



## Upaya Menemukan Makna Hidup Tokoh Utama dalam Novel *Hector and The Search For Happiness* Perspektif Eksistensialisme Viktor Frankl

Rafika Dini<sup>1\*</sup>, Engkin Suwandana<sup>2</sup>, Taswirul Afkar<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup> Universitas Islam Majapahit, Indonesia

[rafiikadini17@gmail.com](mailto:rafiikadini17@gmail.com)<sup>1</sup>, [suwandanaengkin@gmail.com](mailto:suwandanaengkin@gmail.com)<sup>2</sup>, [taswirulafkar26@gmail.com](mailto:taswirulafkar26@gmail.com)<sup>3</sup>

Alamat : Jl. Raya Jabon, Mojokerto

Korespondensi penulis: [rafiikadini17@gmail.com](mailto:rafiikadini17@gmail.com)\*

**Abstract.** *This study aims to reveal the process of searching for life's meaning undertaken by the main character in the novel *Hector and the Search for Happiness* by François Lelord through Viktor E. Frankl's logotherapy theory. Modern life, characterized by routine, social pressure, and material achievement, often leads to a sense of meaninglessness (existential vacuum). The character Hector is portrayed as a successful psychiatrist who, despite his external accomplishments, feels unfulfilled. This research employs a qualitative-descriptive approach using close reading and content analysis of the novel's narrative and dialogue. The findings indicate that the protagonist experiences an existential emptiness, prompting an inner journey through the three core values of logotherapy: creative value, experiential value, and attitudinal value. Hector's journey reflects an existential transformation toward a more meaningful life. These findings demonstrate how literature can serve as a reflective medium for understanding the psychological dynamics of modern individuals facing a crisis of meaning.*

**Keywords:** *existentialism, life meaning, literature, logotherapy, Viktor Frankl*

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap proses pencarian makna hidup yang dilakukan oleh tokoh utama dalam novel *Hector and the Search for Happiness* karya François Lelord melalui pendekatan teori logoterapi Viktor E. Frankl. Kehidupan modern yang ditandai dengan rutinitas, tekanan sosial, dan pencapaian materi sering kali menimbulkan kekosongan makna (existential vacuum). Tokoh Hector digambarkan sebagai seorang psikiater sukses namun merasa tidak bahagia. Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif-deskriptif dengan teknik baca dan catat serta analisis isi terhadap narasi dan dialog dalam novel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh utama mengalami kehampaan eksistensial yang kemudian mendorongnya untuk melakukan perjalanan batin melalui tiga nilai utama logoterapi: nilai kreatif, nilai pengalaman, dan nilai bersikap. Perjalanan Hector mencerminkan transformasi eksistensial menuju kehidupan yang lebih bermakna. Temuan ini memperlihatkan bagaimana karya sastra dapat menjadi media reflektif untuk memahami dinamika psikologis manusia modern dalam menghadapi krisis makna.

**Kata kunci:** eksistensialisme, logoterapi, makna hidup, novel, Viktor Frankl

### 1. LATAR BELAKANG

Kehidupan modern saat ini ditandai oleh laju yang serba cepat, kompetisi yang tinggi, dan tekanan sosial yang kompleks. Di tengah derasnya tuntutan karier, tekanan ekonomi, serta ekspektasi sosial mengenai definisi bahagia yang cenderung bersifat materialistis, banyak individu mengalami kekosongan makna dalam hidup. Meski secara lahiriah tampak sukses dan sejahtera, tidak sedikit orang yang merasakan kehampaan batin. Kondisi inilah yang kemudian dikenal sebagai krisis eksistensial sebuah kondisi ketika individu kehilangan arah, merasa hampa, dan mulai mempertanyakan makna keberadaannya di dunia. Frankl [1] menyebut kondisi ini sebagai *existential vacuum*, yaitu kehampaan makna hidup yang dapat menyebabkan stres psikologis dan bahkan gangguan mental.

Konteks inilah pencarian makna hidup menjadi semakin relevan. Viktor E. Frankl, seorang psikiater dan penyintas kamp konsentrasi Nazi, mengembangkan teori psikologi eksistensial bernama logoterapi, yang menekankan pentingnya makna sebagai inti dari motivasi manusia. Frankl berpendapat bahwa manusia tidak hanya terdorong oleh kesenangan atau kekuasaan, tetapi terutama terdorong oleh keinginan untuk menemukan makna dalam hidupnya [1]. Makna hidup memberikan daya tahan luar biasa bagi manusia dalam menghadapi penderitaan.

Pencarian makna hidup dalam bidang sastra sering menjadi tema utama yang diangkat pengarang. Sastra merupakan cerminan dari pengalaman manusia dan menjadi medium yang efektif untuk mengeksplorasi kompleksitas batin tokoh-tokohnya. Karya sastra merupakan medium yang mampu merepresentasikan perjalanan manusia dalam memahami dan menemukan makna hidup. Sastra merupakan salah satu bentuk ekspresi kebudayaan yang memainkan peran penting dalam menggambarkan dinamika batin serta pengalaman eksistensial individu. Karya sastra lahir dari perpaduan antara olah pikir dan olah rasa. Ia bukan sekadar cerminan realitas sehari-hari atau hasil dari lamunan tanpa arah, melainkan merupakan ekspresi kehidupan yang diolah melalui kekuatan imajinasi dan kreativitas [2].

Nilai estetika dalam sastra bukan sekadar terletak pada susunan kata atau struktur kalimat yang indah, melainkan pada isi dan pesan yang disampaikan melalui narasi dan karakter tokoh-tokohnya [3]. Seperti yang diungkapkan oleh Aniswanti & Wahyuningtyas [4], karya sastra merupakan hasil dari pemikiran dan perenungan pengarang yang ditujukan kepada pembaca sebagai sarana penyampaian ide dan pemahaman. Pemahaman terhadap unsur-unsur pembangun dalam sebuah karya sastra membantu pembaca menangkap makna utuh yang ingin disampaikan oleh penulis.

Novel termasuk bentuk karya sastra yang paling efektif dalam menggambarkan dinamika batin dan kompleksitas psikologis manusia. Karya prosa naratif yang panjang ini memberi keleluasaan bagi pengarang untuk mengembangkan tokoh, latar, serta konflik secara mendalam dan berlapis. Melalui struktur cerita yang berkesinambungan dan dialog antartokoh yang hidup, novel menjadi medium reflektif yang mampu mengeksplorasi berbagai persoalan eksistensial manusia, termasuk krisis identitas, kehampaan batin, serta pencarian makna hidup di tengah tekanan kehidupan modern. Sebagai karangan prosa fiksi yang menyajikan rangkaian cerita kehidupan tokoh utama bersama orang-orang di sekitarnya, novel juga menonjolkan penggambaran watak, karakter, dan sifat setiap tokohnya secara mendalam, sehingga mampu membangun ikatan emosional antara pembaca dan cerita yang disampaikan [5].

Lebih dari sekadar hiburan, novel menawarkan ruang kontemplatif bagi pembaca untuk menyelami perasaan dan pemikiran tokoh-tokohnya yang sering kali merepresentasikan kondisi psikologis yang nyata dalam kehidupan sehari-hari. Pendalaman karakter dalam novel memungkinkan pembaca memahami bagaimana individu merespons penderitaan, kegelisahan, dan kebingungan eksistensial melalui pengalaman subjektif mereka. Novel tidak hanya menjadi sarana representasi realitas sosial, tetapi juga menjadi cermin batin yang merefleksikan pencarian jati diri dan makna terdalam dari kehidupan manusia.

