian, dalam kutipan-kutipan ini, mencerminkan bagaimana individu mencari makna dalam relasi antarmanusia sekaligus mempertahankan otonomi eksistensialnya. Misalnya, dalam kutipan:

*“Kalau lo belum bisa bahagia saat sendiri, jangan limpahkan tugas itu ke orang lain, apalagi kepada orang yang lo cintai.”* (SMASM/2-KHA/102b)

Kutipan ini menggemakan gagasan Sartre bahwa setiap manusia bertanggung jawab atas kebahagiaannya sendiri. Seksualitas dan cinta di sini tidak boleh menjadi cara untuk lari dari

kesendirian eksistensial. Mengandalkan orang lain untuk membuat diri bahagia justru mengingkari kebebasan pribadi dan menjadikan hubungan itu sarat dengan tekanan. Selanjutnya, dalam kutipan:

“... *Lo itu bukan gak pantas dicintai karena bentuk lo, Le. Tapi karena lo sendiri gak bisa mencintai diri lo yang bentuknya seperti ini.*” (SMASM/2-KHA/102a)

Ini mencerminkan ide bahwa hubungan yang otentik dengan orang lain baru bisa terbentuk ketika seseorang berdamai dengan eksistensinya sendiri. Sartre meyakini bahwa untuk mencintai dan dicintai secara bebas, individu harus terlebih dahulu menerima dirinya apa adanya, bukan seperti yang diharapkan oleh "pandangan orang lain". Lebih lanjut, kutipan:

“*Saya rasa saya bakal tetap sendiri seumur hidup saya Mam...*” (SMASM/2-KHA/101)

Hal ini menyiratkan kesadaran akan absurditas dan kesendirian eksistensial. Ini merupakan kondisi dasar dari keberadaan manusia menurut Sartre. Seksualitas dan relasi romantis bisa menjadi bentuk pelarian dari absurditas, tetapi juga bisa menjadi tempat untuk menemukan makna jika dijalani secara sadar dan otentik. Terakhir, dalam pernyataan yang ditujukan untuk tokoh utama:

“*Le, mungkin sekarang perjalanan lo bukan lagi soal mencari cinta. Mungkin sekarang lo lagi dipaksa buat hidup sendirian... Biar suatu hari nanti saat lo bangun tidur, lo bakal ngerasa kalau harapan itu masih ada.*” (SMASM/2-KHA/96)

Terdapat nuansa bahwa kesendirian dan refleksi diri adalah bagian dari proses menemukan kebebasan dan makna dalam hidup. Dalam kerangka Sartre, kebebasan itu menyakitkan, karena membawa kesadaran bahwa tidak ada takdir atau kodrat, tetapi dari situlah muncul kemungkinan otentisitas dalam relasi antarmanusia, termasuk seksualitas.

Melalui kutipan-kutipan ini, kita bisa melihat bagaimana seksualitas dalam karya tersebut tidak digambarkan sebagai bentuk pelarian semata, melainkan sebagai bagian integral dari pencarian jati diri dan kebebasan eksistensial. Hubungan dengan orang lain membawa harapan akan pengakuan, tetapi juga risiko keterasingan. Inilah tegangan eksistensial yang menjadi pusat pemikiran Sartre.

### **Kebebasan dan Tanggung Jawab (Transformasi)**

Dalam filsafat eksistensialisme Sartre, manusia hadir ke dunia tanpa makna bawaan dan bertugas menciptakan makna hidupnya melalui kebebasan dan tanggung jawab (Swandini, 2023). Hal ini tampak jelas dalam proses transformasi tokoh utama novel *Seporsi Mie Ayam*

*Sebelum Mati*, yang semula mengalami keterasingan dan keputusasaan eksistensial. Ia mempertanyakan nilai hidupnya sendiri:

*“Kenapa hidup orang-orang begitu terlihat berwarna? Apakah cuma hidupku yang tidak mempunyai warna? Atau, karena mereka pintar mengatur warnanya sendiri?”*  
(SMASM/3-KTJ/3)

Pertanyaan ini mencerminkan perasaan inferior dan terasing, sebuah situasi yang oleh Sartre disebut sebagai *bad faith*, di mana individu menolak tanggung jawab atas hidupnya sendiri dengan menyalahkan keadaan atau nasib seperti yang dikemukakan Akinbode (2023).

Namun seiring waktu, tokoh mulai mengalami momen-momen keterhubungan kemanusiaan yang membangkitkan kesadarannya. Misalnya, ia mulai merasakan pengalaman dihormati:

*“Sekarang, tiap kali aku melewati gang sempit itu, semua orang memandangkanku dengan penuh hormat. Hal yang selama ini tidak pernah terjadi sekali pun dalam hidupku. Dihormati orang lain.”* (SMASM/3-KTJ/75) dan pengalaman dihargai sebagai manusia:  
*“Apakah ini rasanya menjadi manusia yang dihargai?”* (SMASM/3-KTJ/158)

Momen-momen ini mengguncang keyakinan lamanya dan menandai titik balik dalam kesadaran eksistensialnya. Sejalan dengan konsep Sartre, pada titik ini ia tidak bisa lagi menyalahkan dunia, tetapi harus mengakui dirinya sebagai subjek yang bebas dan bertanggung jawab atas kehidupannya (Nnaji, 2022).

