



## Seporsi Mie Ayam Karya Brian Khrisna Representasi Realitas Sosial: Kajian Sosiologisastra Ian Watt

Salma Fiddaraini

Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Tidar Magelang, Indonesia

\*Penulis Korespondensi: [fiddarainisalma2@gmail.com](mailto:fiddarainisalma2@gmail.com)

**Abstract.** *The study to analyze the representation of social reality in Brian Khrisna novel Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati, particularly regarding issues of mental health and social pressure. The research approach draws on literary sociology (Ian Watt model) using qualitative content analysis of the novel's text. Research data were obtained from relevant narrative excerpts and dialogues within the novel. The analysis reveals that the novel depicts the impact of body shaming on the protagonist's depression, the existence of social stigma toward individuals perceived as different, and the process of internalizing emotional pain as a result of such pressure. The story also highlights the role of family support and interpersonal relationships in coping with social trauma. These findings confirm that the literary work reflects contemporary social dynamics related to mental health issues and social norms. This study provides insights into the importance of social awareness regarding the impact of social pressure on individuals' lives and reaffirms the role of literature as a mirror of society. This research is expected to serve as a reference for future studies in the sociology of literature and Indonesian literary studies.*

**Keywords:** *Bullying; Literary Sociology; Mental Health; Social Pressure; Social Stigma.*

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan menganalisis representasi realitas sosial dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna, khususnya terkait isu kesehatan mental dan tekanan sosial. Pendekatan penelitian mengacu pada sosiologi sastra (model Ian Watt) dengan metode analisis isi kualitatif terhadap teks novel tersebut. Data penelitian diperoleh dari kutipan narasi dan dialog yang relevan dalam novel. Hasil analisis menunjukkan bahwa novel ini menggambarkan dampak perundungan (body shaming) terhadap kondisi depresi tokoh utama, adanya stigma sosial terhadap individu yang dianggap berbeda, serta proses internalisasi luka batin sebagai akibat tekanan tersebut. Cerita tersebut juga menyoroti peran dukungan keluarga dan hubungan antarpribadi dalam menghadapi trauma sosial. Temuan ini mengonfirmasi bahwa karya sastra tersebut merefleksikan dinamika sosial kontemporer berkaitan dengan isu kesehatan mental dan norma sosial. Studi ini memberikan wawasan tentang pentingnya kesadaran sosial terhadap dampak tekanan sosial dalam kehidupan individu serta menegaskan peran sastra sebagai cermin masyarakat. Penelitian ini diharapkan menjadi referensi bagi kajian sosiologi sastra dan studi sastra Indonesia di masa depan.

**Kata kunci:** Kesehatan Mental; Perundungan; Sosiologi Sastra; Stigma Sosial; Tekanan Sosial.

### 1. LATAR BELAKANG

Karya sastra dapat dikatakan sebagai cerminan masyarakat yang tidak dapat dipisahkan dari kebudayaan dan kehidupan manusia (Sari et al., 2023). Fiksi telah berkembang menjadi cermin sosial yang merefleksikan dinamika dan patologi masyarakat kota modern dalam jagat sastra Indonesia kontemporer (Aditia et al., 2025). Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna mengangkat isu mengenai kesehatan mental dan tekanan sosial yang dialami oleh tokoh utama, Ale, seorang pria yang berusia 37 tahun yang mengalami depresi berat dan trauma masa kecil, termasuk perundungan dan penolakan dari masyarakat sekitar. Menurut (Sari et al., 2023) karya sastra adalah refleksi dari kehidupan seseorang yang menceritakan tentang sikap, latar belakang, dan keyakinan pengarang.. Pada novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna mengangkat konflik batin yang dialami ale sebagai tokoh utama, mencerminkan bagaimana realitas sosial dan lingkungan berkontribusi

membentuk kepribadiannya yang tertutup dan keputusan yang mendalam hingga muncul niat untuk mengakhiri hidupnya. Namun, dalam pencari makna hidupnya, Ale melalui interaksi sosial dengan berbagai tokoh yang ditemuinya, memberikan gambaran bahwa ada harapan dan nilai-nilai solidaritas sosial di tengah kesulitan hidup.