Novel *Hector and the Search for Happiness* [6] karya François Lelord menjadi objek kajian yang sangat relevan dalam konteks ini. Novel ini bercerita tentang Hector, seorang psikiater yang menjalani kehidupan yang tampak ideal: pekerjaan tetap, kekasih yang baik, dan rutinitas yang stabil. Namun, di balik itu semua, Hector merasa tidak bahagia. Ia merasa ada sesuatu yang hilang dalam hidupnya. Ketidakpuasan tersebut mendorongnya untuk melakukan perjalanan keliling dunia guna mencari pemahaman yang lebih dalam tentang kebahagiaan. Proses pencariannya, Hector tidak hanya menyaksikan penderitaan dan perjuangan hidup orang lain, tetapi juga mengalami transformasi batin yang membawanya pada pemahaman baru tentang makna hidup.

Novel ini menarik untuk dianalisis karena menggambarkan dengan jelas kondisi kehampaan eksistensial dan dinamika pencarian makna hidup yang dialami tokoh utama. Lebih jauh, kisah ini memberikan gambaran konkret mengenai bagaimana nilai-nilai Frankl tentang makna hidup dapat diterapkan dalam situasi kehidupan sehari-hari. Melalui interaksi dengan orang lain, pengalaman emosional yang mendalam, serta respons terhadap penderitaan, Hector perlahan membentuk pemaknaan baru terhadap hidupnya.

Beberapa penelitian sebelumnya telah menggunakan teori logoterapi Viktor Frankl sebagai landasan utama dalam menganalisis tokoh fiksi. Idrus Wintama [7], dalam jurnalnya, menganalisis tokoh Natsuki Subaru dalam *Re:Zero* dan menunjukkan bahwa sikap pantang menyerah dalam menghadapi penderitaan dapat membantu individu menemukan makna hidup. Sementara itu, skripsi Ihza Sabila Rasya [8] yang mengkaji novela *Alzahaymar* karya Gazi Al-Qusaibi menemukan bahwa tokoh utama mengalami krisis makna hidup yang kemudian diatasi melalui penerapan prinsip logoterapi: kebebasan, kehendak, dan makna. Kajian tersebut, Alzheimer tidak dilihat hanya sebagai penyakit, tetapi sebagai pengalaman yang bermakna secara eksistensial.

Penelitian ini menawarkan kebaruan dengan mengkaji *Hector and the Search for Happiness* karya François Lelord menggunakan pendekatan logoterapi Frankl. Penelitian ini akan membahas dua fokus utama: pertama, persoalan kehampaan eksistensial yang dialami

Hector sebagai bentuk krisis batin dalam menghadapi rutinitas hidup yang kosong makna. Kedua, proses pencarian makna hidup Hector yang dianalisis berdasarkan tiga nilai utama dalam logoterapi Viktor Frankl, yaitu nilai kreatif, nilai pengalaman, dan nilai bersikap. Kajian ini tidak hanya penting dari sisi sastra, tetapi juga memberikan kontribusi dalam memahami dinamika psikologis manusia modern yang sedang mencari arah dan makna dalam hidupnya.

## **2. TINJAUAN LITERATUR**

### **Penelitian Sebelumnya**

Beberapa hasil penelitian terdahulu digunakan sebagai dasar dan referensi untuk memperkuat penelitian ini antara lain, yakni kajian mengenai pencarian makna hidup dalam karya sastra melalui pendekatan logoterapi Viktor Frankl telah banyak dilakukan, terutama dalam menganalisis konflik eksistensial yang dialami tokoh utama. Salah satu penelitian dilakukan oleh Idrus Wintama (2023) dalam jurnalnya yang berjudul *Penemuan Makna Hidup sebagai Solusi atas Fenomena N.E.E.T: Refleksi Filosofis Novel Re:Zero Melalui Pemikiran Eksistensialisme Viktor Frankl* [7]. Penelitian ini menganalisis karakter utama bernama Natsuki Subaru yang mengalami penderitaan berulang akibat hidup dalam dunia alternatif yang penuh kekerasan dan kematian. Wintama menemukan bahwa karakter Subaru menunjukkan bentuk keteguhan untuk terus hidup dan mencoba lagi setiap kali mengalami kematian, yang ditafsirkan sebagai bentuk penerapan nilai-nilai logoterapi, terutama dalam hal kehendak untuk makna (*will to meaning*). Penelitian ini menyimpulkan bahwa dalam penderitaan yang paling ekstrem, individu tetap dapat bertahan hidup jika mampu menemukan makna dari penderitaan tersebut.

Penelitian lain dilakukan oleh Ihza Sabila Rasya (2022) dalam skripsinya berjudul *Pencarian Makna Hidup Tokoh Utama dalam Novela Alzhaymar Karya Gazi Al-Qusaibi (Analisis Logoterapi Viktor Frankl)*[8]. Penelitian ini mengkaji tokoh utama yang mengalami penyakit Alzheimer, dan bagaimana ia menjalani fase-fase eksistensial dalam menemukan makna hidup. Rasya menemukan bahwa perjalanan tokoh utama terdiri atas tiga tahap: (1) pengalaman problem eksistensial yang ditandai dengan kehampaan makna dan ketakutan akan kehilangan jati diri, (2) penerapan filosofi logoterapi untuk memahami bahwa hidup tetap bermakna meskipun dalam kondisi terbatas, dan (3) aktualisasi nilai-nilai melalui cinta, kenangan, dan relasi sosial. Kajian ini menunjukkan bahwa makna hidup tidak hilang meskipun kondisi fisik atau kognitif menurun, selama individu mampu mengembangkan sikap yang bermakna terhadap realitas tersebut.

Berdasarkan berbagai penelitian di atas, terlihat bahwa teori Viktor Frankl telah digunakan dalam menganalisis berbagai tokoh dengan latar belakang dan konteks yang berbeda, mulai dari penderita Alzheimer hingga petualang muda. Namun, belum ada penelitian yang secara spesifik mengkaji novel *Hector and the Search for Happiness* karya François Lelord menggunakan teori eksistensialisme Viktor Frankl secara utuh, terutama dalam menelaah persoalan kehampaan eksistensial dan pemaknaan hidup melalui tiga nilai utama logoterapi: nilai kreatif, nilai pengalaman, dan nilai bersikap.

Penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan tersebut. Dengan menempatkan tokoh Hector sebagai subjek utama, penelitian ini tidak hanya menyoroti dinamika batin tokoh, tetapi juga mengkaji bagaimana narasi petualangan Hector menjadi proses reflektif dan filosofis yang selaras dengan gagasan logoterapi Frankl. Kebaruan penelitian ini terletak pada upaya sistematis dalam mengaitkan aspek psikologi eksistensial dengan konteks kehidupan modern melalui tokoh sastra populer yang dikemas secara ringan namun penuh makna.

