

DINAMIKA PUBERTAS RILEY: KAJIAN PSIKOANALISIS FREUD DALAM FILM *INSIDE OUT 2*

Najwa Ayu Prameswari¹, Prof Anas Ahmadi M. Pd²
Universitas Negeri Surabaya

Kampus Lidah Wetan Jl. Rektorat Unesa, Lidah Wetan, Kec Lakar Santri, 60213

Surel: 24020074029@mhs.unesa.ac.id¹, anasahmadi@unesa.ac.id²

ABSTRAK: *Inside Out 2* menggambarkan dinamika emosi Riley yang tengah memasuki masa pubertas. Penelitian ini menganalisis perkembangan psikologis Riley menggunakan pendekatan psikoanalisis Freud, khususnya konflik antara id, ego, dan superego. Metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif melalui studi pustaka dan observasi naratif film. Hasil menunjukkan bahwa emosi baru seperti Anxiety mencerminkan aktivasi superego yang lebih dominan, memicu konflik internal dan ketidakstabilan emosional. Akhir film memperlihatkan integrasi emosi sebagai proses pendewasaan.

Kata Kunci: Remaja, Emosi, Psikoanalisis, Pembentukan identitas, *Inside Out 2*

ABSTRACT: *Inside Out 2* describes Riley's emotional dynamics at puberty. This study analyzed Riley's psychological development using Freud's psychoanalysis approach, particularly the conflict between id, ego, and superego. The methods used are qualitative descriptive through library studies and narrative observations of the film. Results show that new emotions such as Anxiety reflect more dominant superego activation, triggering internal conflicts and emotional instability. The end of the film shows emotional integration as a mature process.

Keywords: Adolescence, Emotion, Psychoanalysis, Identity formation, *Inside Out 2*

PENDAHULUAN

Hurlock, mengemukakan bahwa istilah remaja berasal dari kata latin “*adolescensia*” yang berarti “tumbuh dewasa” atau “tumbuh hingga dewasa”, orang-orang di zaman kuno memandang pubertas dan remaja tidak berbeda dengan periode lain yang dalam rentang hidup anak dianggap dewasa ketika ia mampu bereproduksi (Hurlock, 2003). Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Masa remaja awal dimulai pada usia 10 hingga 14 tahun, dan masa remaja akhir dimulai pada 15 hingga 24 tahun. Sebagai proses peralihan yaitu ditandai dengan berbagai perubahan fisik, mental, intelektual dan sosial (Wa Ode, 2022). Remaja merupakan suatu masa kehidupan individu dimana terjadi eksplorasi psikologi untuk menemukan identitas diri. Pada masa transisi ini merupakan masa perubahan atau masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan fisik, perubahan biologis, perubahan psikologis dan perubahan sosial (Eni Kusmiran, 2013). Pubertas merupakan tahap dalam perkembangan dimana terjadi kematangan alat-alat seksual dan tercapai kemampuan reproduksi (Kemenkes, 2023). Pubertas pada wanita biasanya dimulai dengan perkembangan payudara (*thelarche*) dan kemudian berlanjut ke *pubarche* (permulaan

rambut kemaluan), kecepatan pertumbuhan puncak (juga dikenal sebagai *growth spurt*), dan *menarche* (Guarneri & Kamboj, 2019). Perubahan-perubahan pesat yang terjadi selama masa puber ini menimbulkan keraguan, perasaan tidak mampu dan tidak aman, dan dalam banyak kasus mengakibatkan perilaku yang kurang baik (Elizabeth, 2017).

Inside Out 2 adalah film animasi remaja Amerika Serikat tahun 2024 yang diproduksi oleh Pixar Animation Studios untuk Walt Disney Pictures. Sekuel dari *Inside Out* (2015). Film *Inside Out 2* dipilih sebagai objek penelitian karena menunjukkan perjalanan emosional remaja yang memiliki berbagai tantangan psikologis selama masa pubertas. Sebagai kelanjutan dari *Inside Out* (2015), film ini melanjutkan kisah Riley namun dengan fokus yang lebih mendalam pada emosi dan interaksi antara karakter-karakter emosi baru. Jalan ceritanya mengisahkan perjalanan emosional seorang karakter bernama Riley yang kini beranjak remaja dan mulai menghadapi permasalahan sosial di sekolah. Konflik utama muncul ketika terjadi ketegangan antara emosi lama yaitu *Joy*, *Sadness*, *Anger*, *Fear*, dan *Disgust* dengan emosi-emosi baru yang muncul, yaitu *Anxiety*, *Envy*, *Embarrassment*, dan *Ennui*, yang mulai mempengaruhi cara Riley berinteraksi dengan teman dan kehidupannya. Selain itu, *Inside Out 2* tidak hanya menghadirkan konflik internal Riley, tetapi juga menunjukkan bagaimana faktor sosial seperti persahabatan dan harapan orang tua mempengaruhi perkembangan emosional. Melalui penelitian tentang topik-topik yang sesuai bagi remaja yang memasuki fase pubertas, film ini merupakan representasi yang menarik untuk dikaji dengan perspektif psikologi perkembangan, khususnya teori psikoanalisis Freud.

Latar belakang penelitian ini dilandasi oleh fenomena perkembangan psikologis remaja yang mengalami berbagai tantangan emosional dan sosial dalam proses pencarian jati diri. Sastra tidak pernah lepas dari psikologi karena didalamnya terdapat kejiwaan. Psikologi memberikan kontribusi pada sastra (Ahmadi, 2014). Hubungan antara psikologi dan sastra sangatlah erat (Ahmadi, 2021a), karena didalam suatu karya sastra tentunya terdapat unsur psikologi entah dari sang penulis atau dari karakter yang diciptakan (Oktaviantina, 2019). Sastra sebagai konkretisasi dari dunia pemikiran dan imajinasi sang pengarang tidak lepas pula dari konteks psikologi (Ahmadi, 2021b). Sastra yang didalamnya terkandung unsur psikologis membuat sastra tersebut tidak kaku dan menjadikannya lebih estetik asal tidak melampaui wilayah kesastraannya (Ahmadi, 2011;2012). Masa remaja merupakan fase transisi yang penuh gejolak, di mana individu menghadapi perubahan signifikan dalam aspek emosional, sosial, dan kognitif. Dalam kajian psikoanalisis Freud, masa ini erat kaitannya dengan perkembangan id, ego, dan superego yang membentuk perilaku serta mekanisme pertahanan ego dalam menghadapi tekanan eksternal. Sifat khas remaja mempunyai rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan dan tantangan serta cenderung berani menanggung resiko atas perbuatannya tanpa didahului oleh pertimbangan yang matang (Hapsari, 2019) maka dari itu peneliti ingin mengkaji bagaimana emosional dari remaja yang sedang dalam masa pubertas. Ciri-ciri masa remaja awal (*early adolescent*, 12-14 tahun) tidak stabil dan lebih emosional, mempunyai banyak masalah, masa yang kritis, mulai tertarik dengan lawan jenis, munculnya rasa kurang percaya diri, suka mengembangkan pikiran baru, gelisah, suka berkhayal dan suka menyendiri (Saputro, K. Z. (2018). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis bagaimana konflik id, ego, dan superego Riley diungkapkan, dan bagaimana mekanisme pertahanan ego bekerja dalam menangani

tekanan psikologis remaja. Kajian ini diharapkan memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang dinamika psikologis remaja dalam mengenai perubahan emosional pada masa pubertas dan bagaimana media animasi dapat menjadi alat pendidikan untuk memahami emosi dan pengembangan pencarian jati diri remaja.

