

Kehidupan Kedua dan Dorongan Naluri: Studi Tentang Eros dan Thanatos dalam Anime *ReLife*

Zanuar Sholihul Syafnur¹, Budi Mulyadi²

^{1,2}Universitas Diponegoro, Semarang, Indonesia

Received: 30-11-2024; Revised: 10-12-2024; Accepted: 15-01-2025; Published: 16-01-2025

Abstract

This study aims to analyze the dynamics of a second life and instinctual drives in the anime *ReLife* using Sigmund Freud's psychoanalytic theory, particularly the concepts of Eros and Thanatos. *ReLife* narrates the journey of Arata Kaizaki, the main character, who is given the opportunity to relive his youth through a scientific experiment. This study explores how the life drive (Eros), associated with the desire for survival, love, and reproduction, competes with the death drive (Thanatos), which involves destruction, despair, and the tendency to return to a state of non-existence. By employing a narrative analysis method and a qualitative approach, the research reveals that *ReLife* symbolically portrays the struggle between Eros and Thanatos within Arata's internal conflict as he strives to begin a new life while overcoming his past trauma. The findings indicate that *ReLife* not only illustrates the character's struggle to rebuild his social life but also presents a deeper theme concerning the conflict between life and death instincts in the context of modern life.

Keywords: *Eros; Modern life; Psychoanalysis; ReLife; Thanatos*

1. Pendahuluan

Sigmund Freud melalui *Beyond the Pleasure Principle* menguraikan dua naluri utama: naluri kehidupan (*Eros*) dan naluri kematian (*Thanatos*) (Freud, 1920). *Eros* meliputi dorongan pelestarian diri (*self-preservation drive*) dan dorongan seksual (*sex drive*), yang didukung oleh energi *libido* yang berpusat pada *id* (Floriani & Arafah, 2019). Naluri ini mencerminkan dorongan untuk membangun, melindungi, dan melestarikan kehidupan, serta memenuhi kebutuhan biologis, sosiopsikologis, dan sosiogenis manusia (*ethos* membangun) (Asmaya, 2015). Sebaliknya, *Thanatos* mencerminkan dorongan destruktif untuk menghancurkan atau meniadakan kehidupan, sering muncul sebagai mekanisme penanggulangan (*coping mechanism*) terhadap trauma atau konflik berat.

Freud meyakini bahwa kehidupan pada akhirnya kembali ke bentuk anorganik, sejalan dengan naluri kematian yang lebih primitif daripada prinsip kenikmatan. Dorongan ini bertentangan dengan naluri bertahan hidup, berkembang biak, dan memenuhi keinginan (Floriani & Arafah, 2019).

¹ Corresponding Author. Email: zanuarsyafnur@gmail.com
Telp. +6285867359403

Anime adalah animasi khas Jepang dengan gaya visual unik dan beragam genre yang tidak hanya berfungsi sebagai media hiburan, tetapi juga mencerminkan aspek kehidupan masyarakat Jepang (Achsani, 2019); (Mahardika et al., 2022); (Indriani & Santoso, 2024). Dalam berbagai karyanya, *anime* sering mengangkat tema psikologis yang menggambarkan kondisi manusia melalui karakter dan narasi yang kompleks (Rahmah & Masitoh, 2024). Salah satu contohnya adalah *anime ReLife*, yang mengeksplorasi konflik batin karakter utamanya, Arata Kaizaki, antara harapan perubahan (*Eros*) dan keputusan akibat trauma (*Thanatos*).

Anime ReLife secara khusus menampilkan representasi yang kuat terkait perjuangan karakter utama antara dorongan untuk hidup dan keinginan untuk menyerah. Melalui karakter Arata Kaizaki, *ReLife* menggambarkan konflik batin antara harapan akan perubahan positif dan keputusan yang muncul akibat kegagalan di masa lalu. Konflik ini sejalan dengan teori *Eros* dan *Thanatos* yang dikemukakan oleh Freud. Secara eksplisit, *ReLife* tidak hanya menggambarkan transformasi fisik Arata kembali ke masa mudanya, tetapi juga mengeksplorasi perjalanan emosional dan psikologisnya yang kompleks. Konflik antara dorongan untuk memperbaiki hidup (*Eros*) dan kecenderungan destruktif akibat trauma masa lalu (*Thanatos*) menjadi inti dari perkembangan karakter tersebut.