## Landasan Teori

Eksistensialisme merupakan aliran filsafat yang menekankan pentingnya keberadaan manusia sebagai individu yang memiliki kebebasan, kesadaran, serta tanggung jawab penuh atas hidupnya sendiri. Aliran ini lahir sebagai respons terhadap kekosongan makna dalam masyarakat modern, terutama pascaperang, ketika manusia dihadapkan pada ketidakpastian hidup dan kehampaan eksistensial. Eksistensialisme dalam ranah psikologi kepribadian, memandang bahwa manusia tidak ditentukan sepenuhnya oleh dorongan bawah sadar atau kondisi eksternal, melainkan sebagai subjek aktif yang mampu memilih dan menentukan arah hidupnya. Ahmadi[9] menyatakan bahwa eksistensialisme merupakan cabang psikologi yang menempatkan manusia sebagai makhluk yang bebas, berdaya, serta bertanggung jawab atas keputusan yang diambilnya dalam menjalani kehidupan.

Salah satu tokoh sentral dalam eksistensialisme modern adalah Viktor E. Frankl, seorang psikiater asal Austria yang memperkenalkan pendekatan logoterapi. Berbeda dari teori psikoanalisis Freud yang menekankan dorongan akan kenikmatan, atau psikologi individual Adler yang menitikberatkan pada kehendak untuk berkuasa, Frankl[1] menegaskan bahwa motivasi utama manusia adalah pencarian makna hidup. Gagasan ini lahir dari pengalaman pribadi Frankl ketika menjadi tahanan kamp konsentrasi Nazi selama Perang Dunia II. Di tengah penderitaan, kelaparan, dan kematian yang mengintai setiap hari, Frankl menemukan bahwa individu yang memiliki alasan untuk bertahan apakah itu keluarga, pekerjaan, atau nilai hidup tertentu lebih mampu bertahan dibanding mereka yang kehilangan harapan. Pengalaman

iniilah yang menginspirasi lahirnya logoterapi, sebuah pendekatan psikoterapi eksistensial yang berpusat pada pencarian makna sebagai kekuatan yang memampukan manusia untuk bertahan dalam situasi paling ekstrem sekalipun.

Frankl menjelaskan bahwa makna hidup bukanlah sesuatu yang bisa diberikan oleh orang lain atau ditemukan dalam hal-hal eksternal secara instan. Sebaliknya, makna adalah sesuatu yang harus ditemukan secara personal, sesuai dengan kondisi dan nilai yang diyakini oleh individu tersebut. Makna bisa muncul dalam bentuk kontribusi terhadap dunia, dalam bentuk pengalaman emosional yang mendalam, atau dalam bentuk sikap batin terhadap penderitaan yang tidak bisa dihindari. Frankl mengemukakan bahwa kehidupan manusia akan menjadi kosong jika kehilangan makna, dan kekosongan ini dapat melahirkan bentuk penderitaan psikologis yang ia sebut sebagai “kekosongan eksistensial.”

Konsep logoterapi [10], terdapat tiga jalan utama untuk menemukan makna hidup, yang menurut Frankl mencerminkan kekuatan batin manusia dalam mengarahkan dirinya menuju kehidupan yang lebih bernilai. Pertama, makna dapat ditemukan melalui nilai kreatif, yaitu ketika seseorang mencurahkan dirinya dalam suatu karya atau tindakan yang bermanfaat bagi orang lain. Nilai ini sering tampak dalam kegiatan produktif seperti pekerjaan, seni, atau kontribusi sosial. Kedua, makna juga bisa diperoleh melalui nilai pengalaman, yakni saat seseorang menghayati secara mendalam momen-momen yang menyentuh batinnya, seperti cinta, keindahan, atau hubungan emosional yang kuat. Pengalaman melihat pemandangan indah, mendengarkan musik yang menyentuh, atau merasa dicintai oleh seseorang, semua dapat menjadi sumber makna yang autentik. Ketiga, dan yang paling mendalam, adalah makna yang lahir dari nilai bersikap. Nilai ini muncul ketika seseorang menghadapi penderitaan yang tidak bisa dihindari dan tetap memilih untuk bersikap bijaksana, sabar, dan penuh martabat. Frankl meyakini bahwa penderitaan bukanlah akhir dari segala hal, melainkan peluang untuk bertumbuh jika dipahami dan diterima dengan sikap yang benar.

Logoterapi tidak hanya memberikan pemahaman baru dalam dunia psikologi, tetapi juga menjadi pendekatan yang relevan dalam kehidupan sehari-hari. Teori ini dalam konteks sastra mampu mengungkap dinamika batin tokoh yang sedang mengalami krisis makna hidup. Sastra sebagai media ekspresi manusia sering kali menjadi ruang yang kaya untuk menelusuri proses pencarian makna, terutama dalam novel yang menyuguhkan perjalanan psikologis tokohnya secara mendalam. Novel *Hector and the Search for Happiness* karya François Lelord, misalnya, merupakan contoh yang merepresentasikan krisis eksistensial dalam diri tokoh utama yang, meskipun memiliki profesi yang mapan sebagai psikiater, tetap merasa hampa dan mempertanyakan kebahagiaan sejati. Perjalanan Hector untuk menemukan definisi

kebahagiaan sejati menjadi bentuk eksplorasi terhadap makna hidup dalam perspektif logoterapi Frankl.

Kisah Hector tidak hanya mengilustrasikan gejala kekosongan makna, tetapi juga menampilkan bagaimana proses pencarian makna dapat dilakukan melalui berbagai pertemuan, refleksi, dan pengalaman emosional. Dalam konteks inilah, kajian terhadap novel tersebut menjadi sangat penting, tidak hanya untuk memahami psikologi tokoh dalam cerita, tetapi juga sebagai refleksi terhadap dinamika psikologis manusia di era modern. Penerapan teori logoterapi dalam kajian ini diharapkan mampu membuka perspektif baru tentang pentingnya menemukan makna hidup, terutama di tengah dunia yang semakin kompleks dan penuh tekanan.

### 3. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, yaitu pendekatan yang bertujuan untuk menggambarkan secara mendalam dan sistematis makna dari suatu fenomena, khususnya yang terdapat dalam teks sastra. Pendekatan ini dipilih karena karakteristik karya sastra tidak bisa dijelaskan hanya melalui data numerik, melainkan perlu dianalisis melalui penafsiran terhadap simbol, tema, dan pengalaman eksistensial yang dialami tokohnya. Dengan pendekatan ini, peneliti dapat mengeksplorasi bagaimana makna kebahagiaan dan krisis eksistensial direpresentasikan dalam novel *Hector and the Search for Happiness* karya François Lelord.

Objek utama penelitian ini adalah novel *Hector and the Search for Happiness* yang pertama kali diterbitkan dalam bahasa Prancis tahun 2002, kemudian diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dan diterbitkan oleh Noura Books pada tahun 2015. Fokus penelitian ini adalah analisis terhadap tokoh utama, Hector, yang mengalami berbagai pengalaman eksistensial dalam pencariannya akan kebahagiaan. Penelitian menelaah bagaimana tokoh menghadapi krisis makna hidup, menjalani penderitaan, dan menemukan makna melalui interaksi dan refleksi diri.

Peneliti menggunakan teori logoterapi Viktor E. Frankl untuk melihat bagaimana makna hidup dibentuk dan ditemukan oleh tokoh dalam perjalanan hidupnya. Data utama dalam penelitian ini berupa kutipan naratif, dialog, serta monolog batin tokoh utama dalam novel yang merepresentasikan proses pencarian makna hidup dan kebahagiaan. Data dikumpulkan melalui metode baca dan catat, di mana peneliti membaca novel secara intensif dan berulang untuk menandai bagian-bagian yang relevan dengan kerangka teori. Selain novel, data pendukung juga diperoleh dari literatur sekunder berupa buku-buku psikologi, jurnal

ilmiah, artikel, dan penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan teori logoterapi, eksistensialisme, dan pendidikan karakter. Kajian pustaka ini membantu membangun landasan teoretis yang kuat sekaligus memperkuat analisis.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode baca dan catat, yang merupakan pendekatan sistematis dalam menelaah teks sastra. Peneliti membaca novel *Hector and the Search for Happiness* karya François Lelord secara intensif, mendalam, dan berulang untuk memahami struktur cerita, alur pengalaman tokoh utama, serta relevansi tematiknnya dengan teori eksistensialisme Viktor E. Frankl, khususnya konsep logoterapi.