Penelitian mengenai pubertas pada remaja dengan analisis psikoanalisis Sigmund Freud menunjukkan beragam wawasan, seperti yang diungkapkan dalam berbagai studi dari film-film tertentu. Penelitian dari Alpina, dkk. (2023) menjelaskan representasi pubertas pada remaja perempuan dalam film animasi “Turning Red”, Jaya, dkk. (2024) menjelaskan Eksplorasi Dinamika Gender dan Pubertas Remaja Perempuan dalam Film Tiger Stripes. Seriefaza, dkk (2025) menjelaskan Kepribadian Tokoh Utama Film” Ku Kira Kau Rumah”: Kajian Psikologi Sastra Sigmund Freud. Purba, dkk (2025) menjelaskan Dinamika Kepribadian Tokoh Utama Dalam Film Asrama Gen Z: Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud. Hasil-hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor psikologis, dan sosial berperan kompleks dalam perubahan. Meskipun penelitian ini memberikan informasi penting, masih terdapat kekurangan dalam mendalami berbagai aspek secara menyeluruh. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang lebih luas menggabungkan perspektif psikologi secara mendalam psikoanalisis, dan sastra untuk menganalisis perubahan emosional pada remaja yang mengalami pubertas.

Penelitian ini menggunakan perspektif psikologi sastra untuk menganalisis perkembangan masa pubertas Riley dengan menggunakan teori Psikoanalisis Sigmund. Psikologi sastra merupakan sebuah studi yang melibatkan dunia dalam, lebih banyak mengandalkan kemampuan dalam menginterpretasi dan mengkonstruksi seseorang dalam hal psikologis (Ahmadi, 2015: 24). Psikologi sastra adalah kajian karya sastra yang termasuk dalam aktivitas kejiwaan yang ada pada manusia sama halnya dengan kajian psikologi. Menurut Semi (dalam Musaad dkk., 2021: 72) kajian sastra dengan pendekatan psikologi merupakan pendekatan yang berangkat dari asumsi bahwa karya sastra selalu membahas seputar peristiwa-peristiwa dalam kehidupan manusia. Freud berpendapat bahwa kepribadian merupakan suatu sistem yang terdiri dari 3 unsur, yaitu *das Es*, *das Ich*, dan *das Ueber Ich* (dalam bahasa Inggris dinyatakan dengan *the Id*, *the Ego*, dan *the Super Ego*), yang masing memiliki asal, aspek, fungsi, prinsip operasi, dan perlengkapan sendiri. Yang pertama yaitu, Id. “Id merupakan struktur kepribadian yang didasari oleh naluri.” (Ahmadi, 2015: 61). Id adalah bentuk kepribadian manusia yang primitif. Id mendorong diri untuk bisa memuaskan diri, serta dalam memuaskan id selalu berusaha menolak rasa sakit dan tidak nyaman. “Ego merupakan aspek kepribadian yang mengatur interaksi antara id dan superego.” (Ahmadi, 2015: 61) ego memiliki tugas untuk menyeimbangkan tuntutan dari dua kekuatan yang berlawanan ini bersama dengan kekuatan eksternal dan tuntutan Masyarakat. Mekanisme pertahanan ego (*ego defence mechanism*) digunakan sebagai strategi individu untuk mencegah kemunculan dari dorongan-dorongan *das Es* maupun untuk menghadapi tekanan *das Uber Ich* atas *das Ich*, dengan tujuan kecemasan yang dialami individu dapat dikurangi atau diredakan. “Superego merupakan struktur kepribadian yang bersifat represif.” (Ahmadi, 2015: 61) Superego dapat dianalogikan seperti “malaiikat” karena berisi suara hati (*conscience*) yang mengandung baik buruk norma dalam masyarakat.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian yang mengandalkan deskripsi data dan penceritaan atau narasi dikenal sebagai penelitian kualitatif (Ahmadi, 2019:3). Metode kualitatif bertujuan untuk menjelaskan hasil analisis dalam bentuk deskripsi, berupa frasa atau kalimat (Lestari et al., 2019). Metode ini mengedepankan pemahaman mendalam terhadap materi yang dipelajari untuk mendapatkan temuan baru yang signifikan serta memberikan pemahaman yang komprehensif (Aspers & Corte, 2019). Metode penelitian deskriptif kualitatif menurut Sugiyono (2019:21) digunakan untuk menggambarkan atau menganalisis suatu fenomena tanpa membuat generalisasi yang lebih luas.

Pengumpulan data dilakukan melalui teknik observasi terhadap film dengan fokus pada adegan-adegan yang mencerminkan konflik internal, mekanisme pertahanan ego, serta dinamika id, ego, dan superego. Selain itu, peneliti juga mencatat interaksi antar karakter emosi dalam benak Riley untuk memahami bagaimana proses psikologisnya berkembang selama masa pubertas. Analisis data dilakukan dengan teknik simak dan catat, yaitu dengan mengamati secara cermat setiap adegan yang relevan dan mendokumentasikan elemen-elemen yang mendukung kajian psikoanalisis. Hasil analisis kemudian diinterpretasikan dengan menggunakan teori psikoanalisis Freud, khususnya dalam kaitannya dengan struktur kepribadian (id, ego, superego) serta mekanisme pertahanan ego yang digunakan Riley dalam menghadapi perubahan emosionalnya. Pendekatan ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana *Inside Out 2* menggambarkan dinamika psikologis seorang remaja serta relevansinya dengan konsep-konsep psikoanalisis Freud.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dinamika Id, Ego, dan Superego Riley

Id

Id adalah bentuk kepribadian manusia yang primitif. Id mendorong diri untuk bisa memuaskan diri, serta dalam memuaskan id selalu berusaha menolak rasa sakit dan tidak nyaman (Giriani dkk,2017). Pada masa anak-anak, Id biasanya lebih dominan karena anak belum sepenuhnya mampu mengontrol diri atau mempertimbangkan konsekuensi. Tapi dalam *Inside Out 2*, meskipun Riley sedang bertransisi menuju kedewasaan, dorongan id masih muncul, terutama dalam bentuk *impulsivitas*, kebutuhan diterima, keinginan menjadi sempurna, dan reaksi emosional instan. Pada masa remaja Riley mulai merasakan dorongan secara naluriah untuk diakui, disukai, dan menjadi bagian dari kelompok sosial yang dianggap keren. Terbukti dalam film Riley ingin bergabung dengan *fire hawks* karena ingin dianggap keren ia ingin kemampuannya diakui. Ia juga ingin tampil sempurna di hadapan Val Ortiz sang idola yang menjabat sebagai kapten tim *fire hawks* sehingga kadang-kadang mengabaikan kebiasaan-kebiasaan sebelumnya yang ia lakukan dengan kedua sahabatnya, menjadikan Riley sosok yang berbeda agar disukai oleh idolanya. Riley juga tidak membalas pesan dari kedua sahabat lamanya demi fokus kepada tim barunya, Riley tidak memikirkan bagaimana perasaan kedua sahabatnya. Ia berbohong kepada orang tuanya tentang bagaimana keadaan di *camp* hocky. Ini dilakukan demi mempertahankan citra bahwa ia baik-baik saja dan sukses secara sosial. Ia bahkan bersedia mengubah cara bicara, cara berpakaian, dan cara bermain hocky hanya untuk

menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya. Semua ini dilakukan secara instan, tanpa pertimbangan matang, karena dorongan dari id yang ingin pengakuan segera, penghargaan cepat, dan kenikmatan sosial.

