

**PERILAKU CEMAS TOKOH ELSA DALAM FILM ANIMASI *FROZEN* PRODUKSI  
WALT DISNEY ANIMATION STUDIOS (KAJIAN PSIKOLOGI SASTRA)**

**Azza Ifana**

Program Studi Sastra Indonesia Fakultas Ilmu Budaya  
Universitas Diponegoro, Semarang  
surel: [azzaifana@alumni.undip.ac.id](mailto:azzaifana@alumni.undip.ac.id)

**INTISARI**

Objek kajian sastra dalam penelitian ini adalah film animasi *Frozen* yang diproduksi oleh Walt Disney Animation Studios tahun 2013. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku cemas yang muncul pada tokoh Elsa. Terdapat tiga fokus utama kajian mengenai perilaku cemas yang bisa dilihat dari ciri behavioral kecemasan, yakni perilaku menghindar, perilaku dependen, dan perilaku terguncang. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan psikologi sastra untuk mengkaji masalah-masalah dalam karya sastra dari sudut pandang psikologi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam film animasi *Frozen*, perilaku cemas pada tokoh Elsa digambarkan dengan ketiga perilaku tersebut (perilaku menghindar, perilaku dependen, dan perilaku terguncang) dengan banyak adegan. Adapun perilaku cemas yang dominan merujuk pada tokoh Elsa berkaitan dengan kekuatan yang dimiliki Elsa dan cemas akan lingkungan sosial.

Kata kunci: *Frozen*, kecemasan, perilaku menghindar, perilaku dependen, perilaku terguncang

**ABSTRACT**

*The object of literary studies in this research is animated movie Frozen produced by Walt Disney Animation Studios in 2013. The purpose of this research is to find out anxious behavior of Elsa's character. There are three main focus of the study about anxious behavior that can be observed by anxiety behavior characteristic, namely avoidance behavior, dependent behavior, and shaken behavior. The approach study used literary psychology approach to study about literature problems with psychological view point. The research shows that animated movie Frozen, anxiety behavior on Elsa's character is described by three characteristics of anxiety behavioral aspect (avoidance behavior, dependent behavior, and shaken behavior) with many scenes. As for the dominated anxious behavior refer to Elsa's character which is related with Elsa's superpower strengths and anxiety about social environment.*

*Key words: Frozen, anxiety, avoidance behavior, dependent behavior, and shaken behavior*

## PENDAHULUAN

Karya sastra sebagai sebuah karangan fiktif imajinatif seseorang (pengarang) biasanya memunculkan beberapa aspek sebagai wujud dari nilai yang diangkat dalam sebuah karya fiksi. Aspek tersebut bisa berasal dari estetika, sosial, moral, feminisme, maupun aspek-aspek yang lainnya. Kaitannya dengan aspek psikologi, karya sastra yang didalamnya memuat unsur-unsur naratif seperti utamanya tokoh akan bersinggungan dengan karakter atau yang bisa disebut dengan penokohan. Ilmu bantu yang berguna untuk mengkaji karakteristik pada tokoh dalam karya sastra adalah psikologi sastra.

Definisi dari psikologi sastra sebagai ilmu bantu untuk menganalisis karakteristik tokoh tertuang dalam studi yang dilakukan oleh McIntire (2014), Goldie (2005), William (1975), Jennifer (2012), Rachel & Michelle (2004), dan Lyle (2009). Dari beberapa studi yang telah dilakukan itu, Anas Ahmadi dalam bukunya *Psikologi Sastra* menyimpulkan bahwa adanya fakta yang menunjukkan jika ilmu psikologi bisa digunakan dalam studi sastra. Ilmu psikologi sebagai ilmu yang mempelajari tentang karakter manusia bisa digunakan secara komprehensif untuk memahami tokoh yang terdapat dalam karya sastra (2015:3).

Pengertian psikologi sastra yang disimpulkan oleh Ahmadi sejalan dengan pernyataan Minderop (2010:54) yang mengaggap bahwa psikologi sastra merupakan telaah karya sastra yang diyakini mencerminkan proses dan aktivitas kejiwaan.

Dalam perkembangannya, sastra tidak lagi hanya dimaknai sebagai sebuah karya fiksi yang tercetak atau tertulis saja seperti cerpen dan novel, namun juga dapat dimunculkan dalam bentuk audio visual seperti film. Kelebihan dari karya sastra bentuk film dalam interpretasi karakter tokoh tercermin pada ekspresi, lakuan, cara berpikir dan merasakan, hingga pencahayaan yang membantu penonton memahami situasi dalam film. Aspek-aspek tersebut pada karya sastra yang berbentuk nonvisual hanya digambarkan dalam bentuk tulisan dan pembaca akan mengimajinasikannya sehingga kadang kala muncul perbedaan pemahaman pembaca dan pengarang. Sementara pada film akan meminimalisir munculnya perbedaan itu karena penonton film tidak perlu mengimajinasikan dalam pikiran.

Berbicara mengenai sisi psikologi, ada banyak hal terkait dengan masalah kejiwaan yang tidak dapat terlepas dari karakter individu. Salah satu masalah itu

adalah kecemasan. Nevid menjelaskan pengertian kecemasan sebagai berikut: “kecemasan atau anxietas merupakan suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan serea terjadi,” (2005:163). Setiap individu pasti pernah merasakan cemas, seperti cemas akan kesehatan, relasi sosial, ujian, karier, masa depan, bahkan cemas ketika hendak berbicara di depan umum. Pada dasarnya, cemas merupakan perasaan yang wajar saja terjadi. Hanya saja jika rasa cemas itu terjadi secara terus-menerus dan mengganggu produktivitas kerja, perlu mewaspadai akan kemungkinan adanya gangguan kecemasan.