Pada novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna. Mengangkat peristiwa dimana pada kalangan masyarakat teruma kaum anak muda di Indonesia yang sedang bertarung pada tekanan mental yang dialami pada generasi Z, Generasi Z juga dikenal sebagai Gen Z yang muncul setelah adanya internet dan generasi yang lahir sekitar tahun 2000 dan seterusnya (Murnitasari et al., 2024). Novel ini tidak hanya menceritakan tentang perjuangan depresi, tetapi juga mengajarkan pembaca tentang arti dukungan sosial dan makna kehidupan (Karuniawan, 2025). Dalam kajian Sosiologi sastra, novel ini dapat dianalisis dengan menggunakan pendekatan seperti teori Ian Watt, yang menyoroti tiga paradigma utama dalam sosiologi sastra: konteks sosial pengarang, sastra sebagai cermin masyarakat, dan fungsi sosial sastra dalam mengajarkan nilai baru dan mendorong perubahan sosial (Gilang Arya & Septiana, 2025). Karya ini menggunakan teori sosiologi Ian Watt untuk memeriksa fenomena sosial seperti stigma dan tekanan terhadap kesehatan mental dan bagaimana hal itu berdampak pada individu dalam novel ini. kemanfaatan sastra secara sosial termasuk ke dalam sosiologi sastra.

Novel ini juga menunjukkan bagaimana masalah kesehatan mental seperti depresi dan bunuh diri tidak hanya masalah individu, tetapi juga fenomena sosial yang berkaitan erat dengan kondisi lingkungan sosial dan budaya masyarakat. Menurut (Kafi Putra Juahari & Arviani, 2023) kesehatan mental adalah ketika tubuh seseorang tenang. Akan tetapi, sebaliknya gangguan mental, atau gangguan kejiwaan, adalah gangguan fungsi mental yang disebabkan oleh ketidakmampuan untuk beradaptasi dengan mekanisme kejiwaan dan stimuli eksternal (Mubasyaroh, 2014). Kesehatan mental dan tekanan sosial khususnya pada generasi Z yang lahir dalam decade terakhir, terutama lahir sekitar 1997-2012, sudah menjadi isu dimana-mana tentang banyak sekali kaum anak muda yang merasakan sesuatu tekanan mental seperti mengalami stress, depresi, kecemasan yang berlebihan. Novel ini menyajikan pesan bahwa penerimaan sosial dan dukungan adalah kunci penting untuk membantu individu yang mengalami tekanan psikologis, bukan penolakan atau pelecehan. Pendekatan sosiologisastra menyoroti keterkaitan tersebut sebagai aspek vital dalam memahami karya sastra ini secara komprehensif.

Penelitian ini dapat diketahui dengan menganalisis berupa fakta yang ada di dunia dengan hasil meneliti novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna. Dengan isi yang

ada di dalamnya menceritakan suatu tokoh utama yang hampir putus asa dengan skenario jalan kehidupannya begitu hampa, ia yang merasakan kesunyian terus menerus dengan selalu menerima semua cacian dan hinaan padanya. Sikap sosial masyarakat terhadap tokoh utama masih ada pada kehidupan nyata, dan juga pengaruh terhadap kesehatan mental. Hanya suatu pembicaraan dan hinaan tumbuh pada seseorang, mengakibatkan terpendam dalam ingatan sampai ke dalam hati. Ingatan itu tidak akan pernah hilang hingga dapat berdamai dengan dirinya sendiri. Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna memberikan pandangan bagi seorang pembaca akan pentingnya suatu kehidupan di lingkungan sosial itu sangat berpengaruh dalam kesehatan mental dan memberikan pengartian tentang apa itu makna kehidupan, pentingnya hubungan interpersonal.