Proses pengumpulan data dilakukan dengan mencatat kutipan-kutipan penting dalam novel yang menggambarkan proses pencarian makna hidup oleh tokoh utama, termasuk ketika ia menghadapi krisis eksistensial, penderitaan batin, kegelisahan, maupun saat menemukan pencerahan dalam pengalaman hidup. Setiap kutipan yang berkaitan dengan upaya untuk mencari makna hidup yakni dalam bentuk nilai kreatif, nilai pengalaman, dan nilai bersikap, dicatat dan diklasifikasikan ke dalam kategori yang sesuai. Metode ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Sudaryanto [11], bahwa teknik ini membantu dalam mengorganisasi data secara sistematis sehingga dapat dianalisis secara lebih terstruktur. Teknik baca dan catat memungkinkan peneliti untuk memperoleh data secara langsung dari dokumen tertulis yang bersifat otentik dan relevan dengan topik penelitian.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis isi (content analysis) dengan pendekatan deskriptif-kualitatif. Tujuan utama dari analisis ini adalah untuk mengungkap representasi makna hidup yang dicari oleh tokoh utama dalam novel, melalui kerangka pikir teori eksistensialisme Viktor Frankl. Peneliti akan menelaah dan mengategorikan unsur-unsur seperti kata, frasa, tema, atau simbol tertentu yang muncul dalam teks atau pesan komunikasi yang diteliti [12]. Analisis dilakukan dengan menafsirkan isi teks (narasi, dialog, dan refleksi tokoh) yang menggambarkan dinamika batin tokoh Hector dalam menghadapi kebingungan, kekosongan makna, dan pencarian eksistensial. Proses analisis ini mengidentifikasi dan mengelompokkan kutipan-kutipan yang berkaitan dengan tiga nilai utama, yakni nilai kreatif, nilai pengalaman, dan nilai bersikap.

Novel *Hector and the Search for Happiness* dipilih karena menyajikan perjalanan eksistensial tokoh utama yang mencari definisi kebahagiaan melalui serangkaian pengalaman di berbagai negara. Perjalanan ini tidak hanya menggambarkan pencarian fisik, tetapi juga pencarian makna batin. Oleh karena itu, penerapan teori logoterapi Viktor Frankl sangat relevan, mengingat teorinya lahir dari pengalaman menghadapi penderitaan ekstrem dalam

kamp konsentrasi, dan bertujuan membantu individu menemukan makna bahkan dalam situasi sulit.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini membahas persoalan kehampaan eksistensial dan upaya menemukan makna hidup tokoh utama dalam novel *Hector and the Search for Happiness* karya François Lelord. Melalui pendekatan teori eksistensialisme Viktor Frankl, ditemukan bahwa tokoh Hector mengalami kekosongan makna dalam kehidupannya yang tampak dari kegelisahan batin, meskipun secara lahiriah ia tampak sukses. Kekosongan ini kemudian mendorong Hector untuk melakukan perjalanan mencari kebahagiaan yang justru membawanya pada penemuan makna hidup melalui pengalaman, kreativitas, dan sikap terhadap penderitaan.

#### **Persoalan Kehampaan Eksistensial pada Tokoh Utama Hector dalam Novel *Hector and the Search for Happiness***

##### **Perasaan Hampa dan Kosong**

Perasaan hampa dan kosong merupakan salah satu gejala awal dari krisis eksistensial yang menandakan hilangnya koneksi individu terhadap makna hidupnya. Dalam perspektif logoterapi Viktor Frankl, kondisi ini terjadi ketika seseorang merasa kehilangan keterhubungan emosional dan spiritual dengan aktivitas, pekerjaan, atau relasi yang sebelumnya dianggap bermakna. Kehidupan pun berjalan secara mekanis, tanpa semangat, dan kehilangan daya hidup.

Tokoh Hector dalam *Hector and the Search for Happiness* menunjukkan gejala ini pada awal cerita. Meskipun ia dipandang sebagai psikiater yang sukses, Hector merasa pekerjaannya tidak lagi memberikan kebahagiaan baik untuk dirinya maupun pasien-pasiennya. Ada jarak antara peran profesional yang ia jalani dan dampak nyata yang diharapkan. Hal ini tampak dalam kutipan berikut:

“Akan tetapi, Hector merasa tidak puas. Dia merasa tidak puas karena sangat menyadari bahwa dirinya tidak mampu membuat orang bahagia.” (EV/PE/7)

Kutipan ini mengilustrasikan bahwa perasaan tidak puas Hector tidak bersumber dari kegagalan praktis, melainkan dari kekecewaan batiniah karena pekerjaannya kehilangan nilai secara eksistensial. Kesenjangan antara harapan (membawa kebahagiaan bagi orang lain) dan realitas (ketidakberdayaannya dalam mencapainya) menimbulkan kehampaan makna. Inilah wujud nyata dari kehampaan eksistensial: rutinitas yang semula bermakna berubah menjadi beban tanpa tujuan batin.

Kondisi ini menjadi pemicu bagi Hector untuk merefleksikan ulang hidupnya secara menyeluruh. Ia tidak hanya mempertanyakan efektivitas pekerjaannya, tetapi juga mulai meragukan arah dan tujuan keberadaannya.

### **Kebingungan terhadap Arah dan Tujuan Hidup**

Gejala kedua dari kehampaan eksistensial adalah munculnya kebingungan terhadap arah dan tujuan hidup. Dalam logoterapi, individu yang belum menemukan makna hidup cenderung mengalami disorientasi nilai, di mana ia merasa hidupnya kehilangan arah atau tidak sesuai dengan prinsip-prinsip terdalamnya. Kebingungan ini menimbulkan keresahan batin dan ketidakpuasan eksistensial. Hal ini tergambar pada keresahan batin Hector yang mulai mempertanyakan kembali profesinya, kebahagiaannya, dan keputusan-keputusan yang pernah diambil. Kondisi tersebut tampak dalam kutipan:

“Hector pun mulai bertanya-tanya apakah dirinya sudah menjalani profesi yang tepat, apakah dia bahagia dengan hidupnya, apakah tidak ada yang dia lewatkan.”  
(EV/PE/15)

Kutipan tersebut menunjukkan bahwa Hector mengalami krisis orientasi hidup. Pertanyaan “apakah tidak ada yang dia lewatkan?” menjadi simbol dari kekhawatiran bahwa ia mungkin menjalani hidup secara dangkal atau tidak autentik. Ini bukan sekadar kebingungan, tetapi refleksi mendalam atas nilai dan tujuan hidup yang tidak lagi terasa utuh.

Kebingungan dalam kerangka logoterapi ini bukan sesuatu yang harus dihindari, tetapi menjadi titik awal bagi pencarian makna. Bagi Hector, fase ini mendorongnya memulai perjalanan ke berbagai tempat demi mengeksplorasi makna hidup dan kebahagiaan dari perspektif yang lebih luas.