Sebagai katalisator utama dalam dinamika emosional Arata sepanjang narasi, *ReLife* secara eksplisit menampilkan konflik antara *Eros* dan *Thanatos*. Berdasarkan teori Freud, dorongan hidup (*Eros*) dan dorongan kematian (*Thanatos*) secara simultan memengaruhi setiap keputusan individu, termasuk keputusan Arata dalam upayanya mencapai keseimbangan antara kedua dorongan tersebut.

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini. Pertama, Qadriani & Nurhadi (2022) mendeskripsikan dorongan naluriah dalam novel *Sogi* karya Faika Burhan menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud tentang *Eros* dan *Thanatos* dengan metode kualitatif deskriptif, yang menunjukkan dorongan hidup (kebutuhan dasar dan seksual) dan dorongan kematian (terhadap diri sendiri dan orang lain) muncul melalui ketidaksadaran tokoh. Kedua, Ristiawati et al. (2022) menganalisis dinamika kepribadian Sasaki Miyo dalam *Nakitai Watashi wa Neko wo Kaburu* dengan metode kualitatif dan teori Sigmund Freud, menemukan bahwa insting, kecemasan, dan mekanisme pertahanan mempengaruhi dinamika kepribadian Miyo. Terakhir, Palupi (2018) mengidentifikasi puitika naluri kematian dalam kumpulan puisi *Giah Ghata* menggunakan teori puitika Roman Jakobson dengan metode kualitatif-interpretatif, yang menemukan tataran fonologi mencerminkan energi spiritual dan kesakralan, tataran sintaksis dengan makna gelap, serta tataran semantik yang mengungkap metafora dalam lima metonimi.

Berdasarkan ringkasan beberapa penelitian terdahulu, diketahui bahwa hanya sedikit peneliti yang berfokus pada dinamika kehidupan kedua dan dorongan naluriah dalam konteks anime, serta hubungannya dengan teori psikoanalitik Freud. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dinamika kehidupan kedua dan dorongan naluriah dalam anime *ReLife* dengan menggunakan teori psikoanalitik Sigmund Freud, khususnya konsep *Eros* dan *Thanatos*.

2. Metode

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dinamika kehidupan kedua serta dorongan naluriah dalam anime *ReLife* dengan memanfaatkan teori psikoanalitik Sigmund Freud, khususnya konsep *Eros* dan *Thanatos*. Penelitian ini bersifat kualitatif, yang ditandai oleh upaya untuk memahami gejala-gejala yang tidak memerlukan kuantifikasi atau yang sulit diukur secara presisi (Abdussamad, 2021). Pendekatan kualitatif digunakan untuk menggali penilaian subyektif terhadap sikap, opini, dan perilaku individu (Kusumastuti & Khoiron, 2019).

Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi observasi dan kajian pustaka. Observasi adalah metode pengumpulan data yang bertujuan untuk menyajikan gambaran realistik mengenai perilaku atau kejadian, menjawab pertanyaan penelitian, memahami perilaku manusia, serta mengevaluasi aspek-aspek tertentu melalui pengukuran dan pemberian umpan balik terhadap pengukuran tersebut (Murdiyanto, 2020). Dalam penelitian ini, dilakukan observasi terstruktur terhadap seluruh episode *ReLife* dengan fokus pada adegan-adegan yang mencerminkan konflik internal karakter utama. Sementara itu, teknik kajian pustaka dilakukan dengan eksplorasi literatur dan sumber informasi yang relevan untuk memperoleh pemahaman mendalam terkait praktik terbaik, teori-teori yang relevan, dan hasil penelitian sebelumnya (Aprilyada et al., 2023). Kajian pustaka mencakup analisis menyeluruh terhadap episode *ReLife* untuk mengumpulkan data yang relevan dengan rumusan masalah.