Kesehatan mental yang marak pada seluruh masyarakat sosial, membuat suatu tekanan mental seperti mengalami stress, depresi, kecemasan yang berlebihan. Pada *novel Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna tokoh utama memerankan sebagaimana seseorang yang dipaksa untuk selalu berjalan menjadi dewasa namun memilih untuk berhenti menjadi dewasa. Pengaruh pembaca akan hal suasananya dimana merasakan kesamaan dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna, perasaan tentang apa itu makna kehidupan dalam diri kita. Kesehatan mental bisa menjadi suatu masalah bagi siapa saja pada kehidupan di lingkungan sekitarnya, entah faktor utama dari keluarga atau pertemanan atau justru lainnya. Karya sastra ini memberikan arti kita kehidupan berwarna yang dapat membuat sentuhan hati dan perasaan bangkit diri setelah mendalami suatu novel berhasil membuat resepsi terhadap pembaca.

## **2. KAJIAN TEORITIS**

Sosiologi sastra menyelidiki hubungan antara karya sastra dan masyarakat. Sosiologi sastra menyelidiki bagaimana karya sastra, pembaca, dan pengarang berinteraksi satu sama lain dalam konteks sosialnya. Sastra bukan sesuatu yang tunggal; itu dipengaruhi oleh lingkungan sosial, budaya, politik, dan ekonomi tempatnya diciptakan. (Damono, 2011) menjelaskan bahwa sastra adalah cerminan masyarakat. Artinya, karya sastra menunjukkan fenomena sosial yang terjadi di masyarakat dan mengandung nilai-nilai sosial yang berkembang seiring waktu. Melalui sosiologi sastra, pembaca dapat memahami bagaimana suatu karya mencerminkan realitas sosial dan memberikan kritik terhadap kondisi tersebut. Menurut (Efendy & Ilzamul Hikam, 2025) pendekatan melalui sosiologi sastra sastra dapat dilihat sebagai produk sosial yang merefleksikan ideologi, budaya, dan realitas sosial masyarakat di mana karya tersebut diciptakan.

Sastra populer adalah karya sastra yang mudah dipahami oleh masyarakat luas dan sering kali merefleksikan permasalahan kehidupan sehari-hari. Sastra populer memiliki daya tarik tersendiri, karena dekat dengan realitas sosial pembaca. Meskipun sering dianggap ringan, sastra populer tetap memiliki nilai sosial dan moral yang tinggi karena dapat menjadi media refleksi terhadap kehidupan nyata. Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* karya Brian Khrisna termasuk dalam kategori sastra populer modern yang menyentuh isu sosial, terutama mengenai tekanan hidup dan kesehatan mental generasi muda. Melalui penggambaran tokoh Ale, pembaca diajak merefleksikan kondisi sosial dan budaya yang membentuk perilaku manusia modern.

Penelitian ini menggunakan kerangka teoretis Sosiologi Sastra (Literary Sociology) yang dikembangkan oleh Ian Watt. Sosiologi sastra cabang ilmu yang menelaah hubungan timbal balik yang erat antara karya dan masyarakat. Pendekatan ini karya sastra tidak dianggap berdiri sendiri melainkan dipengaruhi oleh realitas kehidupan sosial, budaya, dan ideologi masyarakat di mana karya tersebut diciptakan. Pendekatan sosiologi sastra mencakup studi sastra yang melihat realitas sosial dari perspektif luar biasa (Nasution, 2017). Karya sastra bertimbal balik dalam konteks hubungan antara sastra dan masyarakat.