Sementara itu, gangguan kecemasan seperti yang dijelaskan dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth Edition* (DSM-5) sebagaimana berikut: “*anxiety disorders include disorders that share features of excessive fear and anxiety and related behavioral disturbances. Fear is the emotional response to real or perceived imminent threat, where as anxiety is anticipation of future threat,*” (APA, 2013:189). Disinyalir dari *World Health Organization* (WHO), gangguan kecemasan merupakan permasalahan mental yang paling banyak terjadi baik dialami oleh usia remaja hingga tua. “*The proportion of the*

*global population with anxiety disorders in 2015 is estimated to be 3.6% as with depression, anxiety disorders are more common among females than males (4.6% compared to 2.6% at the global level).*” (WHO, 2017).

Perilaku kecemasan dapat dikaitkan dengan salah satu dari ketiga ciri kecemasan yang dikelompokkan oleh Nevid. Nevid (2005:64) membagi ciri kecemasan dalam tiga bentuk, yakni ciri fisik, ciri behavioral, dan ciri kognitif. Ciri fisik merujuk pada respon yang ditunjukkan oleh penderita gangguan kecemasan yang dapat dilihat dari perilaku yang tampak secara fisik misalnya dari raut wajah maupun gerakan anggota badan. Ciri behavioral merujuk pada perilaku yang dilakukan oleh penderita gangguan kecemasan ketika berhadapan pada situasi tertentu. Sementara itu ciri kognitif merupakan respon dan cara berpikir yang dialami oleh penderita gangguan kecemasan.

Dari ketiga ciri yang telah disebutkan itu, ciri behavioral merupakan ciri yang secara khusus membahas mengenai perilaku yang ditunjukkan pada orang-orang yang mengalami kecemasan. Ciri behavioral itu meliputi: perilaku menghindar (ditandai dengan perasaan yang kuat untuk menarik diri dari lingkungan sosial); perilaku melekat

dan dependen (kondisi di mana seseorang merasa tidak dapat hidup sendirian dan selalu merasa bergantung dengan orang lain); dan perilaku terguncang (merujuk pada sikap waspada yang berlebihan terhadap sesuatu yang dianggap mengancam).

Tokoh dalam film yang banyak memunculkan reaksi cemas adalah tokoh Elsa, salah satu tokoh utama dalam film animasi *Frozen*. Film yang rilis pada tanggal 29 November di tahun 2013 ini merupakan produksi dari Walt Disney Animation Studios milik Walt Disney. Film ini memiliki dua tokoh utama, yakni Elsa dan Anna yang merupakan sepasang kakak-beradik. Rasa cemas yang berlebihan yang tokoh Elsa alami bermula dari adanya insiden yang membuat Anna terluka. Elsa yang diberi anugerah berupa kekuatan untuk dapat membekukan dan mencairkan es, tanpa sengaja melukai Anna saat bermain bersama. Semenjak kejadian itu, Elsa diminta oleh ayahnya (Raja Edgar) untuk menyembunyikan kekuatannya dan membatasi diri berinteraksi dengan orang lain.

Penelitian yang mengangkat topik film animasi *Frozen* pernah dilakukan sebelumnya oleh Ira Miranti dan Nurul Frijuniarsi (2014). Penelitiannya yang

berjudul “Evaluasi Nilai-Nilai Pendidikan Karakter dalam Film *Frozen* Produksi Walt Disney” menghasilkan kajian adanya nilai-nilai baik seperti rasa tanggung jawab, kreatif, kerja keras, peduli sosial, dan lain-lain yang sesuai dengan pembangunan karakter anak-anak emphasized dalam kurikulum pendidikan.

Penelitian lain yang berkaitan dengan karakter tokoh Elsa juga dilakukan oleh Arvia Syabira Datau dan Wegig Murwonugroho (2020). Penelitiannya berjudul “Analisis Desain Karakter Elsa dalam Film *Frozen*.” Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat munculnya ilustrasi bentuk dan warna yang berbeda pada tokoh antagonis dan protagonis. Karakter antagonis diilustrasikan dengan bentuk-bentuk yang kaku, serta warna gelap dan dingin. Adapun karakter protagonis diilustrasikan dengan bentuk yang cenderung bulat, dengan warna cerah dan hangat.

Penelitian ini berfokus pada tiga masalah utama yang berkaitan dengan perilaku kecemasan dengan melihat aspek ciri behavioral kecemasan, yakni perilaku menghindar, perilaku dependen, dan perilaku terguncang. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk-bentuk

perilaku cemas yang dirasakan pada tokoh Elsa dalam film animasi *Frozen*. Penelitian ini menggunakan pendekatan psikologi sastra untuk mengkaji masalah kejiwaan pada tokoh Elsa yang mana merupakan tokoh fiksi dalam karya sastra. Aspek kejiwaan yang dimaksud adalah perilaku kecemasan yang tercermin dari ketiga ciri behavioral kecemasan. Karena bahan dan data didapatkan dari sumber tertulis, penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan. Sumber-sumber data dikumpulkan melalui teknik menonton, pencatatan, dan *screencapture* pada adegan-adegan yang berkaitan dengan masalah kecemasan pada tokoh Elsa.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Perilaku Menghindar pada tokoh Elsa**

Perilaku menghindar ditandai dengan perasaan yang kuat untuk menarik diri dari lingkungan sosial misalnya bertemu dengan orang lain. Selain itu, perilaku ini juga melibatkan perasaan sensitif dari ketidakmampuannya menerima kritik maupun penolakan. Perilaku ini ditunjukkan dengan adanya perasaan malu maupun canggung ketika harus berhadapan maupun berbicara dengan orang lain.