Transformasi eksistensial tokoh semakin menguat ketika ia mulai menerima luka dan kesedihan sebagai bagian yang sah dari hidup.

*“Hidup bakal lebih jadi gampang kalau kita sudah bisa belajar menerima kekecewaan dan melihatnya sebagai sebuah berkah yang asing...”* (SMASM/3-KTJ/128)  
*“Aku belajar bahwa kunci untuk bertahan hidup adalah bukan dengan berpikir positif, tetapi mempunyai kemampuan untuk menerima. Menerima jika tidak semua hari akan berjalan dengan baik...”* (SMASM/3-KTJ/198)

Di sini, tanggung jawab tidak lagi dimaknai sebagai beban, tetapi sebagai jalan menuju otentisitas dan kebermaknaan. Seperti dijelaskan oleh Rehan (2021), bahwa sebuah kehendak bebas dan tanggung jawab pribadi dapat memungkinkan manusia untuk menentukan makna hidupnya

Akhirnya, puncak transformasi tokoh tergambar dalam deklarasi ulang kehidupannya:

“*Aku menutup mata, menarik napas dalam-dalam. Mencoba untuk hidup sekali lagi. Aku harus hidup sekali lagi.*” (SMASM/3-KTJ/172)

“*Aku yang dulu selalu melihat dunia hanya warna abu-abu. Kini bisa melihat matahari tenggelam berwarna merah tembaga.*” (SMASM/3-KTJ/173b)

Ini adalah momen ketika tokoh secara sadar memilih untuk hidup, menerima luka masa lalu, dan memaknai ulang eksistensinya. Dalam istilah Sartre, ini merupakan keberanian untuk menjalani hidup secara otentik: mengakui kebebasan, memikul tanggung jawab, dan bertindak dengan kesadaran penuh sebagaimana yang dikemukakan Swandini (2023). Proses perubahan pandangan hidup yang dialami tokoh utama merupakan sebuah pencarian terhadap makna hidup. Sebab pandangan hidup dan cara memaknainya tidak datang begitu saja dalam keterpurukan. Hal tersebut didapatkan Ale dari keberaniannya menjalani beberapa episode kehidupan. Pernyataan Siregar (2015) sejalan dengan pemahaman ini, dia menyatakan orang tidak akan mengatakan bahwa hidup berupa kegelapan, andaikata dia tidak mencari cahaya yang terang.

Berdasarkan beberapa hasil temuan tersebut, novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* menunjukkan bahwa proses transformasi tokoh utama sangat selaras dengan konsep eksistensialisme Jean-Paul Sartre, khususnya tentang kebebasan dan tanggung jawab. Pada awalnya, tokoh mengalami keterasingan, kehampaan, dan keputusasaan yang menandakan hidup dalam *bad faith*—sebuah penolakan terhadap kebebasan dengan menyalahkan dunia atas penderitaan yang dialami.

Namun, seiring dengan keterlibatannya dalam relasi manusiawi yang tulus dan refleksi mendalam atas luka batin, tokoh mulai menyadari bahwa ia bebas menentukan jalan hidupnya dan bahwa kebebasan ini menuntut tanggung jawab. Kesadaran ini menandai titik balik dari kehidupan yang pasif menjadi kehidupan yang otentik.

Transformasi tokoh ditandai oleh kemampuannya menerima penderitaan sebagai bagian dari eksistensi, merumuskan makna baru dari pengalaman hidup, serta memilih untuk “hidup sekali lagi” secara sadar. Keputusan tokoh untuk hidup bukan lagi bersandar pada pencarian kebahagiaan semata, melainkan pada keberanian untuk bertanggung jawab atas dirinya dan realitas yang ia hadapi.

Dengan demikian, novel ini bukan hanya narasi tentang penyintas trauma, tetapi juga representasi konkret dari gagasan Sartrean tentang manusia yang menciptakan dirinya melalui pilihan sadar, dalam kebebasan yang tak terhindarkan dan tanggung jawab yang tak terelakkan.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan pada *Novel Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati*, Ale sebagai tokoh utama mengalami transformasi eksistensial yang mencerminkan tiga aspek kebebasan menurut Sartre. Pertama, kebebasan dan faktisitas tampak dalam kesadaran Ale untuk tidak larut dalam trauma dan penderitaan, tetapi memilih memberi makna baru atas situasi hidupnya. Kedua, kebebasan dalam hubungan antarmanusia tercermin dari upayanya membangun relasi otentik yang mengakui kebebasan diri dan orang lain, terutama melalui pengalaman cinta dan penerimaan. Ketiga, kebebasan dan tanggung jawab terwujud dalam sikap Ale yang tidak lagi menyalahkan keadaan, tetapi secara sadar mengambil tanggung jawab atas pilihan hidupnya.