Ian Watt, dalam esainya “Literature and Society” (1964: 300-313), sosiologi sastra dapat diklasifikasi menjadi tiga aspek utama yang menyeluruh, yang akan menjadi analisis dalam penelitian untuk mengkaji novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna. Pertama adalah konteks sosial pengarang yang berfokus pada hubungan antara pengarang dan masyarakat. Kedua, anggapan bahwa sastra mewakili masyarakat, di mana teks dianggap sebagai representasi dari keadaan masyarakat saat itu. Ketiga adalah fungsi sosial sastra di mana karya sastra menyoroti peran pada masyarakat. Dimensi model sosiologi sastra Ian Watt dapat dipahami sebagai ekosistem yang saling terhubung, di mana teks sastra tidak berdiri sendiri, melainkan menjadi titik temu antara penulis dan pembaca dalam satu bingkai sosial.

**Tabel 1.** Dimensi Model Ian Watt.

Dimensi	Elemen & Ekonomi	Peran dalam Struktur
Penulis	Status & Ekonomi	Asal mula karya
Karya	Realisme & Bentuk	Cerminan realitas
pembaca	Resepsi & Fungsi	Tujuan dampak sosial

### 3. METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian menggunakan rancangan penelitian deskriptif kualitatif, karena data yang diperoleh berupa kata-kata fisik yang didapatkan, bukan angka-angka (Prawira,

2023). Subjek penelitiannya adalah novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna. Metode yang digunakan ialah pendekatan sosiologi sastra dengan menggunakan teori Ian Watt. Melalui Ian Watt sebagai pisau analisis utama untuk membedah hubungan antara karya sastra dan kenyataan sosial. Metode ini dilakukan dengan melihat tiga aspek yaitu (1) konteks sosial pengarang. (2) sastra sebagai cermin masyarakat. (3) fungsi sosial sastra.

#### **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna akan berfokus pada pembedahan menggunakan tiga pisau analisis dari teori Ian Watt yang dapat dikembangkan.

##### **Representasi Isu Kesehatan Mental dan Tekanan sosial.**

Dari analisis representasi isu kesehatan mental dan tekanan sosial ada tiga yang akan dibahas dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna (1) Depresi Sebagai Dampak Perundungan, (2) Stigma Masyarakat, (3) Internalisasi Luka. Berikut pemaparan dari ketiga poin yang ditemukan dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna.

##### **1. Depresi Sebagai Dampak Perundungan**

Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna dapat menggambarkan mengenai dampak perundungan, khususnya mengenai poster tubuh atau *body shaming* dan pengucilan sosial. Menurut (Pradana, 2024) bullying atau perundungan adalah penindasan atau kekerasan yang disengaja terhadap individu atau kelompok dengan tujuan menyakiti atau menjatuhkan mereka berulang kali. Bullying yang dilakukan dengan membawa *body shaming* dapat menyebabkan turunnya harga diri dan dapat mengakibatkan terjadinya gangguan psikologis kronis.

Kejadian-kejadian seperti ini tidak hanya ada pada cerita fiksi yang terdapat pada novel akan tetapi, terjadi juga dalam realitas sosial yang lebih luas. Lembaga riset Populix menyatakan pada penelitiannya Juni 2024 yang ditulis oleh (Adytama) 2024, menyatakan terjadinya 73% pekerja formal mengalami perlakuan tindakan bullying yang terjadi di tempat kerja, tindakan tersebut salah satunya mengenai *body shaming* sebagai bentuk kekerasan verbal dengan jumlah 38% responden. Dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna, yang dialami oleh tokoh Ale. Fenomena tersebut bukanlah hal biasa melainkan bagian dari permasalahan sosial yang besar.

##### **Data 1**

“Bentuk badanku yang tinggi 189 cm dengan berat badan 138 kg dan kulit hitam ini membuat orang-orang enggan mendekat lebih lama. Gila, badan si Ale bau banget!. Mereka seperti menganggapku tidak ada. Tak apa, biar perasaanku saja yang terluka. Aku sudah biasa.”  
(*Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* hlm 13)

## **Data 2**

“Badan lo makin gede aja, anjir! Hahahaha makin babon sekarang!”. “kucel amat lo, Le? Dari SMA belum mandi apa gimana?”. “katanya si Ale mana? Maskot Dufan kita. Hahaha”. “Lo sekarang main sama orang buta, Le” (*Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* hlm 188)