Dalam kasus penelitian ini, Elsa terlihat selalu menarik diri dari lingkungan sosialnya. Hal ini disebabkan karena arahan dari kedua orang tua yang harus dipenuhi yakni membatasinya untuk berinteraksi dengan orang lain. Cara Raja Edgar memperlakukan dan mengajari Elsa sedari kecil menyebabkan Elsa tumbuh jauh dari lingkungan sosial. Elsa sangat jarang berinteraksi dengan orang lain karena Elsa berpikir bahwa dekatnya dia dengan lingkungan sosial akan membahayakan orang tersebut. Dari penjelasan singkat ini sebenarnya dapat ditarik garis kesimpulan bahwa Elsa terbiasa untuk menarik diri dan berperilaku menghindar dari lingkungan sosialnya bahkan kepada adiknya yang bernama Anna. Adapun penjelasan lebih rinci terhadap perilaku menghindar dari Elsa yang ditunjukkan dengan berbagai adegan.

Adegan yang pertama yang menunjukkan Elsa berperilaku menghindar terjadi saat Elsa dan Anna masih berusia anak-anak. Adegan ini menunjukkan keesokan hari dan/atau beberapa hari setelah peristiwa Elsa yang tidak sengaja mencederai Anna. Terlihat Anna bermaksud untuk menemui Elsa karena kesepian sendirian di dalam kamar. Anna pun berlari untuk menemui Elsa, namun Elsa memilih untuk masuk ke dalam kamarnya dan

menutup pintu (lihat pada gambar 1). Tidak ada percakapan antara Elsa dan Anna dalam adegan ini, namun terdapat narator dari tokoh Raja Edgar yang berkata “...dan merahasiakan kekuatannya dari semua orang, termasuk Anna.”



(time code, 00:07:39 – 00:07:48)

Gambar 1 Elsa berperilaku menghindar dari Anna

Tidak hanya satu kali, adegan yang menunjukkan perilaku Elsa menghindar dari Anna terlihat beberapa menit setelahnya. Pada adegan yang kedua ini, Anna bermaksud untuk mengajak Elsa membuat boneka salju karena Arendelle sedang masuk pada musim salju. Anna pun mengetuk pintu kamar Elsa, namun Elsa tidak keluar dari kamarnya. Elsa hanya menyahutnya dari dalam kamar dengan kalimat: “*pergilah, Anna.*” Dari hal tersebut, jelas bahwa sebenarnya Elsa bukan tidak mau untuk bermain, tetapi dia sedang menghindar dari Anna (lihat pada gambar 2).



(time code, 00:07:51 – 00:08:31)

Gambar 2 Elsa berperilaku menghindar dari Anna

Anna : “Yuk buat boneka salju... mainlah denganku. Kutakpernah melihatmu, keluarlah, berhenti menghilang. Dulu kita bersama, kini beda. Jelaskanlah mengapa? Yuk buat boneka salju.. atau main yang lain...”

Elsa : “Pergilah Anna.”

Anna : “Baiklah...”

Perilaku Elsa yang terus menghindar dari Anna berlangsung hingga mereka beranjak dewasa. Terdapat adegan yang menunjukkan Elsa tetap menghindar dari Anna meski mereka sama-sama telah dewasa. Adegan itu banyak diperlihatkan pada saat Anna menyusul Elsa di Gunung Utara. Alih-alih menyambut kedatangan adiknya, Elsa justru mengusir Anna dan memintanya untuk kembali ke Arendelle (lihat pada gambar 3). Beberapa kali Elsa menunjukkan sikapnya yang menjaga jarak dari Anna.



(time code, 00:52:15 – 00:27:52)

Gambar 3 Elsa berperilaku menghindar dari Anna dan rakyat Arendelle

Anna : “Maafkan aku atas apa yang terjadi. Seandainya aku tidak...”

Elsa : “Tidak. Ee... itu... tidak masalah. Kau.. kau tidak perlu minta maaf. Tapi mungkin kau harus pergi. Tolonglah...”

Anna : “Tapi aku baru sampai.”

Elsa : “Tempatmu adalah di Arendelle.”

Anna : “Begitu juga kau.”

Elsa : “Tidak, Anna. Tempatku di sini, sendirian. Tempat aku jadi diriku sendiri, tanpa melukai siapapun.”

Adegan yang ditunjukkan pada gambar 3 memperlihatkan Elsa yang tengah menegaskan bahwa dirinya tidak bisa hidup berdampingan dengan orang lain apalagi dengan kekuatannya yang tidak dapat dia kontrol selamanya. Perkataan Elsa tersebut menunjukkan arti bahwa Anna harus pergi dari tempat itu supaya tidak celaka. Perilaku menghindar tersebut semakin diperjelas dengan adanya adegan yang menunjukkan Elsa membelakangi Anna dan berjalan menjauh dengan bahasa tubuh dari tangannya menahan agar Anna tidak ikut menyusul (lihat pada gambar 4).