Ego

Ego memiliki tugas untuk menyeimbangkan tuntutan dari dua kekuatan yang berlawanan ini bersama dengan kekuatan eksternal dan tuntutan Masyarakat (Sharma S, 2024). Pada Riley, Ego tercermin dalam kemampuannya untuk berpikir rasional, mempertimbangkan konsekuensi, dan berusaha menyesuaikan diri dengan dunia luar, terutama ketika ia memasuki masa pubertas dan mulai menghadapi tekanan sosial yang lebih kompleks. Sikap “memberontak” yang ditunjukkan remaja sebagai cara mencari penegasan diri dan menemukan bahwa mereka unik adalah fase penting dalam tahap pembentukan kepribadian (Thahir, 2018). Selama *Inside Out 2*, Riley tidak bertindak berdasarkan dorongan emosional semata, tetapi juga menunjukkan usaha untuk bersikap sesuai dengan harapan orang lain terutama kedua orang tua dan teman-teman barunya. Ia berusaha untuk menjaga hubungan dengan kedua sahabatnya, dan tetap diterima di lingkungan barunya, Ini merupakan bentuk dari kerja ego Riley. Hal ini ditunjukkan pada adegan ketika Riley ingin bergabung ke *fire hawks* yang merupakan tim hocky favoritnya keinginan ini didorong oleh id untuk menjadi lebih keren, namun sebelum mengambil tindakan ini Riley menunjukkan proses berpikir secara matang dan menimbang apakah keputusannya akan membuat sahabatnya kecewa karena hanya ia yang dapat masuk ke *fire hawks* dan apakah ketika ia masuk ke *fire hawks* ia dapat menyesuaikan diri dengan pertemanan di tim barunya. Disinilah ego Riley bekerja ia menilai realitas dan mencoba mencari jalan tengah. Ego juga tampak ketika Riley mencoba menahan diri misalnya seperti saat ia merasa cemas namun tetap tersenyum untuk terlihat baik-baik saja. Hal ini menunjukkan bahwa ego berperan sebagai filter yang berfungsi untuk menyaring keinginan yang bisa ditampilkan dan mana yang sebaiknya ditekan demi kelangsungan kehidupannya. Dalam perwujudan kerja ego *Joy* dan *Fear* sangat berperan penting dalam mengelola konflik Riley. Hal ini terjadi ketika *Joy* sering kali berusaha membuat Riley tetap optimis dan tenang bahkan ketika *Anxiety* sudah mulai mengambil alih, *Joy* mencoba menyeimbangkan Riley agar tidak terlalu cemas dan mengingatkan hal-hal positif yang sudah dicapai Riley, namun dalam hidup tetaplah butuh sosok pengingat akan resiko hal ini merupakan fungsi dari *Fear* yang dianggap penakut. Hal ini ditunjukkan pada saat Riley menunjukkan performa di tim hocky yang baru *Fear* akan muncul sebagai suara kewaspadaan “Bagaimana kalau kamu gagal?” “Apakah kamu siap?” Gabungan antara *Joy* dan *Fear* adalah contoh mekanisme ego yang kompleks: mencoba melihat sisi baik dan buruk sebelum Riley mengambil keputusan. Mereka membantu menjaga agar Riley tidak terlalu impulsif (Id) atau terlalu ditekang oleh rasa bersalah (Superego). Namun terjadi konflik Ketika ego kesulitan menjaga keseimbangan antara id dan superego. Dalam film Riley menyembunyikan bahwa ia merupakan kandidat yang akan bisa bergabung dengan *fire hawks* dari sahabatnya Grace dan Bree dan mulai menjauhi mereka dengan bersikap dingin. Ia tahu di dalam hatinya bahwa ini akan menyakiti hati mereka. Ini menunjukkan bahwa ego Riley belum sepenuhnya matang sebuah hal yang sangat wajar terjadi pada masa remaja, di mana kemampuan menimbang dan mengelola konflik psikologis masih dalam tahap perkembangan.

Superego

Freud mengatakan bahwa superego adalah kompas moral kepribadian, menjunjung tinggi rasa benar dan salah, nilai-nilai yang awalnya dipelajari dari orang tua seseorang. Namun, superego terus berkembang dari waktu ke waktu, memungkinkan anak-anak untuk mengadopsi standar moral dari orang lain yang mereka kagumi (Konain. 2025). Moral adalah pengendalian, pengendalian dalam bertindak dan berperilaku sesuai dengan nilai-nilai kehidupan, baik standar masyarakat maupun prinsip-prinsip yang mengatur kehidupan seseorang. (Purwanto, 2020). Dalam *Inside Out 2*, superego Riley semakin aktif karena ia berada di masa pubertas, yaitu fase di mana individu mulai lebih sadar akan norma sosial dan sangat peduli pada persepsi orang lain terhadap dirinya. Superego sering kali muncul dalam bentuk rasa bersalah, malu, atau penyesalan, dan ini sangat terlihat melalui *Sadness* berperan besar sebagai pengingat nilai-nilai emosional yang dalam: empati, kepekaan, dan kasih sayang. Dalam film ketika Riley mulai menjauhi sahabat lamanya demi bergabung ke *fire hawks* *sadness* muncul sebagai suara hati yang mencoba mengingatkan bahwa ia menyakiti orang-orang yang dulu sangat berarti dalam hidupnya, Riley juga mulai mengabaikan nilai-nilai seperti kejujuran dan kesetiaan demi mendapatkan popularitas. Saat Riley gagal tampil percaya diri di depan Val Ortiz, ia merasa malu dan bersalah, bukan hanya karena gagal, tapi karena tidak menjadi seperti yang ia kira orang lain harapkan darinya. *Embarrassment* menjadi representasi nyata dari kesadaran moral yang berorientasi sosial. Riley merasa malu bukan hanya karena dipermalukan secara publik, tetapi juga karena ia menyadari bahwa dirinya tidak sesuai dengan ekspektasi sosial atau bahwa ia telah berbuat salah. *Anxiety* merupakan simbol dari superego yang dominan dan menghakimi ia mengambil alih pusat kendali menunjukkan bagaimana Riley mulai dikuasai oleh tekanan internal untuk menjadi sempurna dan tidak boleh gagal Hal ini mencerminkan remaja dimana ia selalu merasa terancam jika tidak sesuai dengan harapan orang lain, merasa bersalah jika tidak mencapai standar tertentu, dan menekan kebutuhan id karena dorongan superego yang menganggap hal itu kekanak-kanakan.

Mekanisme Pertahanan Ego dalam Menghadapi Tekanan Psikologis

Menurut Freud, mekanisme pertahanan ego (*ego defence mechanism*) sebagai strategi yang digunakan individu untuk mencegah kemunculan terbuka dari dorongan-dorongan *das Es* maupun untuk menghadapi tekanan *das Uber Ich* atas *das Ich*, dengan tujuan kecemasan yang dialami individu dapat dikurangi atau diredakan (Kuntojo, 2015:46). Freud menyatakan bahwa mekanisme pertahanan ego itu adalah mekanisme yang rumit dan banyak macamnya. Berikut ini 7 macam mekanisme pertahanan ego yang menurut Freud umum dijumpai (Koeswara, 2001: 46-48).