Kutipan-kutipan dalam tabel tersebut, menunjukkan bahwasannya body shaming diperlihatkan melalui serangan verbal terhadap kondisi fisik tokoh Ale. Perundungan atau dapat dikatakan sebagai tindakan bullying, yang kini terjadi di tempat kerja atau kantor dapat mengakibatkan dampak pada psikologisnya yaitu depresi berat. Gangguan pada pikiran dan anggapan bahwa dirinya tidak berguna dan tidak ada yang peduli terhadapnya. Merasa terkucilkan pada lingkungan sosial, “menganggapku tidak ada”, ini salah satu menggambarkan terhadap dirinya untuk diakui. Tokoh Ale yang merespon dengan “Aku sudah biasa” ini dapat diketahui bahwa kondisi tersebut adalah hal wajar bagi dirinya, karena kerap diperlakukan seperti itu. Data populix menunjukkan bahwa banyak karyawan tidak menyadari bahwa mereka adalah termasuk kedalam korban tindakan tersebut, dan kejadian seperti ini sering terjadi.

Normalisasi terhadap perundungan ini akhirnya menyebabkan patologi sosia seperti depresi dan keinginan tindakan bunuh diri dalam tokoh Ale pada novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna. Gangguan kesehatan mental termasuk depresi dengan menyakiti diri sendiri ini dapat muncul sejak masa kanak-kanak atau remaja termasuk juga pada lingkungan keluarganya, dengan bagaimana memperlakukan anaknya. Dalam situasi ini novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna berfungsi sebagai cerminan sosial yang merefleksikan dan memperingati tentang dampak nyata dari patologi sosial kerap terjadi yang dianggap remeh.

## **2. Stigma Masyarakat**

Novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna, stigma masyarakat digambarkan bukan sekadar pandangan negatif, melainkan bentuk kekerasan verbal yang terstruktur, justru kehidupan pada masyarakat adalah hal terpenting di lingkungan sekitar termasuk tempat kerja pendapat ini sejalan dengan (Fatimah & Puspitasari, 2024) yang mengatakan bahwa nilai sosial tidak bisa dipisahkan dari kehidupan masyarakat. Akan tetapi, pada novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna peran tokoh Ale menghadapi stigma sebagai laki-laki dewasa yang “gagal” karena tidak memenuhi standar produktivitas dan

sosial masyarakat urban. Hal tersebut tercermin pada karakter tokoh Ale dalam narasinya menunjukkan bahwa cacian dan hinaan menjadi faktor eksternal utama yang memperburuk depresi tokoh Ale yang dialami, sehingga dapat mengakibatkan dampak psikologis menjadi lebih dalam dan traumatis. Dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna, tokoh Ale dalam tempat kerjanya, teman-temannya menganggap Ale sebagai teman dekat justru mengorbankannya demi kepentingan diri sendiri.

### **Data 3**

*“ternyata, temenku barusan menukarkan kepalannya dengan kepalaku. Dan di sana, aku tertangkap sedang membawa kamera yang beberapa jam sebelumnya ditiptkan oleh temanku. Orang yang kuanggap temanku itu, tidak lagi mau menyapaku demi menyelamatkan nama baiknya. Sekali lagi, aku yang harus menanggung hal-hal buruk dari kesalahan yang diperbuat orang lain,”* (*Seporsi Mie Ayam Sebelum Mat* hlm 8)

Dalam narasi pada hal halaman 8, Brian Khrisna menggambarkan bagaimana Stigma dan penghakiman sosial bekerja secara membabi buta. Tokoh Ale mengalami sosial *injustice* (ketidakadilan sosial) di mana masyarakat atau lingkungan terdekatnya memilih untuk menghakimi sendiri tanpa melakukan klarifikasi terlebih dahulu. Kutipan-kutipan tersebut membuktikan bahwa stigma masyarakat menciptakan identitas paksa bagi korban. Masyarakat tidak melihat kebenaran, mereka hanya melihat dari satu sisi saja dengan beranggapan “barang bukti” sudah cukup menjadikan label netaif. Hal inilah yang membuat tokoh Ale menjadi memperparah kondisi mentalnya, di mana dapat beranggapan bahwa dunia tidak lagi adil dan aman.