### **Kecemasan terhadap Beban Emosional yang Tidak Terdefinisi**

Seiring dengan meningkatnya kehampaan eksistensial, Hector menjadi semakin sensitif terhadap kondisi emosional pasien-pasiennya. Ia mulai merasa bahwa suasana batin mereka yang dipenuhi kesedihan dan ketidakpuasan dapat memengaruhi ketenangan jiwanya sendiri. Kecemasan ini berkembang menjadi ketakutan, bahkan mendorong munculnya pikiran impulsif untuk meredakan tekanan dengan cara instan.

“Kemudian, dia merasa sangat ketakutan karena memikirkan kemungkinan bahwa orang-orang yang tidak bahagia ini mampu menularkan apa yang mereka rasakan. Di benaknya bahkan terlintas pikiran untuk meminum obat (dia tahu beberapa koleganya juga mengonsumsi obat).” (NN/PE/16)

Kutipan ini mengilustrasikan bentuk neurosis noögenik, yaitu gangguan psikis yang berakar dari krisis makna. Ketakutan Hector bukan berasal dari ancaman konkret, tetapi dari tekanan emosional akibat interaksi yang berulang dengan individu-individu yang tidak bahagia. Ia merasa bahwa ketidakbahagiaan tersebut bersifat “menular” dan mulai menggerogoti kestabilan emosinya.

Pikiran impulsif untuk mengonsumsi obat mencerminkan kondisi psikologis yang sedang tidak stabil dan belum terselesaikan secara eksistensial. Ketegangan ini menunjukkan bahwa tanpa makna yang kokoh, seseorang akan lebih rentan terhadap tekanan eksternal dan cenderung mencari pelarian instan daripada menghadapi permasalahan secara reflektif.

### **Upaya Pencarian Makna Hidup dalam novel *Hector and the Search for Happiness***

Menurut Viktor Frankl, makna hidup dapat ditemukan melalui tiga jalan utama: kontribusi nyata dalam berkarya (nilai kreatif), pengalaman emosional yang mendalam seperti cinta dan keindahan (nilai pengalaman), serta sikap batin saat menghadapi penderitaan yang tak terhindarkan (nilai bersikap). Ketiga aspek ini menjadi fondasi eksistensi yang bermakna bagi manusia.

Penelitian ini akan mengungkap bagaimana tokoh utama dalam *Hector and the Search for Happiness* mengalami kehampaan eksistensial dan perlahan menemukan makna hidup melalui ketiga jalur tersebut. Dengan pendekatan logoterapi Frankl, pembahasan diarahkan untuk menelusuri perjalanan batin Hector dan menggambarkan transformasi eksistensial yang ia alami sepanjang cerita.

### **Menemukan Makna Lewat Pekerjaan atau Profesi**

Nilai kreatif dalam novel *Hector and the Search for Happiness* tampak secara nyata melalui profesi tokoh utama sebagai seorang psikiater. Pekerjaan yang dijalannya tidak sekadar menjadi rutinitas atau sumber penghasilan, melainkan menjadi bagian integral dari eksistensinya yang mendalam. Hector digambarkan sebagai seorang profesional yang menjalankan tugasnya dengan ketulusan hati dan kepedulian terhadap sesama. Hal ini tercermin dalam kutipan berikut:

“Banyak orang ingin membuat janji konsultasi dengan Hector, bukan hanya karena dia terlihat seperti seorang psikiater profesional, tetapi karena dia memiliki bakat yang dimiliki semua dokter cakap mana pun dan kemampuan ini tidak bisa dipelajari di universitas begitu saja: dia benar-benar tertarik pada diri manusia.” (NK/UMM/2)

Kutipan ini menunjukkan bahwa profesi Hector sebagai psikiater tidak dijalankan secara mekanis, melainkan berlandaskan ketertarikan yang tulus terhadap manusia. Empati dan perhatian yang ia miliki menjadi inti dari nilai kreatif yang bermakna. Ia tidak sekadar “bekerja” dalam pengertian teknis, tetapi hadir secara utuh dalam menjalin relasi profesional dengan pasien-pasiennya.

Lebih lanjut, keterlibatan emosional dan kehadiran penuh Hector dalam setiap sesi konsultasi digambarkan dalam kutipan berikut:

“Dia menatap mata orang saat mereka bercerita, dia mengangguk untuk memberi dorongan semangat, mengeluarkan suara pelan 'mmm-hmm' yang khas, memelintir kumisnya, dan bahkan terkadang berkata, 'Tunggu sebentar, tolong jelaskan lagi. Saya belum terlalu memahaminya.’” (NK/UMM/HAL.3)

Kutipan ini menunjukkan bahwa profesi Hector sebagai psikiater tidak dijalankan secara mekanis, melainkan didasari ketulusan dan empati yang mendalam terhadap sesama. Dia hadir secara utuh dalam sesi konsultasi, mendengarkan aktif, dan menunjukkan kepedulian terhadap setiap cerita pasien. Hal ini mencerminkan nilai kreatif di mana pekerjaan dijalani bukan sekadar rutinitas, tetapi sebagai wujud keterlibatan manusiawi yang bermakna.

Pandangan ini sejalan dengan pemikiran Thomas Ari Wicaksono [13] dalam penelitiannya yang berjudul "Pemaknaan Kerja di Tengah Tantangan Modern: Perspektif Eksistensialisme", menyatakan bahwa makna kerja sangat penting agar individu tidak terjebak dalam rutinitas yang kering. Dalam perspektif eksistensialisme, individu bebas dan bertanggung jawab untuk menciptakan makna dalam hidupnya, termasuk melalui pekerjaan.

Hector adalah contoh dari individu yang secara sadar memberi makna pada pekerjaannya. Di tengah tekanan emosional yang dihadapi, ia tetap menunjukkan komitmen dan ketulusan karena ia melihat profesinya bukan sekadar tugas, melainkan panggilan eksistensial. Seperti ditegaskan Wicaksono, makna kerja yang ditemukan secara personal dapat menjadi sumber resiliensi dalam menghadapi tantangan zaman.

### **Nilai Pengalaman: Menemukan Makna dari Cinta dan Relasi**

Viktor E. Frankl menyatakan bahwa makna hidup tidak hanya ditemukan melalui karya atau penciptaan (nilai kreatif), tetapi juga melalui pengalaman batin yang mendalam, seperti cinta, penghargaan terhadap keindahan, dan hubungan sosial yang penuh makna (nilai pengalaman). Frankl menekankan bahwa makna sering muncul dari momen emosional yang menyentuh, bukan dari rutinitas harian. Seperti puncak gunung yang memberi arti pada lanskap, pengalaman batin memperkaya kehidupan manusia. Berdasarkan pandangan ini,

bagian berikut akan mengulas bagaimana tokoh utama dalam *Hector and the Search for Happiness* menemukan makna hidup melalui cinta, keindahan, dan relasi yang memperdalam kesadarannya akan makna hidup.

### **Makna Melalui Pengalaman Cinta**

Viktor E. Frankl dalam teorinya logoterapi menyatakan bahwa cinta menempati posisi tertinggi dalam nilai pengalaman, karena melalui cinta, seseorang mampu menyelami inti keberadaan orang lain melihat keunikan, potensi, dan nilai terdalam dari yang dicintai. Cinta bukan sekadar perasaan emosional, tetapi jalan untuk memperluas kesadaran diri dan menemukan makna hidup, bahkan dalam kondisi sulit.