(time code, 00: 53:15 – 00:53:20)

Gambar 4 Elsa menghindar dari Anna dengan isyarat tangan

Elsa : “Tidak, tidak bisa. Selamat tinggal, Anna.”

Anna : “Elsa, tunggu!”

Elsa : “Tidak, aku hanya mencoba untuk melindungimu!”

Tidak sampai di situ, perilaku menghindar Elsa juga ditujukan dengan adegan di mana Anna terus mengejar Elsa hingga naik ke lantai atas istana es. Saat itu Elsa lagi-lagi memerintahkan agar Anna pulang ke Arendelle dan menjauh dari dirinya (lihat pada gambar 5).



(time code, 00:53:54 – 00:54:18)

Gambar 5 Elsa menghindar dari Anna bermaksud untuk melindungi

Elsa : “Anna, pulang saja. Hidup menunggu, nikmati mentari dan buka gerbangnya.”

Anna : “Ya, tapi?”

Elsa : “Aku tahu. Tinggalkan kusendiri. Kusendiri tapi aku bebas. Menjauhlah maka kau kan aman.”

Pada gambar 3, 4, dan 5 sebenarnya tidak hanya merujuk pada perilaku menghindar tokoh Elsa kepada Anna, tetapi juga kepada seluruh rakyat Arendelle. Adegan yang berada di lokasi istana es merupakan adegan pelarian Elsa dari rakyat Arendelle setelah dirinya membongkar rahasianya. Masyarakat Arendelle bahkan juga tamu kerajaan lain yang hadir di ruang dansa melihat kekuatan Elsa sesaat setelah Elsa bertengkar dengan Anna terkait masalah restu pernikahan. Melihat respon orang yang ketakutan, bayi yang menangis, dan Adipati Weselton yang tergelincir jatuh akibat kekuatan Elsa, membuat Elsa melarikan diri. Elsa merasa bahwa dirinya adalah orang yang dapat membahayakan dan mencelakai siapapun yang berada di dekatnya. Dari hal ini pulalah, ungkapan Elsa pada gambar 3 mengatakan bahwa tempatnya adalah di sini (istana es), dan sendirian karena Elsa tidak ingin melukai orang lain. Pelariannya itu bisa dikatakan sebagai perilaku kecemasannya yang ditunjukkan dengan menghindar.

Perilaku menghindar yang dilakukan oleh Elsa tidak hanya ditujukan pada Anna, namun juga kepada orang lain kecuali kedua orang tuanya. Dalam film animasi *Frozen*, terdapat beberapa adegan yang menunjukkan Elsa menghindari kontak

dengan orang lain seperti adegan di mana Adipati Weselton yang menawari Elsa untuk berdansa dengannya. Dalam peristiwa tersebut, Elsa menolak untuk berdansa dengan Adipati Weselton, namun sebaliknya, Elsa menunjuk Anna untuk menjadi pasangan dansa Adipati Weselton (lihat pada gambar 6).



(time code, 00:20:10 – 00:20:37)

Gambar 6 Perilaku menghindar Elsa dari Adipati Weselton

Kai Mulia, Adipati dari Weaseltown..”	:	“Yang
Adipati Weselton	:	“Weselton! Adipati dari Weselton, Yang Mulia. Dan sebagai rekan dagang terdekatmu, sepertinya aku bisa mengajakmu berdansa untuk pertama kalinya sebagai ratu. Satu, dua, tiga, lompat! Ya!”
Elsa	:	“Ehem, e e terima kasih. Aku tidak bisa dansa, tapi adikku bisa.”



Sebenarnya dalam adegan pada gambar 6, Elsa tidak menunjukkan wajah yang tertekan, panik, ataupun cemas. Sebaliknya, Elsa justru menunjukkan mimik wajah yang tersenyum dan bahagia. Namun, apa yang dilontarkan oleh Elsa sebagai alasan bahwa dia tidak bisa berdansa seakan bukan menjadi alasan utama mengapa ia menolak permintaan dari rekan dagang Kerajaan Arendelle. Elsa menawarkan pada Adipati Weselton untuk berdansa dengan adiknya, Anna dengan alasan Anna lebih pandai berdansa. Padahal, semenjak adanya tragedi yang mencelakai Anna, Raja Edgar menyuruh untuk membatasi keluarganya bahkan menutup gerbang yang mana berarti mereka tidak pernah tahu dunia luar dan belum pernah mengadakan pesta sebelumnya. Anna juga mengatakan di awal film bahwa dirinya sangat menunggununggu waktu di mana dirinya bisa berbicara dengan orang lain dan bertemu dengan seorang pangeran. Artinya Anna juga sebenarnya tidak pandai berdansa, sama halnya dengan Elsa karena Anna belum pernah berinteraksi dengan orang lain selain anggota Kerajaan Arendelle.

Terlebih-lebih, sebelum Adipati Weselton menawarkan diri untuk berdansa dengan Elsa, terdapat adegan Elsa dan Anna yang sedang bergairah dengan pesta mereka.