Langkah-langkah metode penelitian meliputi pengumpulan data, analisis data, dan penyajian hasil. Data yang dikumpulkan berupa episode *ReLife* yang digunakan sebagai referensi untuk interpretasi lebih lanjut. Setelah data terkumpul, analisis dilakukan secara deskriptif untuk mengidentifikasi unsur-unsur kehidupan kedua dan dorongan naluriah yang terdapat dalam anime *ReLife*. Hasil analisis kemudian disajikan dengan mengacu pada teori-teori yang relevan dengan penelitian (Mahirrahman & Purnomo, 2023).

Penelitian ini diharapkan dapat mengungkapkan dinamika kehidupan kedua serta dorongan naluriah dalam anime *ReLife* melalui penerapan teori *Eros* dan *Thanatos* dari Sigmund Freud.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Manifestasi Eros dan Thanatos dalam karakter utama

Dorongan kehidupan (*Eros*) pada karakter Kaizaki Arata terlihat dalam upayanya untuk membangun kembali kehidupan sosial dan profesionalnya setelah mengalami kegagalan. Ini tercermin dalam interaksi sosialnya dengan karakter lain serta keinginannya untuk memperbaiki kesalahan masa lalu seperti terlihat dalam kutipan di bawah ini.

Yoake : 「君は一年を影のように過ごしたって言ってたじゃないか」

Arata : 「もしそれが...」

Yoake : 「僕はいいことだと思うけど。君は本当に周りによく気を配るタイプだね。ただ気づくだけでなく、手を差し伸べようとする。それが君の良さだと思うんだ。でも、それが一番良い方法なのかな？人の目の前の障害を全部取り除くことが、本当にその人のためになるのかな？」

Yoake : bukannya kamu bilang ingin melewati satu tahun ini layaknya bayangan dalam gelap?

Arata : Kalau itu...

Yoake : Menurutku, itu hal yang bagus, kok. kamu benar-benar tipe orang yang selalu memperhatikan sekeliling ya. kamu bukan hanya sebatas menyadarinya, tapi berusaha untuk memberikan bantuan. Menurutku itulah salah satu kelebihanmu. tapi apa benar itu cara terbaik? apakah membantu menghilangkan semua penghalang di jalan seseorang itu cara terbaik bagi mereka?

(Episode 4 10:55 – 11:16)

Sebaliknya dorongan kematian (Thanatos) muncul melalui rasa putus asa, isolasi, dan kecenderungannya untuk menyabotase diri sendiri akibat trauma dan ketakutan akan masa depan yang tidak pasti seperti terlihat dalam kutipan di bawah ini.

Arata: 「もしかしたら、今は現状維持をしようとしているのかもしれない。」

どんな現状を維持しようとしているのか、考えてみたことはある?

Arata : mungkin bisa dibilang, sekarang lagi berusaha mempertahankan status. Status apa yang harus dipertahankan, coba?

(Episode 1 01:00 - 01:40)

Arata: 「ここまで来たら、何が起きても受け入れる！」

君の挑戦、受け入れるよ、ReLife!

Arata : Kalau sudah sejauh ini apa yang terjadi, terjadilah!

Aku terima tantanganmu, ReLife!

(Episode 2 00:20 - 00:35)

3.2 Konflik Internal dan Dinamika Psikologis

Karakter utama mengalami konflik internal yang kuat antara keinginan untuk hidup (Eros) dan ketakutannya untuk mengulang kegagalan yang sebelumnya dialaminya (Thanatos). Konflik ini diekspresikan melalui fluktuasi emosional dan keraguannya dalam membuat keputusan penting terkait dengan kehidupan pribadi dan profesional. Ia bimbang mengenai tindakan apa yang harus dilakukan supaya dapat diterima di masyarakat mengingat keputusannya terakhir kali berakhir mengecewakan. Konflik ini sejalan dengan teori psikoanalitik Freud, dimana hidup dan mati selalu berlawanan dan menciptakan ketegangan yang membentuk kepribadian seseorang.