Tokoh Hector dalam *Hector and the Search for Happiness* menunjukkan bagaimana cinta menjadi sumber makna yang kuat dalam hidupnya. Hubungan dengan Clara dan Ying Li tidak hanya bersifat romantis, tetapi juga mencerminkan kedalaman emosional dan kepedulian yang tulus. Interaksinya dengan Ying Li, Hector menyadari bahwa cinta bukan sekadar kesenangan sesaat, tetapi keterhubungan yang membuatnya merasa menjadi bagian dari sesuatu yang lebih besar. Hal ini tercermin saat ia berkata bahwa "bersenang-senang" bukanlah ungkapan yang tepat, karena ia menyadari bahwa dirinya sedang jatuh cinta.

“Ying Li terus bercerita tentang kehidupannya, tetapi Hector tidak mendengarkan semua yang diucapkannya, karena saking cantiknya gadis itu, sangat sulit bagi Hector untuk memandang dan mendengarkannya dalam waktu bersamaan.”  
(NP/UMM/HAL.41)

Kutipan ini memperlihatkan bahwa dorongan batin Hector mulai melampaui ketertarikan fisik. Ia larut dalam pengalaman cinta yang menyentuh ruang batinnya yang terdalam, membentuk keterhubungan emosional yang kuat. Cinta tersebut menjadi pengalaman eksistensial yang memperkaya makna hidupnya.

Cinta dalam novel ini bukan sekadar elemen emosional, melainkan jalan menuju perluasan makna hidup. Hal ini sejalan dengan pandangan Arhamar dan Ismail [14] dalam analisisnya, yang menyatakan bahwa cinta adalah jembatan menuju pemahaman yang lebih dalam tentang eksistensi manusia. Melalui cinta, seseorang tidak hanya menemukan makna dalam hidupnya sendiri, tetapi juga memberi makna bagi hidup orang lain. Cinta memperkuat relasi sosial dan menjadikan pengalaman hidup lebih bermakna dan memuaskan.

Pengalaman cinta yang dialami Hector tidak hanya memperkaya kesadarannya, tetapi juga membawanya pada transformasi eksistensial. Hal ini sejalan dengan penjelasan dalam

logoterapi Frankl maupun dalam filsafat cinta yang memandang cinta sebagai salah satu jalan menuju pemaknaan hidup.

### **Makna Melalui Pengalaman Keindahan**

Salah satu bentuk nilai pengalaman menurut Viktor E. Frankl adalah kemampuan manusia untuk meresapi keindahan. Keindahan dalam konteks ini tidak terbatas pada hal-hal yang enak dipandang mata, melainkan pada momen ketika seseorang diliputi kekaguman yang tulus terhadap dunia di sekelilingnya. Perasaan ini membangkitkan kesadaran bahwa hidup, betapapun sulitnya, tetap pantas untuk dijalani. Frankl menegaskan bahwa pengalaman akan keindahan bisa menjadi titik balik eksistensial mengisi kekosongan batin dan memberi makna yang dalam, meskipun tidak selalu bisa dijelaskan secara logis.

Keindahan menyentuh jiwa secara langsung dan memberi ruang hening bagi seseorang untuk merenung, merasa damai, serta terhubung dengan sesuatu yang lebih besar dari dirinya sendiri. Novel *Hector and the Search for Happiness* menggambarkan momen kontemplatif yang dialami Hector saat berada di alam terbuka, khususnya ketika ia menyusuri pegunungan di Cina. Kesunyian dan ketenangan alam memberinya keteduhan serta kejernihan batin yang sulit ia temukan dalam rutinitas kehidupan kota. Pengalaman tersebut tergambar dalam kutipan berikut:

"Pegunungan di sekeliling tempat itu terlihat sangat cantik, terhampar hijau dengan puncak-puncak yang menjulang tinggi. Pemandangan itu terlihat bernuansa sangat Cina. Hector menjadi terengah-engah, tetapi dia merasa jauh lebih baik. Dia berhenti untuk menulis di buku catatannya: Pelajaran no. 6: kebahagiaan adalah sebuah perjalanan jauh di pegunungan." (NP/UMM/HAL.52)

Kutipan tersebut menunjukkan bahwa keindahan alam memberi pengaruh besar pada kondisi batin Hector. Meski tubuhnya lelah, pemandangan pegunungan justru menyegarkan jiwanya. Pengalaman ini, ia tidak hanya beristirahat secara fisik, melainkan juga memperoleh pandangan baru bahwa kebahagiaan tidak selalu berasal dari hal besar atau gemerlap, tetapi bisa muncul dari perjalanan sederhana yang membangkitkan rasa kagum dan kedamaian di dalam diri.

### **Makna Melalui Pemecahan Masalah atau Tindakan Nyata**

Pengalaman bermakna tidak selalu lahir dari kontemplasi atau perasaan yang mendalam saja, tetapi juga bisa tumbuh melalui tindakan konkret yang dilakukan seseorang dalam merespons situasi tertentu. Ketika seseorang memilih untuk mengambil langkah nyata baik

dalam membantu orang lain, menyelesaikan persoalan, atau hadir sepenuhnya dalam situasi mendesak maka ia sedang menciptakan makna yang tak hanya berdampak bagi dirinya sendiri, tetapi juga memberi nilai bagi orang lain. Frankl menekankan bahwa makna hidup juga dapat ditemukan dalam bentuk keterlibatan aktif yang penuh kesadaran dan kepedulian.

Makna dalam konteks ini tidak selalu hadir dalam peristiwa besar, melainkan dalam tindakan-tindakan sederhana yang dijalani dengan niat baik dan rasa tanggung jawab. Hal ini sesuai dengan gagasan Frankl tentang tanggapan etis terhadap “panggilan hidup,” yakni saat seseorang dihadapkan pada situasi yang menuntutnya bertindak secara manusiawi dan autentik. Hal tersebut tergambar dalam sikap Hector ketika ia berada di dalam pesawat:

"Hector mengatakan kepada wanita itu bahwa dia akan merawatnya hingga akhir penerbangan. Dia bersikap profesional layaknya seorang dokter dan memberi instruksi kepada pramugari bahwa Djamilia perlu ruang untuk merentangkan tubuhnya sehingga bisa mengurangi rasa sakit di kepalanya." (NK/UMM/1)

Menghadapi situasi darurat ini, Hector tidak menghindar atau merasa bahwa hal itu di luar tugasnya sebagai psikiater. Sebaliknya, ia dengan sigap dan empati memilih untuk bertindak. Kepedulianannya tidak didorong oleh tuntutan profesi, melainkan oleh dorongan kemanusiaan yang mendalam. Tindakan nyata yang ia lakukan memberikan arahan medis dan memastikan pasien merasa nyaman menjadi wujud makna yang hadir lewat aksi langsung. Dalam logoterapi, tindakan seperti ini mencerminkan bagaimana makna hidup dapat ditemukan ketika seseorang bertanggung jawab terhadap kondisi yang dihadapi dan memilih untuk bertindak dengan empati dan ketulusan.

Lebih dari sekadar membantu, respons Hector juga menunjukkan bahwa dirinya mampu hadir sebagai pribadi yang berarti dan berkontribusi. Melalui tindakan yang dilakukan dengan sadar dan peduli, makna tidak hanya menjadi gagasan yang abstrak, melainkan benar-benar hidup dan terasa dalam keseharian.