Dari adegan itu pula, Elsa menanyakan perihal pesta, "*Jadi seperti inikah pesta itu?*" dan Anna pun membalas dengan mengatakan "*Lebih hangat dari yang aku kira.*" Dari pembicaraan Elsa dan Anna, dapat disimpulkan bahwa ini adalah kali pertama bagi mereka melihat dan menghadiri pesta dansa. Maka sangatlah aneh apabila Elsa menyarankan Adipati Weselton untuk berdansa dengan Anna dengan alasan Anna pandai berdansa padahal mereka berdua sama-sama tahu bahwa melihat pesta dansa pada saat itu adalah hal yang pertama bagi mereka. Dari sini, peneliti menyimpulkan bahwa "alasan tidak bisa berdansa" dari Elsa bukanlah alasan yang utama atas penolakan dansa dari Adipati Weselton. Memang benar, Elsa tidak bisa berdansa, namun belum tentu benar jika Anna pandai berdansa.

Lebih lanjut, peneliti menyimpulkan alasan utama penolakan ajakan dansa dari Elsa lebih kepada rasa cemasnya. Kesimpulan tersebut bukanlah tak berdasar. Alasan yang pertama, sedari kecil Elsa jarang berinteraksi dengan orang lain. Elsa juga didoktrin bahwa kekuatannya bisa membahayakan orang lain sewaktu-waktu sehingga ketika Elsa dihadapkan dengan situasi di mana dia dikelilingi oleh banyak orang, Elsa akan mengalami rasa cemas itu.

Alasan yang kedua adalah Elsa saat itu menjadi Ratu di hari pertamanya. Status tersebut tidak bisa dikesampingkan karena bagaimanapun juga, seorang ratu akan menjadi sorotan bagi orang lain. Sebagai orang yang menjadi pusat perhatian, Elsa mengerti bahwa dirinya harus seminimal mungkin tidak melakukan seculil apapun kesalahan. Karena Elsa menyadari dirinya tidak bisa berdansa, Elsa tidak ingin mengambil risiko. Hal ini bisa menjadi alasan lain mengapa Elsa menolak ketika diajak berdansa, yakni tidak ingin membuat kesalahan.

Tidak hanya dalam adegan “dansa,” perilaku Elsa yang cenderung menghindari keramaian sebenarnya telah dijelaskan oleh tokoh Anna. Peristiwa pada saat prosesi pemakaman Raja Edgar dan Ratu Iduna tidak terlihat sosok Elsa sama sekali (lihat pada gambar 7). Seusai upacara pemakaman, Anna mengunjungi kamar Elsa dan mengatakan bahwa Elsa dicari-cari oleh banyak orang. Ketidakhadiran Elsa sebagai anak dari mendiang Raja dan Ratu Kerajaan Arendelle tentu membuat banyak orang yang bertanya-tanya. Sementara itu, Elsa lebih memilih mengurung diri di kamarnya dan bersedih. Terlihat dari kamarnya yang dipenuhi dengan hujan salju menunjukkan

efek dari kesedihannya yang terlalu dalam (8).



(time code, 00:10:50)

Gambar 7 Pemakaman



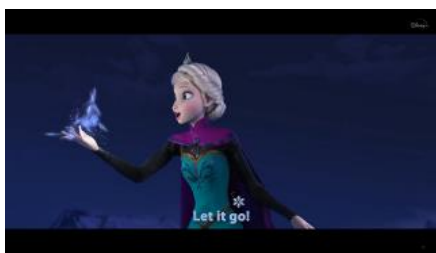
(time code, 00:10:54)

Gambar 8 Elsa menghindari upacara pemakaman kedua orang tuanya

Perkataan yang diucapkan oleh Anna dengan kalimat “*Ku tahu kau di dalam. Semua mencarimu*” menunjukkan bahwa Elsa tidak menampakkan dirinya pada saat berada di pemakaman. Elsa menyadari bahwa ketika dirinya sedang bersedih, Elsa tidak bisa mengendalikan kekuatannya. Akan kacau dan berbahaya jika kekuatannya dilihat oleh orang lain. Oleh sebab itu, Elsa lebih memilih menghindari pemakaman kedua orang tuanya.

Setelah aksi pelariannya dari Kerajaan Arendelle, Elsa memilih untuk tinggal di istana es yang dia buat sendiri dengan kekuatannya. Istana es tersebut berdiri di Gunung Utara, tempat yang tidak mudah

dijangkau oleh orang-orang sehingga akan sangat sulit untuk orang-orang bisa menemukan Elsa. Keputusannya untuk tinggal di sana adalah bagian dari upayanya yang ingin menghindar dari banyak orang. Pada saat Elsa mulai membangun istana es, adegan yang ditunjukkan pada kejadian ini adalah dengan bernyanyi (lihat pada gambar 9). Nyanyian tersebut merupakan curahan hati yang dirasakan oleh Elsa sejak dahulu hingga saat itu. Salah satu lirik dalam nyanyiannya yang berkaitan dengan pelarian dan sikap menghindar Elsa adalah “*kubuat jarak menjauh dari masalahku,*” dan “*Kutakkan kembali, biarlah berlalu.*”



(time code, 00:29:46 – 00:33:16)

Gambar 9 Pelarian Elsa ke Gunung Utara (Istana Es)

Kalimat “*kubuat jarak menjauh dari masalahku*” berarti bahwa Elsa memilih menjauh dari masalah yang selama ini dia rasakan. Masalah utamanya adalah perihal kekuatannya yang dapat membahayakan orang-orang di dekatnya. Maka dapat disimpulkan bahwa tinggal di istana es adalah bagian dari sikapnya yang menghindar dari orang-orang. Lebih lanjut,

Elsa juga menegaskan bila dirinya bulat untuk tidak kembali ke Arendelle dengan lirik “*kutakkan kembali, biarlah berlalu.*” Elsa menganggap semua masalahnya biarlah berlalu dan tidak perlu untuk dicemaskan lagi.