Dengan demikian, transformasi pandangan hidup Ale memperlihatkan pergeseran dari keputusan menuju keberanian untuk hidup secara otentik, menjadikan novel ini representasi konkret dari proyek eksistensial manusia dalam perspektif Sartre.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akinbode, E. (2023). Jean-Paul Sartre's existential freedom: A critical analysis. *SciencePG: International Journal of European Studies*, 7(1), 15-18. <https://philpapers.org/rec/AKIJSE>.
- Al-Shamea, H. M. (2023). Transformation Theory: A Philosophical and Literary Framework. <https://translationinarablit.uk/dr-hatem-al-shameas-transformation-theory-a-philosophical-and-literary-framework/>.
- Amala, A., Indarti, T., & Raharjo, R. P. (2023). Hubungan Jarak Jauh dalam Novel Geez & Ann Karya Rintik Sedu: Kajian Psikologi Sastra. *Jurnal Ilmiah FONEMA*, 6(1), 1-16. <https://doi.org/10.25139/fn.v6i1.5320>.
- Andharu, D., & Widayati, W. (2018). Kajian Feminisme Radikal dalam Novel Keindahan dan Kesedihan Karya Yasunari Kawabata. *Jurnal Ilmiah FONEMA: Jurnal Edukasi Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 1(1), 16–29.
- Arianto, B. (2024). *Triangulasi Metoda Penelitian Kualitatif*. Borneo Novelty Publishing. Kalimantan Timur.
- Camilleri, A. (2023, May 13). The responsibility of freedom: The philosophy of Jean-Paul Sartre. *PhilosophyMT*. Retrieved from <https://philosophymt.com/sartre-and-existentialism-freedom-and-choice/>.
- Emilia, D. (2023). Eksistensialisme dan Makna Hidup Analisis Filosofis atas Pilihan Individu. *Literacy Notes*, 1(2). <https://liternote.com/index.php/ln/article/view/12>.
- Maslej, M. M., Oatley, K., & Mar, R. A. (2017). Creating Fictional Characters: The Role of Experience, Personality, and Social Processes. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 11(4), 487–497. <https://doi.org/10.1037/aca0000100>.
- Muna, N. M. (2023). *Eksistensialisme Religius Dalam Novel Tuhan Izinkan Aku Menjadi Pelacur Karya Muhidin M Dahlan* (Doctoral Dissertation, Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta). <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/64066/>.

- Muzairi. (2002). Eksistensialisme Jean Paul Sartre – Sumur Tanpa Dasar Kebebasan Manusia. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Qori'ah, N. A. (2023). *Transformasi Tokoh Utama Dalam Novel Ru 'Ūsu As-Syayāfīn Karya Ayman Al-'Atom (Kajian Psikologi Sastra)* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta). <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/65915/>.
- Rehan, M. (2021). Philosophical Exploration of Existentialism and Absurdism in Matt Haig's *The Midnight Library*. *University of Chitral Journal of Linguistics and Literature*, 5(II), 451-460.
- Sartre, J.-P. (2003). *Being And Nothingness* (H. E. Barnes, Trans.). Routledge. (Original work published 1943).
- Siregar, M. (2015). Filsafat Eksistensialisme Jean-Paul Sartre. *Yurisprudentia: Jurnal Hukum Ekonomi*, 1(2), 30-46. [10.24952/yurisprudentia.v1i2.615](https://doi.org/10.24952/yurisprudentia.v1i2.615).
- Siregar, P, Nasution, H, Syukri (2025). Jean-Paul Sartre: Analyzing Human Existence Through the Lens of Existentialism. *(JSKE) Journal of Social Knowledge Education*. 6(1), 143-153. <https://doi.org/10.37251/jske.v6i1.1410>.
- Siwasiwan, H. T., & Witdianti, Y. (2021). Analisis Eksistensial Tokoh Utama pada Novel *The Story Of My Life* Karya Helen Keler. *Journal of Language Learning and Research*. 5(II). <https://doi.org/10.22236/jollar.v4i2.7404>.
- Swandini, A. N. (2023). Filsafat Eksistensialisme oleh Jean-Paul Sartre dan Hubungannya dengan Isu Teologi Tentang Kebebasan dan Tanggung Jawab Manusia. 1(1), 1-8. <https://doi.org/10.31219/osf.io/qnww2>.
- Tarigan, D., & Hayati, S. (2023). Analisis Eksistensialisme Feminisme dalam Novel *Laut Bercerita* Karya Leila Salikha Chudori. *ENGGANG: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, dan Budaya*, 3(2), 290-299.