1. **Represi**, yaitu mekanisme yang dilakukan ego untuk meredakan kecemasan dengan cara menekan dorongan-dorongan yang menjadi penyebab kecemasan tersebut ke dalam ketidaksadaran.
2. **Sublimasi**, adalah mekanisme pertahanan ego yang ditujukan untuk mencegah atau meredakan kecemasan dengan cara mengubah dan menyesuaikan dorongan primitif *das es* yang menjadi penyebab kecemasan ke dalam bentuk tingkah laku yang bisa diterima, dan bahkan dihargai oleh masyarakat.
3. **Proyeksi**, adalah pengalihan dorongan, sikap, atau tingkah laku yang menimbulkan kecemasan kepada orang lain.

4. **Displacement**, adalah pengungkapan dorongan yang menimbulkan kecemasan kepada objek atau individu yang kurang berbahaya dibanding individu semula.

5. **Rasionalisasi**, menunjuk kepada upaya individu memutarbalikkan kenyataan, dalam hal ini kenyataan yang mengancam ego, melalui dalih tertentu yang seakan-akan masuk akal. Rasionalisasi sering dibedakan menjadi dua: sour grape technique dan sweet orange technique.

6. **Pembentukan reaksi**, adalah upaya mengatasi kecemasan karena individu memiliki dorongan yang bertentangan dengan norma, dengan cara berbuat sebaliknya.

7. **Regresi**, adalah upaya mengatasi kecemasan dengan bertingkah laku yang tidak sesuai dengan tingkat perkembangannya.

Dalam film *Inside Out 2* tokoh Riley mengalami tekanan emosional yang semakin kompleks seiring dengan bertambahnya usia, maka dari itu muncul represi. Salah satu momen **Represi** adalah ketika Riley merasa cemas, sedih, dan takut karena ia akan pergi ke summercamp hockey bersama kedua sahabatnya Grace dan Bree. Namun alih-alih mengakui dan menghadapi emosi ini. Ia menekan ke alam bawah sadar dan berpura-pura terlihat baik-baik saja dihadapan kedua sahabatnya dan orang tua. Emosi *Sadness* dan *Joy* yang sebelumnya memiliki peran besar dalam kehidupan Riley, berusaha muncul untuk membantunya mengelola perasaannya. Akan tetapi, emosi baru seperti *Anxiety*, *Envy*, dan *Embarrassment* justru semakin dominan dan menekan emosi lama tersebut. *Anxiety*, yang mengambil alih pusat kendali di benak Riley, berusaha membuat Riley lebih "siap" menghadapi masa remajanya dengan cara menyingkirkan emosi yang dianggap tidak relevan atau menghambat perkembangan dirinya. *Anxiety* menekan *Sadness* karena ia beranggapan bahwa ketika Riley menangis dan menunjukkan kesedihan di depan teman-teman barunya sebagai kelemahan, *Fear* ditekan oleh *Anxiety* karena ia menganggap jika Riley terlalu takut mengambil langkah besar dan ia tidak akan bisa berkembang, dan *Joy* pun mulai kehilangan perannya karena *Anxiety* meyakinkan Riley bahwa kegembiraan bukan hal utama ketika dewasa, yang utama adalah keberhasilan. Mengapa Riley melakukan represi karena ia mulai mengalami konflik antara identitas lama dengan ekspektasi sosial baru yang muncul saat ia remaja. Saat kecil ia jauh lebih bebas dalam mengekspresikan emosi tanpa takut dihakimi semua orang. Namun, saat mulai memasuki lingkungan baru dan teman-teman baru Riley harus menjaga *image*, ia mulai merasa bahwa ketika terlalu banyak menunjukkan emosi tertentu bisa membuatnya terlihat lemah dan tidak cukup baik didepan teman-teman barunya.

Agar emosi-emosi dalam tubuh Riley menguasai atau bahkan membuatnya putus asa, secara tidak sadar Riley menerapkan mekanisme **Sublimasi** hal ini ditunjukkan pada adegan ketika Riley mengalihkan kecemasannya menjadi latihan hocky yang lebih intensif dikarenakan ia merasa tidak cukup baik untuk bergabung ke grup *fire hawks*, ia mulai berlatih lebih keras sebagai respon terhadap rasa cemasnya, daripada menunjukkan rasa takut atau minder secara langsung ia memilih untuk berkembang menjadi lebih baik. Mengapa Riley melakukan sublimasi karena ia ingin prestasinya diterima secara sosial. Ia juga takut dianggap lemah oleh orang disekitarnya, serta pengaruh *Anxiety* yang sebelumnya tidak ada dalam sistem emosi yang mulai mendominasi dan mulai menyembunyikan emosi tertentu yang dianggap cara terbaik untuk bertahan di lingkungan baru.

Ketika Riley tidak mampu menerima atau mengakui perasaan negatif yang ada dalam dirinya sendiri dan melemparkan emosinya kepada orang lain agar ia merasa lebih

aman secara psikologis Riley sedang menggunakan mekanisme pertahanan **Proyeksi**. Pada adegan ketika ia baru pertama kali datang ke ruang ganti ia bertemu *fire hawks* grub hocky yang sangat kuat dan keren, namun Riley mulai menganggap bahwa mereka tim yang sombong dan tidak ramah padahal sebenarnya itu merupakan pantulan ketidaknyamanan yang ada dalam diri Riley. Mengapa Riley menggunakan proyeksi karena Riley sedang membentuk identitas barunya sebagai remaja. Ia memiliki standar tinggi terhadap dirinya sendiri dan ingin tampil sempurna di mata orang lain. Ketika ia merasa tidak memenuhi standar ia belum siap menerima kenyataan maka perasaan seperti “aku tidak cukup baik” dialihkan menjadi “mereka tidak menyukaiku”. Ia juga sempat menangis ketika mendengarkan obrolan *fire hawks* yang mengatakan bahwa Riley sumber bencana karena di awal pertemuan mereka Riley asik mengobrol dengan Grecee dan Bree yang mengakibatkan semua tim hocky diminta memberikan ponselnya dan diminta pelatih untuk latihan fisik mengakibatkan ia tidak disukai banyak tim hocky. Kehadiran karakter *Anxiety* sebagai emosi baru menjadi penggerak utama dalam proses proyeksi ini. *Anxiety* mendorong Riley untuk berpikir lebih negatif dan waspada terhadap lingkungan sosialnya. Dalam proses ini, ketakutan internal justru dipantulkan keluar dan membuat Riley merasa bahwa ancaman itu berasal dari luar dirinya dalam kasus ini individu terutama remaja sering kali menggunakan proyeksi untuk mengatasi ambiguitas sosial, yaitu ketika ia tidak yakin bagaimana orang lain memandangnya, dan akhirnya mengisi kekosongan itu dengan persepsi negatif dari dalam dirinya sendiri. Meskipun mekanisme ini umum terjadi, terutama pada masa remaja, film ini juga menunjukkan bahwa proyeksi bisa menjadi penghalang bagi perkembangan emosional yang sehat, jika tidak disadari dan dikelola dengan baik.