## **Perilaku Melekat atau Dependen pada**

### **Tokoh Elsa**

Perilaku melekat atau dependen diartikan sebagai kondisi di mana seseorang merasa tidak bisa hidup sendiri dan bergantung dengan orang lain. Perilaku ini cenderung bertolak belakang dengan ciri behavioral perilaku menghindar. Pada perilaku menghindar, individu cenderung dapat melakukan segala sesuatunya sendiri karena tidak ingin untuk berdekatan dengan orang lain. Lalu apakah mungkin Elsa, tokoh dalam film animasi *Frozen* mengalami dua ciri yang bertolak belakang itu?

Perilaku melekat atau dependen yang terjadi pada tokoh Elsa hanya dirasakan ketika kedua orang tua Elsa masih hidup. Karena Elsa hanya bisa berbicara dan bertemu dengan ayah dan ibunya, perilaku dependen tersebut muncul pada diri Elsa khususnya ditujukan pada Raja Edgar dan Ratu Iduna. Elsa tidak menunjukkan perilaku dependen kepada tokoh lain selain ayah dan ibunya.

Sepanjang film animasi *Frozen*, perilaku melekat atau dependen itu ditunjukkan sekali, yakni pada saat ayah dan ibu Elsa hendak pergi berlayar selama dua minggu (lihat pada gambar 10). Anna tidak menunjukkan rasa cemas ataupun gelisah ketika akan ditinggal berlayar oleh kedua orang tuanya, namun Elsa tidak demikian. Elsa memperlihatkan mimik muka yang cemas dan menanyakan ulang apakah kedua orang tuanya benar-benar harus pergi.



(time code, 00:09:29 – 00:09:33)

Gambar 10 Perilaku dependen tokoh Elsa pada kedua orang tua

Elsa : “Apa kalian harus pergi?”

Raja Edgar : “Kau akan baik-baik saja, Elsa.”

Kalimat dari pertanyaan “*Apa kalian harus pergi?*” yang diucapkan oleh Elsa bermakna agar kedua orang tua Elsa memikirkan kembali kepergian mereka untuk berlayar. Ungkapan tersebut selain menunjukkan perasaan cemasnya, juga menunjukkan bahwa tokoh Elsa adalah seseorang yang tidak bisa jauh dari orang tuanya. Pahami dengan maksud yang disampaikan oleh Elsa, Raja Edgar

merespon pertanyaan Elsa itu dengan meyakinkan Elsa bahwa dirinya tidak akan mendapat masalah meski tidak diawasi langsung oleh orang tua. Respon dari Raja Edgar itu juga bisa menjadi pembuktian bahwa rasa cemas atas perilaku dependen yang dilakukan oleh Elsa disebabkan karena kekhawatirannya akan sesuatu hal buruk yang sebenarnya belum tentu terjadi di masa depan.

### **Perilaku Terguncang pada Tokoh Elsa**

Nugroho menyebutkan perilaku terguncang sebagai rasa waspada yang berlebihan dan memandang sesuatu menjadi ancaman bagi dirinya (2018:32). Dari pengertian tersebut yang perlu digaris bawahi adalah rasa waspada yang berlebih. Maka berdasarkan definisi itu pula, tokoh Elsa dalam film animasi *Frozen* dapat ditelaah aspek behavioral dari perilaku terguncang dengan melihat kewaspadaan yang dirasakan oleh Elsa.

Sepanjang durasi dalam film, setidaknya Elsa pernah mengalami ataupun merasakan kewaspadaan dalam beberapa adegan. Memang rata-rata, rasa waspada yang dialami oleh Elsa berkaitan dengan adanya orang lain di sekitar dirinya, misal ketika Elsa hendak disentuh oleh orang lain ataupun ketika Elsa hendak didekati oleh

orang lain. Rasa kewaspadaan itu seringkali ditunjukkan dengan sikap Elsa yang menghindar seperti yang sudah dijelaskan pada poin “perilaku menghindar” dari ciri behavioral gangguan kecemasan.

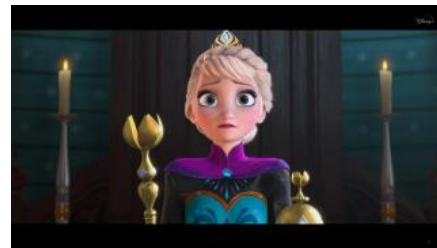
Kejadian-kejadian yang menunjukkan bahwa Elsa mengalami perilaku terguncang terjadi pada saat Elsa marah ketika akan disentuh oleh orang tuanya (lihat pada gambar 11). Orang tua Elsa pada saat itu bermaksud untuk menenangkan Elsa karena Elsa sedang merasa ketakutan (diperjelas dengan Elsa yang mengatakan “*Aku takut. Ini semakin kuat*”). Ketakutan Elsa disebabkan karena Elsa merasa bahwa kekuatannya semakin membesar. Kewaspadaannya itu terjadi karena pada saat kejadian, Raja Edgar bermaksud untuk menenangkan Elsa dengan memegang tangannya. Elsa menganggap bahwa saat itu kekuatannya sedang tidak stabil sehingga akan sangat berbahaya jika Raja Edgar menyentuhnya. Menjauhkan dirinya dari tangan Raja Edgar adalah wujud dari sikap kewaspadaan itu. Perilaku terguncang juga dapat dilihat pada adegan Elsa yang melakukan acara penobatannya sebagai ratu yang saat itu Elsa diminta untuk melepas sarung tangannya (lihat pada gambar 12).