### **Nilai Bersikap, Menemukan Makna dalam Menghadapi Penderitaan**

Dalam teori logoterapi Viktor E. Frankl, nilai bersikap (attitudinal values) merupakan bentuk tertinggi dari pencarian makna hidup. Frankl meyakini bahwa sekalipun manusia tidak lagi mampu mengubah situasi eksternal yang menyakitkan atau penuh penderitaan seperti penyakit, kegagalan, keterbatasan fisik, atau bahkan kematian manusia tetap memiliki kebebasan terakhir, yaitu kebebasan untuk memilih sikap terhadap penderitaan tersebut. Dengan kata lain, manusia dapat menemukan makna bahkan di tengah keadaan paling tragis

sekalipun, melalui sikap batin yang mulia, penuh keberanian, dan bertanggung jawab terhadap apa yang tidak dapat diubah.

Frankl sendiri mengembangkan gagasan ini berdasarkan pengalamannya di kamp konsentrasi Nazi, di mana banyak tahanan, meski berada dalam kondisi tak manusiawi, tetap menunjukkan kebesaran jiwa, kasih sayang, dan makna hidup melalui cara mereka menyikapi penderitaan. Ia menulis dalam *Man's Search for Meaning* [1] bahwa segala sesuatu dapat diambil dari seseorang, kecuali satu hal: kebebasan terakhir manusia untuk memilih sikap dalam situasi apa pun, untuk memilih jalannya sendiri.

Nilai bersikap dalam *Hector and the Search for Happiness*, tampak jelas ketika Hector berada dalam situasi yang penuh ketakutan, yakni saat ia dikurung di sebuah gudang yang kotor dan berbau bangkai tikus. Dalam situasi tersebut, ia justru menunjukkan sikap reflektif dan tenang, bukan kepanikan:

“Semua ini mungkin menjelaskan mengapa meskipun sedang terkunci di gudang yang berbau bangkai tikus Hector tidak terlalu takut akan mati. Karena jika kita sering memikirkan tentang sesuatu, semakin lama kita jadi semakin tak takut menghadapinya.” (MP/THTSH/142/FL)

Kutipan ini menunjukkan resiliensi batin dan kematangan eksistensial Hector yang sudah terbentuk sepanjang perjalanannya. Ketika menghadapi kemungkinan kematian secara langsung, ia tidak dikuasai rasa takut secara irasional. Sebaliknya, ia mampu melihat situasi tersebut secara reflektif, seolah-olah ia telah berdamai dengan kemungkinan itu. Pemikiran dan pengalaman hidup yang ia jalani telah memperkuat batinnya, sehingga penderitaan tidak lagi membuatnya gentar.

Sikap ini memperlihatkan pemahaman Frankl bahwa makna tidak hanya ditemukan dalam keberhasilan atau kenikmatan, tetapi juga dalam cara manusia menghadapi penderitaan dan keterbatasan yang tak terelakkan. Hector tidak hanya menoleransi penderitaan, tetapi menerimanya sebagai bagian dari proses pemaknaan hidup. Kondisi gelap dan kotor yang berpotensi menjadi pengalaman traumatis justru dihadapi Hector dengan kejernihan pikiran. Ketenangan yang ia tunjukkan bukan berarti rasa takut telah sepenuhnya hilang, melainkan menunjukkan bahwa bayangan kematian masih muncul. Meski demikian, respons yang ditunjukkan Hector tampak lebih matang dan terkontrol.

“Kemudian, dia duduk menunggu di atas peti bir ditemani bohlam lampu di plafon dan bau bangkai tikus. Hector merasa ketakutannya akan kematian kembali membayangnya sehingga untuk mengalihkan pikiran, dia mendengarkan percakapan orang-orang yang berada di sana.” (NB/UMM/129)

Di sini, Hector menyadari kehadiran rasa takut, namun alih-alih larut di dalamnya, ia berupaya mengalihkan perhatian dengan mendengarkan orang lain. Ini adalah bentuk mekanisme yang sehat, menunjukkan bahwa ia tetap berusaha hadir dalam situasi, bukan menghindar secara pasif. Tindakan tersebut, dalam konteks logoterapi, mencerminkan sikap sadar yang diambil Hector untuk tetap terhubung dengan realitas di sekitarnya sebagai upaya menjaga makna dan ketenangan di tengah ancaman. Rasa takut tidak ia hilangkan sepenuhnya, melainkan dikendalikan melalui keterhubungan dengan lingkungan sosial yang membantunya tetap hadir secara utuh.

Kedua kutipan ini menggambarkan bahwa pencarian makna hidup bukanlah perjalanan yang lurus dan bebas dari rasa takut [10]. Justru melalui momen ketakutan yang dihadapi dengan kesadaran dan tanggung jawab, seseorang dapat menemukan makna terdalam dari keberadaannya. Hector menunjukkan bahwa makna bisa hadir di tempat yang paling gelap sekalipun, selama seseorang memilih untuk meresponsnya dengan jujur dan berani.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rohmah [15] dalam tesisnya yang menganalisis tokoh dalam novel *Tuesdays with Morrie* karya Mitch Albom. Dalam kajian tersebut, tokoh Morrie juga digambarkan menemukan makna hidup melalui penerimaan terhadap kematian yang semakin dekat. Ia tidak menyangkal penderitaan, tetapi menggunakannya sebagai ruang untuk memperdalam relasi, menumbuhkan kasih, dan menyampaikan nilai-nilai kehidupan. Sama seperti Hector, Morrie menunjukkan bahwa ketakutan akan kematian bukan musuh yang harus dihindari, melainkan pintu menuju pemahaman diri yang lebih dalam.

Pengalaman yang dialami Hector memperlihatkan bahwa makna hidup tidak selalu hadir dalam momen-momen bahagia, melainkan sering kali tumbuh dari kesulitan yang dihadapi dengan kesadaran dan keberanian. Sikap sadar, reflektif, dan penuh tanggung jawab menjadi kunci bagi manusia untuk menemukan makna yang membuat hidup layak dijalani, meskipun dalam kondisi yang paling tidak ideal sekalipun.

## 5. PERBANDINGAN

Beberapa hasil penelitian terdahulu digunakan sebagai dasar dan referensi untuk memperkuat penelitian ini, terutama kajian mengenai pencarian makna hidup dalam karya sastra melalui pendekatan logoterapi Viktor Frankl. Penelitian-penelitian tersebut memiliki kesamaan dalam hal penggunaan teori logoterapi dan fokus pada tokoh utama yang mengalami konflik eksistensial, namun berbeda dalam konteks penderitaan, bentuk perjuangan, dan dimensi nilai-nilai logoterapi yang ditonjolkan. Penelitian oleh Idrus Wintama [7] dalam

jurnalnya yang berjudul Penemuan Makna Hidup sebagai Solusi atas Fenomena N.E.E.T: Refleksi Filosofis Novel Re:Zero Melalui Pemikiran Eksistensialisme Viktor Frankl menganalisis tokoh Natsuki Subaru yang mengalami penderitaan berulang akibat hidup dalam dunia alternatif yang penuh kekerasan dan kematian. Penelitian ini menunjukkan bagaimana tokoh Subaru menerapkan nilai-nilai logoterapi, terutama kehendak untuk makna (*will to meaning*), dengan terus berjuang dan mencoba hidup kembali meskipun mengalami kematian berulang. Penelitian ini menekankan bahwa dalam penderitaan paling ekstrem sekalipun, individu dapat bertahan selama ia mampu menemukan makna dari penderitaan tersebut.