Salah satu respons psikologis yang terlihat jelas adalah **Displacement**, yaitu mekanisme pertahanan ego di mana seseorang mengalihkan emosi negatif yang tidak bisa diekspresikan pada sumber aslinya ke sasaran yang lebih aman atau tidak berbahaya. Terlihat pada adegan Riley sebelum pergi ke *Summer camp* ia takut akan pandangan orang lain kepada dirinya, jadi ia mengandai-andai jika teman-teman dan lingkungan barunya tidak menyukainya dan membuatnya merasa frustrasi akan hal itu, karena tidak menemukan pelampiasan langsung Riley akhirnya meluapkan rasa frustrasinya kepada orang tuanya, seperti berbicara dengan nada tinggi dan menunjukkan sikap sinis yang tidak seperti biasanya ia lakukan. Menurut Freud, displacement terjadi karena dorongan id yang tidak bisa langsung dituruti, dan superego yang mengontrol ekspresi moral serta sosial seseorang. Dalam diri Riley: Id mendorongnya untuk melampiaskan amarah karena kecewa dan merasa tidak cukup baik. Namun, superego yang dibentuk oleh nilai-nilai sosial seperti “jangan bersikap kasar kepada pelatih atau teman” menahannya. Maka, ego sebagai penengah mencari jalan aman: mengalihkan kemarahan itu ke objek yang tidak berbahaya, yaitu orang tuanya.

Mekanisme pertahanan ego yang tampak adalah **Rasionalisasi**, yaitu usaha individu untuk membenarkan perilaku atau perasaan yang sebenarnya didorong oleh kecemasan, rasa takut, atau konflik batin, dengan alasan-alasan yang tampaknya logis dan dapat diterima secara sosial. Hal ini terjadi pada adegan ketika Riley merasa tersisih atau kurang mendapat perhatian, alih-alih mengakui rasa takut atau kecewanya, ia berkata kepada dirinya sendiri, “Aku tidak peduli. Mereka memang bukan tipe orang yang cocok untukku.” Padahal, sebenarnya itu adalah bentuk penyangkalan terhadap rasa cemas dan keinginan kuat untuk diterima, yang tidak berani ia akui secara langsung karena

mengancam harga dirinya. Saat ia membuat kesalahan dalam permainan atau berbicara canggung dengan teman, ia berkata bahwa itu “tidak penting” atau bahwa orang lainlah yang “terlalu sensitif”. Di sini, ia memutarbalikkan kenyataan agar bisa tetap merasa baik tentang dirinya. Mengapa Riley menggunakan rasionalisasi karena mengakui perasaan “takut ditolak” atau “kurang mampu” bisa membuatnya merasa lemah dan ini bertentangan dengan citra diri yang ia coba pertahankan. Maka, ego menciptakan narasi alternatif: bahwa teman-temannya tidak menarik, atau bahwa dia memang lebih baik sendirian. Ini adalah bentuk perlindungan diri dari luka emosional. Dalam teori Freud, rasionalisasi dibagi menjadi dua teknik utama, yang juga bisa dilihat dalam film: *Sour Grape Technique*: Menilai rendah sesuatu yang sebenarnya diinginkan karena gagal mendapatkannya. Contoh: Riley tidak berhasil dekat dengan tim *fire hawks*, lalu mengatakan bahwa mereka membosankan. *Sweet Orange Technique*: Menilai tinggi sesuatu yang dimiliki walaupun sebenarnya kurang memuaskan. Contoh: Riley gagal di permainan, tetapi berkata bahwa dia senang bisa belajar dari kesalahan, meskipun dalam hatinya merasa malu. Rasionalisasi adalah mekanisme yang tampak sederhana namun sangat kompleks, karena ia menyelubungi rasa takut dan kecewa dengan argumen yang seolah-olah sehat. Pada Riley, hal ini muncul sebagai usaha mempertahankan harga diri saat berhadapan dengan tekanan sosial dan krisis identitas.

Pembentukan reaksi adalah mekanisme pertahanan ego di mana individu mengatasi dorongan atau perasaan yang tidak dapat diterima dengan menunjukkan perilaku yang justru berlawanan secara ekstrem. Dalam konteks ini, ego menyensor perasaan atau dorongan yang tidak diinginkan dan menggantinya dengan sikap atau tindakan yang berkebalikan untuk menutupi kecemasan yang timbul dari perasaan tersebut. Riley menunjukkan perilaku seolah-olah ia sangat percaya diri, bahkan berani mengambil inisiatif dalam interaksi sosial, tampil menonjol di depan teman-temannya, dan berusaha menjadi pusat perhatian. Salah satu adegan yang menunjukkan ini adalah ketika *Anxiety* mengambil alih kendali pusat kendali emosi, dan menyuruh Riley untuk berpura-pura baik-baik saja, bertindak seolah dia sudah memahami dan mampu mengatasi situasi barunya. Riley juga menyembunyikan rasa tidak amannya dengan sikap sok dewasa, mencoba berbicara dengan gaya yang tidak biasa baginya, atau menyesuaikan diri dengan norma sosial kelompok baru meskipun bertentangan dengan nilai dirinya sendiri. Dalam situasi tersebut, Riley mengalami konflik batin antara dorongan alamiah id yang ingin mencari rasa aman dan diterima, dengan tuntutan norma sosial superego yang mengharapka ia terlihat kuat dan percaya diri. Ego Riley kemudian memunculkan pembentukan reaksi sebagai bentuk perlindungan, yakni dengan menunjukkan sifat yang sepenuhnya bertolak belakang dari perasaan sebenarnya. Pembentukan reaksi dalam diri Riley mencerminkan bagaimana seorang remaja dapat menyembunyikan ketidakstabilan emosional dengan membangun citra diri yang seolah-olah kuat. Namun pada kenyataannya, ini hanyalah bentuk pertahanan terhadap kecemasan yang tak disadari. Mekanisme ini menggambarkan betapa rumitnya proses penyesuaian psikologis remaja terhadap tekanan sosial dan perubahan diri yang cepat.

Riley tidak hanya mengalami tekanan emosional yang kompleks karena penambahan usia, tetapi juga mengalami kemunduran sementara dalam pola perilakunya sebagai respons terhadap tekanan psikologis hal ini terlihat dalam bentuk **Regresi**. Salah satu momen Regresi yang mencolok terjadi ketika Riley merasa tertekan oleh ekspektasi untuk diterima oleh teman-teman barunya di *summer camp hockey* dan tampil sempurna di

hadapan pelatih. Ketika Riley tidak dapat memenuhi harapan-harapan tersebut, alih-alih menyikapinya dengan cara yang dewasa dan proporsional, ia justru menunjukkan perilaku yang lebih impulsif dan kekanak-kanakan. Dalam dunia batin Riley, emosi-emosi lama seperti Joy dan Sadness yang mewakili kedewasaan emosional terkunci dan disingkirkan oleh emosi-emosi baru seperti *Anxiety* dan *Envy*. Ketika *Sadness* dan *Joy* mencoba kembali muncul untuk menyeimbangkan kondisi emosional Riley, pikiran bawah sadar Riley justru mencari kenyamanan pada kenangan-kenangan masa kecilnya, seperti momen bersama orang tua, bermain, atau ketika semua terasa lebih sederhana. Ini adalah bentuk regresi psikologis, di mana Riley secara tidak sadar berusaha kembali ke masa yang lebih aman secara emosional, sebagai cara untuk menghindari tekanan situasi saat ini. *Anxiety*, yang kini menguasai pusat kendali emosinya, tidak hanya menyingkirkan emosi-emosi lama, tetapi juga menciptakan tekanan untuk tumbuh terlalu cepat. Hal ini justru memperparah konflik batin dalam diri Riley, karena secara emosional ia belum siap melepaskan sepenuhnya sisi masa kecilnya. Regresi pun menjadi jalan sementara bagi ego Riley untuk bertahan di tengah konflik identitas dan tuntutan kedewasaan. Alasan Riley melakukan regresi adalah karena ia menghadapi krisis antara tuntutan sosial remaja dengan kebutuhan emosional masa kecil yang belum tuntas. Ia tidak lagi merasa bebas untuk mengekspresikan perasaan seperti dahulu, ketika semua respons emosional diterima tanpa penghakiman. Kini, di lingkungan sosial baru, ia merasa harus bersikap lebih dewasa, lebih rasional, dan lebih kuat. Namun, ketika tuntutan ini terasa berlebihan, alam bawah sadarnya membawa Riley kembali ke cara-cara lama yang lebih primal dan emosional seperti kemarahan spontan, pencarian perhatian, atau keinginan untuk dimengerti tanpa harus menjelaskan. Hal itu mengakibatkan Riley terkena *Anxiety* yang berlebihan karena berpikir terlalu banyak.