(time code, 00:09:10 – 00:09:19)

Gambar 11 Perilaku terguncang tokoh Elsa ditandai dengan rasa waspada kepada Raja Edgar

- Elsa : “Aku takut. Ini semakin kuat.”  
Raja Edgar : “Ketakutan akan membuatnya semakin buruk. Tenanglah.”  
Elsa : “Tidak! Jangan sentuh aku. Kumohon. Aku tidak ingin menyakiti.”



(time code, 00:18:13 – 00:18:55)

Gambar 12 Perilaku terguncang ketika Elsa diminta untuk melepas sarung tangan

- Penobat : “Ehem, Yang Mulia. Sarung tangan.”  
Elsa : (*menghela napas*)

Perilaku terguncang pada adegan dalam gambar 12 ditandai dengan raut wajah Elsa yang takut ketika memegang dua benda sacral sebagai penobatannya tanpa menggunakan sarung tangan. Selama hidupnya, Elsa tidak pernah melepas sarung tangannya karena sarung tangan tersebut berfungsi untuk menjaga agar benda-benda

yang dia sentuh tidak membeku. Dengan melepaskan sarung tangan pada saat penobatan, tentu Elsa waspada jika benda tersebut membeku dan dilihat oleh banyak tamu undangan yang hadir. Sikap waspada dari perilaku terguncang ini ditunjukkan dengan Elsa yang berkali-kali melirik benda tersebut.

Berkaitan dengan penobatan, perilaku terguncang yang dilakukan oleh Elsa sebenarnya telah terjadi sesaat sebelum penobatannya dimulai. Elsa terlihat berlatih seorang diri mengendalikan kekuatannya agar tidak membekukan dua benda sakral untuk penobatan. Saat sedang berlatih itu, Elsa berulang kali mensugesti dirinya agar selalu dapat mengontrol dan menyembunyikan kekuatannya. Dalam adegan itu, Elsa berkata : *“Jangan biarkan mereka lihat, jadilah seperti yang diharapkan. Sembunyikan. Acuhkanlah. Jalanilah. Jangan sampai semua orang tahu. Hanya tuk hari ini.”*

Peristiwa lain yang menunjukkan Elsa berperilaku terguncang adalah ketika Anna menyampaikan keinginannya agar Kerajaan Arendelle selalu terbuka (lihat pada gambar 13). Kewaspadaan itu ditunjukkan dengan Elsa yang menolak tegas permintaan Anna karena dia khawatir

jika itu terjadi, akan dapat menyulitkan Elsa untuk menyembunyikan kekuatannya.



(time code, 00:21:10 – 00:21:34)

Gambar 13 Perilaku terguncang Elsa ketika mengetahui gagasan untuk membuka Kerajaan Arendelle

Anna : “Iyaa.. aku tidak pernah sebaik ini. Ini sangat menyenangkan. Aku berharap bisa seperti ini sepanjang waktu.”

Elsa : “Aku juga... tapi aku tidak bisa.”

Anna : “Kenapa tidak? Maksudku..”

Elsa : (*berbalik badan*) “Pokoknya tidak bisa!”

Perilaku terguncang Elsa yang berhubungan dengan keberadaan Anna juga terjadi pada adegan lain. Adegan tersebut ketika mereka bertengkar karena Elsa tidak merestui pernikahan Anna dan Pangeran Hans (lihat pada gambar 14) dan ketika Anna membujuk Elsa untuk kembali ke Arendelle hingga Elsa membuat Marshmallow (lihat pada gambar 15).





(time code, 00:25:24)

Gambar 14 Perilaku terguncang Elsa ketika bertengkar dengan Anna

Elsa : “Kau... kau minta restu dariku dan jawabannya tidak. Sekarang, aku harus pergi.”

Pangeran Hans: “Yang Mulia... jika ini bisa membuatmu...”

Elsa : “Tidak akan bisa dan aku rasa kau harus pergi. Pestanya sudah berakhir, tutup gerbangnya.”



(time code, 00:55:26 – 00:56:02)

Gambar 15 Perilaku Terguncang Elsa ditunjukkan dengan membuat Marshmallow (Raksasa Salju)

Anna : “Tidak! Aku tidak akan pergi tanpamu, Elsa!”

Elsa : “Harus! Kau harus pergi!” (membuat Marshmallow)

Rasa waspada pada diri Elsa yang terjadi disebabkan pertengkaran restu pernikahan itu ditunjukkan dengan cara Elsa meminta pegawai Kerajaan Arendelle untuk

menutup gerbang dan menyudahi pesta. Rasa waspada itu muncul setelah Elsa merasakan bahwa hal buruk akan segera terjadi. Karena situasinya sedang panas, Elsa khawatir tidak bisa mengontrol emosinya yang dapat menyebabkan Elsa kehilangan kontrol akan kekuatannya. Hal ini tentu akan membahayakan orang banyak yang sedang berkumpul di ruang dansa. Selain itu Elsa juga khawatir jika kekuatannya itu diketahui oleh orang lain, sehingga Elsa memutuskan untuk pegawai kerajaan menutup gerbang Arendelle dan menyudahi pesta yang sebenarnya tengah berlangsung.