### **Data 4**

*“mereka malah memintaku untuk bersabar. Tidak membelaku sama sekali. Tidak pernah sekali pun aku mendengar mereka memujiku atas segala pencapaian yang pernah aku raih saat aku kecil.”* (*Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* hlm 13)

### **Data 5**

*“jika aku marah, justru aku yang akan dimarahi oleh orangtuaku. “bikin mali!”, “laki-laki kok gampang panas!”, “cengeng”, “kapan mau dewasanya kamu.”* (*Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* hlm 13-14)

Kutipan-kutian di atas menunjukkan bahwa akar dari luka batin tokoh Ale, yaitu dari sistem pendukung terdekat (support system), tanggapan yang seharusnya ia butuhkan justru membuat tekanan bagi dirinya, ini menunjukkan bahwa luka Ale telah terinternalisasi sejak dini yaitu perlakuan orang tuanya, hal ini dapat dibuktikan pada kalimat “aku tidak terkejut

sama sekali, mengingat memang semuanya berawal dari dalam rumahku sendiri.” (Halaman 12).

Keluarga memainkan peranan penting dalam memberikan rasa aman dan menanamkan nilai-nilai kehidupan, yang keduanya sangat penting untuk pembentukan karakter individu yang baik (Assidiq Mulyana & Siti Fatimah, 2021). Ketidakharmonisan dalam lingkungan keluarga mengakibatkan kerentanan psikologis pada individu yang menjadikan tekanan mental karena faktor ketidakmampuan keluarga dalam menjalankan perannya. Menurut (Yulianti et al., 2023) keharmonisan adalah komponen yang sangat penting untuk kelangsungan hidup, dan memiliki komunikasi yang baik antara kedua orang tua adalah bagian penting dari membangun keluarga yang harmonis. Namun apa yang didapatkan oleh tokoh Ale tersebut tidak sesuai dengan harapannya di masa kecil.

### 3. Internalisasi Luka

Internalisasi luka dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna, digambarkan sebagai proses di mana trauma akibat perlakuan tidak menyenangkan dari lingkungan. Luka yang dialami tokoh Ale tidak berhenti pada kejadian fisik atau verbal saja, melainkan mengendap menjadi sebuah keyakinan diri yang negatif. Tokoh Ale dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna menampakkan bahwa tingkat depresi sudah menjadi luka yang mendalam hingga ujungnya tokoh utama memutuskan untuk melakukan tindakan bunuh diri. Munculnya pemikiran dengan kondisi tersebut memperlihatkan bahwa adanya tekanan sosial sebagai faktor utama penyebab gangguan kesehatan jiwa.

#### **Data 6**

*“kini tekadku sudah bulat. Aku akan bunuh diri 24 jam dari sekarang.” (Seporsi Mia Ayam Sebelum Mati hlm18)*

#### **Data 7**

*“aku ingin mati, tapi ingin mie ayam juga. Benar-benar sebuah komparasi yang sebenarnya tidak seimbang. Namun di keadaan seperti ini, dua-duanya terasa begitu masuk akal untukku.” (Seporsi Mia Ayam Sebelum Mati hlm 33)*

Pada data 6 kalimat “tekadku sudah bulat” (Hlm. 18), menandakan bahwa luka-luka yang sebelumnya dibahas telah mencapai titik jenuh. Internalisasi luka yang berlangsung terus-menerus tanpa adanya perdamaian dengan diri sendiri maupun pembelaan dari lingkungan sekitar, mengubah kesedihan menjadi keyakinan bahwa kematian adalah salah satu jalan keluar bagi tokoh Ale. Pada data 7 pada kalimat “aku ingin mati” menggambarkan ambivalensi

eksistensial, yang dimana makna hidup yang bertentangan secara bersamaan dengan naluri hidup “tapi ingin mie ayam juga” (Hlm. 33).