Identifikasi Emosi Baru dalam Tubuh Riley

Perilaku yang biasanya muncul seperti perubahan sikap, cenderung suka menyendiri, bosan, emosi memuncak, bahkan rasa kepercayaan diri yang rendah. Selain perubahan fisik, pubertas juga ditandai dengan perubahan psikologis (Nisaa, 2024). Perubahan emosi Riley digambarkan secara simbolik melalui hadirnya empat emosi baru yang bergabung dengan emosi lama dalam pusat kendali: *Anxiety* (Kecemasan), *Envy* (Iri Hati), *Embarrassment* (Malu), dan *Ennui* (Kebosanan). Setiap emosi ini memberikan kontribusi terhadap konflik dan perkembangan psikologis Riley, mencerminkan kompleksitas dunia remaja.

***Anxiety* (Kecemasan)**

Anxiety menjadi tokoh dominan di antara emosi-emosi baru. Ia memiliki karakter perfeksionis dan sangat waspada terhadap segala kemungkinan buruk yang bisa menimpa Riley. *Anxiety* tidak hanya muncul sesekali, tetapi secara bertahap mengambil alih pusat kendali emosi Riley, menggantikan peran *Joy* yang selama ini mendominasi. Berbeda dengan *Joy* yang berorientasi pada kebahagiaan dan spontanitas saat ini, *Anxiety* lebih fokus pada apa yang mungkin salah di masa depan, dan karenanya merasa perlu mempersiapkan Riley untuk segala kemungkinan buruk. Dampak pada Riley: *Anxiety* mendorong Riley untuk mengejar kesempurnaan, takut gagal, dan terus memikirkan kemungkinan-kemungkinan terburuk. Hal ini membuat Riley kehilangan spontanitas dan rasa percaya diri, karena ia selalu merasa “tidak cukup baik.” *Anxiety* bukan hanya hadir sebagai emosi tambahan, tapi secara bertahap mengambil alih kendali pusat emosi, menggantikan *Joy* sebagai pemimpin utama. Hal ini melambangkan pergeseran cara

berpikir Riley dari seorang anak yang penuh kebahagiaan menjadi remaja yang mulai dihantui ketakutan akan masa depan, penilaian sosial, dan ekspektasi. Transisi dari *Joy* ke *Anxiety* adalah simbol nyata perubahan masa pubertas, di mana kecemasan menjadi respons alami terhadap ketidakpastian hidup. Ketika *Anxiety* mengambil alih, ia secara literal “mengurung” emosi lama seperti *Joy*, *Sadness*, *Anger*, *Fear*, dan *Disgust* karena ia menganggap mereka sebagai penghalang perkembangan Riley. Ini memperlihatkan bagaimana kecemasan ekstrem bisa menyingkirkan perasaan lain yang seharusnya tetap memiliki tempat dalam keseimbangan emosi manusia. Akibatnya Riley menjadi tidak seimbang secara emosional dan semakin menciptakan krisis identitas. Pada umumnya remaja putri yang sering mengalami kecemasan akan cenderung mengantisipasi terjadinya cemas yang lebih hebat (Siregar, 2021). Pada anak perempuan, trauma dapat meningkatkan risiko dampak buruk dengan memicu pubertas lebih awal, yang terkait dengan kecemasan yang lebih tinggi (Stenson, Michopoulos, et al., 2021). Kehadirannya menggambarkan bagaimana kecemasan mulai muncul saat seseorang beranjak dewasa, dan bagaimana emosi ini bisa mengambil alih jika tidak diimbangi dengan kesadaran dan penerimaan diri. Film ini mengajarkan bahwa “mengkhawatirkan masa depan adalah manusiawi,” tapi tidak boleh sampai menenggelamkan suara emosi lain yang juga penting dalam kehidupan kita.

Envy (Iri Hati)

Envy adalah salah satu emosi baru yang muncul saat Riley mulai memasuki masa remaja. *Envy* digambarkan sebagai sosok kecil, dan selalu memperhatikan apa yang dimiliki orang lain baik itu prestasi, popularitas. Ia tidak berteriak atau mengambil alih secara dramatis seperti *Anxiety*, tapi bekerja secara halus dan berkelanjutan, mempengaruhi cara Riley menilai dirinya sendiri dalam hubungannya dengan orang lain. *Envy* bukan sekadar iri dalam artian negatif, tapi juga mencerminkan kerentanan dan rasa tidak aman yang sering dialami remaja ketika melihat orang lain "lebih baik" atau "lebih diterima". Karena *Envy*, Riley mencoba menyesuaikan diri secara berlebihan demi menjadi seperti orang yang ia kagumi. Ia mencoba mengecat rambutnya berwarna merah seperti tim yang ia idolakan yaitu *fire hawks* bahkan mulai menyembunyikan sisi dirinya yang sebenarnya agar bisa masuk dalam tim yang ia idolakan. Riley meniru gaya bicara dan sikap remaja-remaja yang dianggap populer dan keren. Ia mulai menjauh dari sahabat lamanya karena merasa mereka menghambat pencitraan dirinya di lingkungan baru. *Envy* juga menyebabkan Riley merasa bahwa dirinya tidak cukup baik, apalagi ketika ia gagal memenuhi standar yang ia anggap dimiliki oleh orang lain. Ini memperkuat dominasi *Anxiety*, dan menciptakan lingkaran setan: semakin Riley iri, semakin ia merasa harus menjadi sempurna dan semakin ia merasa gagal, semakin kuat rasa cemas dan rendah dirinya. *Envy* dalam *Inside Out 2* menggambarkan dengan sangat tepat salah satu konflik psikologis penting remaja: perbandingan sosial. Ia bukan sekadar rasa iri, tapi simbol dari krisis identitas dan pencarian validasi yang umum terjadi saat seseorang ingin merasa "cukup baik" di mata orang lain. Film ini menunjukkan bahwa *Envy* adalah bagian dari perkembangan normal, selama tidak dibiarkan mendominasi dan merusak kepercayaan diri.