Sementara itu pada adegan dalam gambar 15 menunjukkan peristiwa Anna yang bersikeras untuk membawa Elsa kembali ke Kerajaan Arendelle. Elsa yang saat itu merasa ketakutan setelah mengetahui keadaan Kerajaan Arendelle yang terkubur dalam salju akibat dari kekuatannya yang tidak terkontrol memaksa Anna untuk pergi meninggalkan istana es. Sayangnya Anna keras kepala dan tetap menunggu Elsa. Elsa yang merasa takut (perasaan takut merupakan bagian dari pantangan yang dimiliki oleh Elsa seperti yang disampaikan oleh tokoh Kakek Pabbie) dan waspada akan hal-hal buruk segera membuat Marshmallow (raksasa salju) untuk mengusir Anna dari Istana Es.

Sebelum adegan Elsa yang membuat Marshmallow, seperti yang tergambar pada adegan 3, 4, dan 5, sikap waspada ditunjukkan dengan Elsa yang selalu meminta Anna untuk kembali ke Arendelle dan menjauh darinya. Beberapa ungkapan yang Elsa katakan adalah “*menjauhlah maka kau kan aman,*” dan “*aku hanya mencoba untuk melindungimu.*” Elsa beranggapan jika dirinya dapat membahayakan orang lain sehingga Elsa memilih untuk mengasingkan diri dan menolak tawaran Anna untuk kembali ke Kerajaan Arendelle.

Rasa waspada berlebih juga dapat dilihat pada saat kekuatan Elsa diketahui oleh banyak orang. Rasa waspada itu ditunjukkan dengan kode tangan Elsa dan meminta mereka untuk menjauh dari keberadaannya (lihat pada gambar 16).



(*time code, 00:27:02 – 00:27:22*)

Gambar 16 Perilaku terguncang Elsa ketika berada di tengah rakyat Arendelle

Elsa : “Tolong! menjauhlah dariku. Menjauhlah!”

## SIMPULAN

Setelah dilakukan analisis, dapat disimpulkan bahwa perilaku kecemasan yang dialami oleh Elsa tercermin dari perilakunya yang menghindari dari tokoh lain, perilaku dependen Elsa kepada kedua orang tuanya, dan perilaku terguncang pada situasi tertentu. Ketiga perilaku cemas yang tokoh Elsa rasakan dipicu dari kekuatan yang dimiliki oleh Elsa. Elsa menganggap bahwa dirinya berbahaya bagi orang lain sehingga Elsa selalu menghindari kontak sosial dengan tokoh lainnya.

Kepada Raja Edgar, Elsa memang bersikap dependen. Perilaku melekat pada diri Elsa yang hanya ditujukan kepada orang tua (Raja Edgar dan Ratu Iduna) tidak lain karena hanya orang tua Elsa yang mengetahui kekuatan yang dimiliki oleh Elsa. Oleh sebabnya, sepanjang hidup Elsa hanya bisa berinteraksi dengan kedua orang tuanya. Sehingga, ketika kedua orang tua Elsa memutuskan untuk pergi berlayar, Elsa memiliki kecemasan dan kekhawatiran tersendiri. Adapun situasi tertentu yang membuat Elsa mendadak berperilaku cemas terjadi setiap kali Elsa merasa takut tidak dapat mengontrol kekuatan yang dimilikinya. *Pertama*, Elsa takut bila rahasia kekuatannya terbongkar. *Kedua*, Elsa takut



kekuatannya dapat melukai orang lain lagi, terlebih Anna.

## DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Anas. 2015. *Psikologi Sastra*. Surabaya: Unesa University Press.

American Psychiatric Association. 2013. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth Edition (DSM-5)*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing.

Datau, Arvia Syabira dan Wegig Murwonugroho. 2020. "Analisis Desain Karakter Elsa dalam Film Frozen." Universitas Trisakti. <https://ojs.uph.edu/index.php/KOMA-DKV/article/viewFile/3003/pdf> (Diakses pada Senin, 8 November 2021).

Global Health Organization. 2017. "Depression and Other Common Mental Disorders." <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf> (Diakses pada Kamis, 2 April 2020).

Minderop, Albertine. 2010. *Psikologi Sastra: Karya Sastra, Metode, Teori, dan Contoh Kasus*. Jakarta: Pustaka Obor Indonesia.

Miranti, Ira dan Nurul Frijuniarsi. 2014. "Evaluasi Nilai-Nilai Pendidikan Karakter dalam Film *Frozen* Produksi Walt Disney." *Jurnal Deiksis*, Vol. 06 No. 02 Mei. [repository.mercubuana.ac.id](http://repository.mercubuana.ac.id) (Diakses pada Sabtu, 4 April 2020).

Nevid, Jeffrey S, dkk. 2005. *Psikologi Abnormal Edisi Lima Jilid 1* (diIndonesiakan oleh Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia). Semarang: Penerbit Erlangga.

Nugroho, Vitalis Herjayanto. 2018. "Tingkat Kecemasan dalam Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta Tahun Ajaran 2017/2018." Skripsi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. [https://repository.usd.ac.id/17707/2/141114046\\_full.pdf](https://repository.usd.ac.id/17707/2/141114046_full.pdf) (Diunduh pada Selasa, 18 Mei 2021).