### **Analisis Sosiologi Sastra Teori Ian Watt**

Bagian ini akan membedah bagaimana hubungan timbal balik antara teks dan kenyataan sosial melalui tiga paradigma.

#### **1. Konteks Sosial Pengarang**

Analisis ini menelaah posisi Brian Khrisna sebagai pengarang dalam struktur sosial masyarakat modern. Sebagai penulis sastra populer, Brian Khrisna mempunyai kepekaan terhadap isu-isu kontemporer yang relevan dengan pembaca muda, khususnya generasi Z. Status sosial sebagai pengarang tidak hanya berperan dalam memproduksi teks, namun juga sebagai pengamat kejadian pada masyarakat urban. Dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna, konteks sosial pengarang terlihat pada kemampuan dalam menangkap realitas tekanan berada di dunia kerja. Pengarang berperan menjadi mediator yang menyuarakan keresahan masyarakat sekitar mengenai gangguan kesehatan mental yang diakibatkan dari banyaknya tindakan bullying.

#### **2. Sastra sebagai Cermin Masyarakat**

Realitas sosial dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna. Karya ini mencerminkan kondisi masyarakat Indonesia yang masih terjebak dalam stigma negatif terhadap gangguan jiwa. Penulis menunjukkan “cermin” berupa tindakan perundungan (bullying) dan *body shaming* yang dialami oleh tokoh Ale, yang mana hal ini sangat relevan dengan data nyata di dunia kerja. Selain itu, novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna memotret rapuhnya sistem pendukung dalam institusi keluarga, di mana orang tua sering kali menganggap remeh mengenai depresi yang dimiliki oleh anak dengan ucapan “cengeng” atau “kurang sabar” (Hlm. 13-14). Representasi tersebut menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental bukan sekedar gangguan klinis individu, melainkan patologi sosial dipicu oleh lingkungan yang tidak empatik.

#### **3. Fungsi Sosial Sastra**

Secara fungsional, novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna bukan sekedar menjadikan hiburan estetis, namun juga sebagai alat advokasi sosial. Sastra disini berperan memberikan pemahaman baru bagi pembaca mengenai pentingnya empati dan penerimaan sosial. Dengan penggambaran tokoh Ale yang ingin mati namun masih memiliki sebuah keinginan yaitu makan mie ayam, novel tersebut menjalankan sebagai edukatif untuk memanusiakan penderitaan depresi. Fungsi sosialnya adalah untuk mendorong perubahan sudut pandang pembaca agar lebih peduli terhadap kesehatan mental

dan menyadari bahwa dukungan adalah hal terpenting bagi semua orang, hal tersebut kunci dari penyelamat untuk seseorang yang berada di ambang keputusan.

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

Dalam pendekatan sosiologi sastra dengan model teori Ian Watt melibatkan tiga paradigma yang saling terkait, yakni konteks sosial pengarang, sastra sebagai cermin masyarakat, fungsi sosial sastra. Penelitian ini menunjukkan bahwa novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati* Karya Brian Khrisna berhasil merepresentasikan bahwa kesehatan mental adalah fenomena sosial yang kompleks. Masalah ini berakar pada kondisi lingkungan, budaya, dan bagaimana masyarakat memperlakukan individu yang dianggap “berbeda” atau “gagal” menurut standar sosial yang berlaku.