Penelitian lain dilakukan oleh Ihza Sabila Rasya [8] dalam skripsinya yang berjudul Pencarian Makna Hidup Tokoh Utama dalam Novela Alzhaymar Karya Gazi Al-Qusaibi (Analisis Logoterapi Viktor Frankl). Kajian ini menyoroti tokoh utama yang menderita Alzheimer dan mengalami krisis identitas serta kehampaan makna. Penelitian ini menemukan bahwa proses pencarian makna hidup terdiri atas tiga tahap, yakni pengalaman problem eksistensial, penerapan filosofi logoterapi, dan aktualisasi nilai-nilai melalui cinta, kenangan, dan relasi sosial. Penelitian ini menekankan bahwa makna hidup tidak bergantung pada kondisi fisik atau kognitif, melainkan pada sikap individu dalam menghadapi realitas tersebut.

Berbeda dengan kedua penelitian di atas, penelitian ini berjudul Bentuk Upaya Menemukan Makna Hidup Tokoh Utama dalam Novel Hector and the Search for Happiness Perspektif Eksistensialisme Viktor Frankl menelaah tokoh Hector yang mengalami kehampaan makna meski hidupnya secara lahiriah terlihat mapan dan sukses sebagai psikiater. Penderitaan Hector lebih bersifat psikologis dan filosofis, yang tercermin dalam krisis eksistensial kaum profesional modern. Upaya Hector dalam menemukan makna diwujudkan melalui perjalanan fisik dan batin ke berbagai negara, yang merepresentasikan keterbukaannya terhadap pengalaman hidup orang lain sebagai bagian dari proses pemaknaan diri.

Penelitian ini menampilkan nilai-nilai logoterapi dalam bentuk yang lebih dekat dengan realitas kehidupan sehari-hari: nilai kreativitas melalui profesi Hector, nilai pengalaman melalui interaksi sosial selama perjalanan, dan nilai sikap melalui perubahan sudut pandang terhadap kehidupan. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi dalam memahami krisis eksistensial dalam konteks kehidupan modern dan menunjukkan bahwa pencarian makna hidup tidak selalu muncul dari penderitaan ekstrem, melainkan juga dari rasa hampa dalam keseharian yang tampak ideal.

## 6. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis terhadap novel *Hector and the Search for Happiness* karya François Lelord melalui pendekatan logoterapi Viktor E. Frankl, dapat disimpulkan bahwa tokoh utama, Hector, mengalami kehampaan eksistensial yang tampak dari rasa hampa, kebingungan arah hidup, dan kecemasan batin meskipun ia hidup sebagai psikiater yang sukses secara lahiriah. Ketidaksesuaian antara harapan pribadi dan kenyataan yang ia hadapi mendorongnya untuk melakukan refleksi mendalam dan memulai perjalanan mencari kebahagiaan sejati yang akhirnya mengarah pada proses pencarian makna hidup.

Selama proses pencarian tersebut, Hector mengalami transformasi batin dengan menjalani tiga jalur makna dalam logoterapi, yaitu nilai kreatif, nilai pengalaman, dan nilai bersikap. Nilai kreatif tercermin dari bagaimana Hector menemukan kembali makna dalam pekerjaannya sebagai psikiater yang penuh empati dan ketulusan. Nilai pengalaman ia alami melalui cinta, keindahan, dan relasi sosial yang memperkaya kesadarannya. Sementara itu, nilai bersikap tampak saat Hector mampu menghadapi penderitaan, ketakutan, dan kondisi tidak ideal dengan reflektif dan penuh tanggung jawab.

Pengalaman yang dilalui Hector menunjukkan bahwa makna hidup bukanlah sesuatu yang bersifat instan atau dapat ditemukan di luar diri semata, melainkan dibangun melalui keterlibatan yang sadar dan autentik terhadap hidup itu sendiri. Proses pencarian ini juga memperlihatkan bahwa penderitaan, kekosongan, dan keraguan bisa menjadi pintu menuju pemahaman yang lebih dalam tentang eksistensi manusia, asalkan dihadapi dengan sikap batin yang terbuka dan bertanggung jawab.

Novel ini memperlihatkan bagaimana krisis makna hidup dalam kehidupan modern dapat diatasi melalui pendekatan logoterapi Viktor Frankl. Melalui tokoh Hector, pembaca diajak memahami bahwa makna hidup tidak selalu lahir dari penderitaan ekstrem, melainkan juga dapat muncul dari rasa hampa dalam rutinitas yang tampak normal. Penerapan nilai-nilai logoterapi dalam kehidupan Hector menjadikan novel ini sebagai representasi nyata tentang bagaimana manusia dapat menemukan makna dalam kehidupan sehari-hari melalui refleksi, cinta, tindakan, dan keberanian untuk memilih sikap yang tepat.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmad, J. (2018). Desain penelitian analisis isi (content analysis). *ResearchGate*, 5(9), 1–20.
- Ahmadi, A. (2015). Psikologi sastra. Surabaya: Unesa University Press.
- Ahyar, J. (2019). Apa itu sastra: Jenis-jenis karya sastra dan bagaimanakah cara menulis dan mengapresiasi karya sastra. Yogyakarta: Penerbit Deepublish.
- Aniswati, A., & Wahyuningtyas, S. (2016). Aspek sosial dalam novel Partikel karya Dewi Lestari: Tinjauan sosiologi sastra. *Caraka: Jurnal Ilmu Kebahasaan, Kesastraan, dan Pembelajarannya*, 3(1), 98–111.
- Arhamar, A. M., & Ismail, I. (2025). Filsafat cinta: Jalan menuju kebenaran dan makna hidup. *JIP: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(1), 1162–1168.
- Ariska, W., & Amelysa, U. (2020). Novel dan novelet. Medan: Guepedia.
- Frankl, E. V. (2025). *Man's search for meaning*. Jakarta Selatan: Noura Books.
- Lelord, F. (2015). *Hector and the search for happiness*. Jakarta: Noura Books.
- Purnama, A. D. (2021). *Pembaruan logoterapi Victor Frankl*. Yogyakarta: Penerbit PT Kahisius.
- Rasyada, I. S. (2021). Pencarian makna hidup tokoh utama dalam novela Alzahaymar karya Gazi Al-Qusaibi (Analisis logoterapi Viktor Frankl) [Skripsi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta].
- Rohmah, Z. (2020). Morrie's life, love and death principles found in Mitch Albom's Tuesdays with Morrie [Skripsi, UIN Sunan Ampel Surabaya].
- Sudaryanto. (1993). *Metode dan teknik analisis bahasa: Pengantar penelitian wahana kebudayaan*. Jakarta: Duta Wacana University Press.
- Sumaryanto. (2019). *Karya sastra bentuk prosa*. Semarang: Penerbit Mutiara Aksara.
- Wicaksono, T. A. (2024). Pemaknaan kerja di tengah tantangan modern: Perspektif eksistensialisme. *Paradigma: Jurnal Filsafat, Sains, Teknologi, dan Sosial Budaya*, 30(3), 75–80.
- Wintama, I. (2024). Penemuan makna hidup sebagai solusi atas fenomena N.E.E.T: Refleksi filosofis novel *Re: Zero* melalui pemikiran eksistensialisme Victor E. Frankl. *Jurnal Filsafat Indonesia*, 7(2), 361–367.