Embarrassment (Malu)

Rasa malu (*shyness*) menurut (Carducci & Golant 2009) adalah adanya ketidaknyamanan dan hambatan perilaku yang terjadi jika terdapat kehadiran orang lain di dekatnya. Bentuk *shyness* dapat ditunjukkan dengan diam, perasaan malu, muka menjadi

merah, gagap, dan cemas. Orang yang memiliki rasa malu sangat menginginkan orang lain untuk memperhatikan dan menerima mereka, namun mereka tampaknya tidak memiliki kemampuan pikiran, perasaan, dan sikap yang mampu membantu mereka menghadapi interaksi sosial (Febriansyah, 2024). *Embarrassment* adalah salah satu emosi baru yang hadir ketika Riley memasuki masa pubertas. Ia digambarkan sebagai sosok yang pemalu, pendiam, dan sering bersembunyi. Tubuhnya besar dan berwarna merah muda pucat, namun perilakunya justru canggung dan tidak percaya diri. Meskipun jarang mengambil alih konsol, peran *Embarrassment* sangat kuat dalam momen-momen sosial yang membuat Riley merasa diawasi. *Embarrassment* merepresentasikan ketakutan remaja untuk dipermalukan, ditolak, atau terlihat “aneh” di mata orang lain emosi yang sangat umum di masa pubertas. Dalam adegan film Dimana Riley mulai merasa malu ketika harus berkenalan dengan lelaki tampan dari tim sebelah yang mengakibatkan ia kikuk tidak bisa bereaksi dengan banyak karena malu. Oleh sebab itu emosi ini seringkali membuat Riley menarik diri dan lebih berhati-hati dalam bertindak, bahkan sampai menahan ekspresi spontan yang sebelumnya ia tampilkan dengan bebas. Kecemasan sosial yang berkembang saat remaja. Perasaan malu bukan hanya soal insiden memalukan, tapi lebih dalam: rasa takut akan penolakan, perbedaan, dan sorotan dari orang lain. Ini adalah bagian dari perkembangan psikologis, dan film ini menggambarkannya secara halus tapi kuat bahwa Riley mulai menyadari keberadaan “penilaian sosial” dan belajar menavigasi rasa tidak nyamannya. Dan secara halus menunjukkan bahwa rasa malu bukan kelemahan, tetapi bagian penting dari tumbuh dewasa. Yang terpenting adalah menerima bahwa rasa malu itu wajar, dan tidak membiarkannya menghalangi ekspresi diri yang otentik.

Ennui (Kebosanan)

Ennui adalah istilah Perancis yang artinya rasa bosan yang dalam, disertai rasa hampa dan kehilangan minat terhadap hal-hal yang dulunya menyenangkan. Ini lebih dari sekadar bosan biasa *Ennui* adalah kebosanan eksistensial, perasaan jenuh karena hidup terasa datar, tidak bermakna, atau membingungkan. Dalam *Inside Out 2*, *Ennui* digambarkan sebagai tokoh yang pasif, lamban bicara, dan selalu bersandar sambil memainkan konsol untuk mengontrol emosi dari Riley. Suaranya monoton dan sikapnya selalu terlihat tidak tertarik pada apapun. *Ennui* menggambarkan fase psikologis di mana remaja mulai mempertanyakan makna dari aktivitas sehari-hari mereka mulai mencari hal yang “lebih”, tapi belum tahu apa. Meskipun terlihat negatif, *Ennui* adalah bagian penting dari perkembangan remaja, karena: Ia memberi ruang bagi individu untuk merenung, mempertanyakan nilai-nilai, dan mencari jati diri. *Ennui* mendorong remaja untuk meninggalkan masa kanak-kanak dan mengeksplorasi dunia baru, meskipun prosesnya membuat mereka merasa “tersesat” sejenak. Merasa bosan adalah tanda bahwa seseorang siap untuk tumbuh dan mencari hal baru yang lebih bermakna. *Ennui* dalam *Inside Out 2* merepresentasikan rasa jenuh dan kekosongan emosional yang sering dirasakan remaja saat mereka berada di persimpangan antara masa kecil dan dewasa. Riley merasakan bahwa dunia lama tidak lagi cukup, tetapi dunia baru belum sepenuhnya terbentuk. Di tengah transisi ini, muncul rasa bosan, datar, bahkan hampa.

Tabel 1. Interaksi Emosi Lama dan Emosi Baru dalam diri Riley

Emosi Lama	Fungsi	Emosi Baru	Fungsi
------------	--------	------------	--------

<i>Joy</i>	Kebahagiaan, kepolosan	<i>Anxiety</i>	Kewaspadaan, perfeksionisme
<i>Sadness</i>	Kesedihan, empati	<i>Embarrassment</i>	Rasa malu, sensitivitas sosial
<i>Anger</i>	Reaksi cepat terhadap rasa frustrasi	<i>Envy</i>	Pembandingan sosial
<i>Fear</i>	Perlindungan secara spontan	<i>Ennui</i>	Kejenuhan eksistensial
<i>Disgust</i>	Perlindungan diri dari rasa jijik	-	-

Joy vs Anxiety

Joy percaya bahwa kebahagiaan merupakan kunci dalam menghadapi kehidupan. Ditunjukkan pada *Inside Out (2015)* ia yang paling mendominasi di pusat kendali. *Anxiety* muncul membawa semangat “persiapan dan kewaspadaan yang ekstrim” untuk masa depan Riley dalam menghadapi masa remaja. Ia menganggap kebahagiaan bukan lagi prioritas utama, melainkan kesuksesan dimasa depan adalah yang utama. Hal ini dapat dilihat pada adegan dimana *Anxiety* menggeser *Joy* dari pusat kendali karena merasa cara *Joy* terlalu “kekanak-kanakan”. *Joy* merasa bingung dan kehilangan peran, karena Riley yang dulu bisa tertawa dan bahagia kini selalu tegang dan cemas. Perubahan ini menggambarkan pergeseran dari pemikiran sederhana ke pemikiran kompleks remaja: hidup bukan cuma soal senang, tapi juga tentang bertahan dan diterima.

Fear vs Anxiety

Fear sebelumnya berfungsi menghindarkan Riley dari bahaya fisik atau sosial secara spontan. Tapi *Anxiety* datang dengan rasa takut yang lebih luas dan abstrak bukan hanya bahaya sekarang, tapi juga masa depan. Dalam adegan film *Fear* jadi tidak punya ruang bicara, padahal ketakutan sesaat juga penting. Riley menjadi overthinking takut yang dulu singkat kini menjadi kekhawatiran terus-menerus. Menunjukkan perbedaan antara ketakutan anak-anak (spontan) dan kecemasan remaja (berkepanjangan dan melelahkan).

Sadness vs Anxiety & Embarrassment

Sadness mengajarkan bahwa menangis dan merasakan duka adalah bagian dari proses sehat. Namun *Anxiety* dan *Embarrassment* melihat kesedihan sebagai kelemahan yang bisa mempermalukan Riley di depan orang lain. *Sadness* beberapa kali ditekan oleh *Anxiety*, yang menganggap menangis membuat Riley terlihat lemah. *Embarrassment* juga ikut menahan *Sadness*, karena Riley takut menunjukkan sisi rentan di depan teman baru. Riley sedang belajar bahwa di usia remaja, menunjukkan perasaan bukan hal yang mudah karena ada ketakutan dihakimi atau tidak diterima.

Anger vs Anxiety & Envy

Anger muncul karena frustrasi. Saat Riley merasa tidak cukup baik atau tidak dipahami, ia menjadi cepat marah. *Anxiety* dan *Envy* sering menjadi pemicu kemarahan, karena mereka terus menuntut Riley jadi versi “sempurna” dan membandingkan diri dengan orang lain. Ketika *Anxiety* terlalu dominan, *Anger* ikut terbakar karena Riley merasa “tidak mampu memenuhi ekspektasi.” *Envy* menambah tekanan dengan membuat Riley merasa selalu kalah dari orang lain ini menyalakan kemarahan dari dalam. *Anger* menjadi letupan atas tekanan dari emosi lain yang ditekan terlalu lama. Ini

menggambarkan bagaimana remaja sering meledak bukan karena satu hal, tapi karena akumulasi perasaan lain yang tidak tersalurkan.