## DAFTAR REFERENSI

- Aditia, S., Maharani Umayu, N., & Suciati, S. (2025). Patologi sosial dalam novel *Seporsi mie ayam sebelum mati* karya Brian Khrisna: Pendekatan sosiologi sastra. *Onoma*, 11(4), 4745–4760. <https://doi.org/10.30605/onoma.v11i4.7176>
- Adytama, S. (2024). *Perlakuan tidak menyenangkan di tempat kerja: Realita suram dan tantangan generasi muda*. Populix. <https://info.populix.co/articles/perlakuan-tidak-menyenangkan-di-tempat-kerja/>
- Assidiq Mulyana, R., & Fatimah, S. (2021). Penguatan peran ayah dalam pencegahan COVID-19 di lingkungan keluarga. *Edueksos*, 10(2), 273–283. <https://doi.org/10.24235/edueksos.v10i2.9415>
- Damono, S. D. (2011). Pengarang, karya sastra, dan pembaca. *Lingua: Jurnal Ilmu Bahasa dan Sastra*, 1(1), 22–37. <https://doi.org/10.18860/ling.v1i1.540>
- Efendy, L., & Hikam, A. I. (2025). Konstruksi identitas remaja dalam tekanan sosial pada novel *Argantara*: Kajian sosiologi sastra. *Fonologi: Ilmuan Bahasa dan Sastra Inggris*, 3(2). <https://doi.org/10.61132/fonologi.v3i2.1935>
- Fatimah, S., & Puspitasari, I. (2024). Representasi nilai-nilai sosial budaya dalam cerpen *Tungku di tubuh ibu* karya Prima Yuanita dalam kajian sosiologi sastra. *Asmaraloka*, 2(1), 51–61. <https://doi.org/10.55210/asmaraloka.v2i1.397>
- Gilang Arya, B., & Septiana, H. (2025). Representasi nilai sosial dalam novel *Kisah yang pilu untuk kita yang ragu* karya Boy Chandra: Kajian sosiologi sastra Ian Watt. *Bapala*, 12(1), 65–73. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/bapala/article/view/65560>
- Juahari, M. K. P., & Arviani, H. (2023). Analisis resepsi Gen Z terhadap isu kesehatan mental dalam film dokumenter *Selena Gomez: My Mind & Me*. *Journal of Social Science Research*, 3, 5351–5365.
- Karuniawan, D. Y. (2025). Kemiskinan urban dalam novel *Seporsi mie ayam sebelum mati* karya Brian Khrisna. *SeBaSa*, 8(2), 362–375. <https://doi.org/10.29408/sbs.v8i2.30224>

- Mubasyaraoh. (2014). Pengenalan sejak dini penderita mental disorder. *Konseling Religi*, 4(1), 127–144.  
<http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/konseling/article/download/1073/985>
- Murnitasari, A. M., Putri Malika, K., P. L. A. W., Amalia, P., Rachmadya, A., Elyasin, I., & Dewi, L. (2024). Membangun kekuatan mental pada Gen Z di era digital di Panti Baitul Walad Samarinda. *JPMI*, 4(1), 183–191. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.2089>
- Nasution, W. (2017). Kajian sosiologi sastra novel *Dua ibu* karya Arswendo Atmowiloto: Suatu tinjauan sastra. [*Nama jurnal tidak jelas*], 6(November), 5–24.  
<http://www.nber.org/papers/w16019>
- Pradana, C. D. E. (2024). Pengertian tindakan bullying, penyebab, efek, pencegahan, dan solusi. *JSA*, 5(3). <https://doi.org/10.46799/jsa.v5i3.1071>
- Prawira, A. Y. (2023). Kritik sosial dalam lirik lagu karya Enau dan relevansinya dengan pembelajaran bahasa Indonesia di SMA. 1.
- Sari, D. T. P., Rosda, F. S., & Susanto, D. (2023). Analisis sosiologi sastra dalam novel *Ranah 3 warna* karya Ahmad Fuadi. *Mlangun: Jurnal Ilmiah Kebahasaan dan Kesastraan*, 20(2), 199–208.
- Yulianti, T., Astuti, M., & Triayunda, L. (2023). Komunikasi keluarga sebagai sarana keharmonisan keluarga. *Journal of Social Science Research*, 3, 4609–4617.