Disgust vs Embarrassment & Ennui

Disgust dulu menjaga Riley dari hal-hal yang menjijikkan atau sosial memalukan. Tapi kini muncul *Embarrassment*, yang jauh lebih personal rasa malu yang intens di dalam diri. *Ennui* juga membuat Riley malas bereaksi dan terlihat tidak peduli terhadap sesuatu yang *Disgust* anggap penting. *Embarrassment* memperbesar perasaan “semua orang melihatku” hal ini membuat *Disgust* bekerja lebih keras untuk menjaga citra Riley. *Ennui* membuat *Disgust* frustrasi, karena Riley menjadi terlalu datar, tidak mau repot menjaga diri secara sosial. Di masa remaja, tekanan sosial meningkat tajam. Perasaan “dinilai orang” membuat Riley berperang antara ingin tampil sempurna dan merasa semua sia-sia.

SIMPULAN

Dalam film *Inside Out 2*, perkembangan psikologis Riley selama masa pubertas digambarkan melalui dinamika emosi yang kompleks, termasuk munculnya emosi baru seperti Anxiety, Embarrassment, Envy, dan Ennui yang menandai pergeseran besar dalam struktur kepribadiannya. Dengan pendekatan psikoanalisis Freud, terlihat bahwa ketidakseimbangan antara Id, Ego, dan Superego menciptakan konflik batin dalam diri Riley, terutama ketika emosi baru mencoba mengambil alih pusat kendali. Selain itu, perubahan-perubahan yang terjadi pada “pusat kendali” Riley menunjukkan bagaimana remaja mengalami restrukturisasi identitas sebagai respons terhadap tekanan lingkungan dan harapan sosial. Ketika Anxiety mendominasi, hal ini mencerminkan mekanisme pertahanan psikologis yang muncul untuk menghadapi ketidakpastian dan rasa takut akan penolakan sosial. Di Akhir film ini memperlihatkan pentingnya integrasi seluruh emosi baik lama maupun baru sebagai bentuk pendewasaan emosional. Riley mulai memahami bahwa tidak ada emosi yang harus disingkirkan, melainkan semuanya memiliki fungsi adaptif yang mendukung keseimbangan psikologis. Ini menjadi simbolisasi dari proses individuasi dan pembentukan identitas yang sehat pada masa remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A. (2012). *Sastra lisan dan psikologi*. Unesapress.
- Ahmadi, A. (2015). *Psikologi sastra*. Unesa University Press.
- Ahmadi, A. (2014). *Memahami Psikologi Manusia Indonesia Dalam Sastra Melalui Psikoanalisis Erich Fromm*. Semarang: UNY
- Ahmadi, A. (2019). *Metode penelitian sastra: Perspektif monodisipliner dan interdisipliner*. Giraniti.
- Ahmadi, A. (2021a). Abnormalitas tokoh dalam kumpulan cerpen *Dukun Carok dan Tongkat Kayu* karya A. Warits Rovi: Kajian psikologi kepribadian Gordon W. Allport. *Bapala*, 8(6).
- Ahmadi, A. (2021b). Eksklusi perempuan, sastra, dan psikologi gender: Studi pada cerpen karya Budi Darma tahun 2016—2020 [Female exclusion, literature, and gender

- psychology: Study on Budi Darma's short stories 2016—2020]. *TOTOBUANG*, 9(1). <https://doi.org/10.26499/ttbng.v9i1.290>
- Aspers, P., & Corte, U. (2019). What is qualitative in qualitative research. *Qualitative Sociology*, 42(2), 139–160. <https://doi.org/10.1007/s11133-019-9413-7>
- Elizabeth. (2017). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga.
- Febriansyah, R., Natasya, D., Rofi'uddin, M., Sabrina, A., & Shaputra, M. F. (2024). Temperamental sebagai bentuk rasa malu pada remaja. *Journal of Communication and Social Sciences*, 2(1), 10–18. <https://doi.org/10.61994/jcss.v2i1.336>
- Giriani, N., Ahmad, M. R., & Rohmansyah, A. (2017). Kepribadian tokoh utama dalam naskah monolog *Balada Sumirah*. Universitas Negeri Semarang.
- Guarneri, A. M., & Kamboj, M. K. (2019). Physiology of pubertal development in females. *Pediatric Medicine*, 2, 1DUMMT. <https://doi.org/10.21037/pm.2019.07.03>
- Hapsari, A. (2019). *Buku ajar kesehatan*. Wineka Media.
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Edisi ke-5). Erlangga.
- Jatmika, S. (2009). *Urip Ming Mampir Ngguyu: Telaah sosiologis folklor Jogja*. Kanisius.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). *Mengenal kecemasan dan dukungan sosial pada remaja pubertas*.
- Konain, R. (2025). Psychoanalytic approach of Sigmund Freud concept of id, ego and superego leading towards the path of self discovery in the lense of a short story *The Secret Sharer* by Joseph Conrad—A review. *Journal of Applied Linguistics and TESOL (JALT)*, 8(1), 1470–1474.
- Koeswara, E. (2001). *Teori-teori kepribadian*. PT Eresco.
- Kuntojo. (2015). *Psikologi perkembangan*. Diction.
- Kusmiran, E. (2011). *Kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. Salemba Medika.
- Lestari, S., Waluyo, H. J., & Wardani, N. E. (2019). Humanistic psychology study of Abraham Maslow on the main character in *Tiba Sebelum Berangkat* novel by Faisal Oddang. *Budapest International Research and Critics Institute (BIRCI-Journal): Humanities and Social Sciences*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.33258/birci.v2i1.155>
- Musaad, R. B., Samasurijal, Rasyid, N., Musayyedah, & Ratnawati. (2021). The inner conflict of the main character in *Athirah* novel by Alberthiene Endah: Overview of literary psychology. In *Proceedings of the 1st International Conference on Social Sciences (ICSS 2018)* (Vol. 623, pp. 71–76). Atlantis Press.
- Mutia, W. O. N. (2022). Tingkat pengetahuan terhadap perubahan fisik pubertas remaja putri. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), 18–23.
- Nisaa, A. K., Prayogo, M. S., Azizah, N., & Amelia, N. R. (2024). Pengembangan media pembelajaran papan kartu materi masa pubertas mata pelajaran IPA kelas VIA Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Songgon-Banyuwangi. *Jurnal Lingkar Pembelajaran Inovatif*, 5(10).
- Oktaviantina, A. D. (2019). Analisis psikologi remaja dalam antologi karya sastra *Suara-suara Bangku Sekolah*. *LOA: Jurnal Ketatabahasaan dan Kesusastraan*, 14(2). <https://doi.org/10.26499/loa.v14i2.1818>
- Purwanto, K. K. (2020). Tahap-tahap perkembangan manusia (perkembangan masa remaja). <http://repository.billfath.ac.id>
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25–32. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Sharma, S. (2024). Sigmund Freud's psychoanalytical theory of personality. *Regional Editor Board—International & National*.
- Siregar, S. A. (2021). Hubungan pengetahuan remaja putri dengan kecemasan pada saat menarche di SMP Ar-Rahman tahun 2021. *Evidance Bassed Journal*, 49–54.

- Stenson, A. F., Michopoulos, V., Stevens, J. S., Powers, A., & Jovanovic, T. (2021). Sex-specific associations between trauma exposure, pubertal timing, and anxiety in Black children. *Frontiers in Human Neuroscience*, 15. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2021.636199>
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabet.
- Thahir, A. (2018). *Psikologi perkembangan*. www.aura-publishing.com. <http://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/11010>