荒田の心 : 僕も他の人や社会と関わるのが怖くなってきた。もっと大人だったら...。感情を殺して、もっとうまく人付き合いができたなら、社会の一員でいられるのかな?それが一番いい選択なのかな?

Benak Arata : aku pun mulai ketakutan bila harus berhubungan dengan orang lain maupun

kehidupan sosial. seandainya aku bersikap lebih dewasa lagi... seandainya aku mematikan emosi dan mencoba berbaur lebih baik lagi, apa aku akan tetap menjadi bagian dari masyarakat? apa itu keputusan terbaik?

(Episode 11 13:55 – 14:15)

Junior Lelaki: 会社を辞めてから、生活は大変じゃないですか？今は何をしていますか？個人的な参考にしたいので、教えていただけたら嬉しいです。

Arata: 辞めたばかりの頃は何もできなくて、しばらくは大変だったよ。でも、生きていくためには働かないとね。

Arata: でもさ、あの会社に人生捧げるなんて、そんなことできるわけないじゃん。どんなことにも良いこと悪いことがあるけど、おかげで色んな人と出会えたし。あの会社を辞めて本当によかったと思ってる。

Junior Lelaki : Apa kehidupan setelah keluar dari kantor terasa berat? apa kegiatanmu sekarang? maaf aku hanya ingin tahu sebagai pedoman pribadi

Arata : setelah keluar, alu jelas tidak bisa apa-apa untuk sementara waktu. tapi, kita harus kerja untuk bertahan hidup.

Arata : tapi, walau begitu, aku bukanlah orang baik yang sudi memberikan satu-satunya hidupku ke perusahaan siting itu! semua perbuatan ad akibatnya, tapi berkat itu, aku bisa bertemu orang-orang baru di luar sana. sekarang aku bersyukur bisa berhenti dari perusahaan itu.

(Episode 11 16:40 – 18:17)

3.3 Simbolisme Visual dan Naratif dalam Anime

Simbolisme visual, seperti perubahan suasana hati dalam anime dan warna, mencerminkan keadaan psikologis karakter. Adegan-adegan dengan nuansa gelap mencerminkan Thanatos, sementara adegan yang lebih cerah dan penuh interaksi sosial menunjukkan pengaruh Eros.

3.3.1 Thanatos



Gambar 1. Pada saat Arata menyerahkan surat pengunduran diri (Episode 11 13:47)



Gambar 2. Pada saat Arata menemukan seniornya bunuh diri (Episode 9 16:34)

3.3.2 Eros



Gambar 3. Saat berduka dalam festival kembang api (Episode 13 10:25)



Gambar 4. Arata memberikan nasihat setelah festival kembang api (Episode 13 18:00)

Dari sisi naratif, pengembangan cerita yang berkisar pada perjuangan Arata untuk beradaptasi dengan kehidupan baru setelah mengalami kemunduran sosial-profesional menjadi cermin nyata dari dualitas Eros dan Thanatos dalam kehidupan modern.

Arata: 「もし僕がこのReLifeのリハビリについて漏らしたら、実験は中止されて、この期間の記憶は消される

。」

Arata : seandainya aku membocorkan tentang rehabilitas ReLife ini, maka eksperimen akan dihentikan dan ingatanku selama menjalaninya akan dihapus.

(Episode 2 20:00 - 20:30)

3.4 Proses Reintegrasi Sosial Melalui Konflik Batin

Seiring dengan perkembangan plot, Arata Kaizaki secara bertahap mulai mengatasi dorongan destruktifnya (Thanatos) dan lebih fokus pada dorongan kehidupan (Eros). Ini terlihat dari peningkatan keterlibatannya dengan lingkungan sosial dan usahanya untuk membantu orang lain. Pertarungan antara kedua dorongan ini menghasilkan reintegrasi sosial yang kuat di akhir cerita, di mana karakter mampu berdamai dengan masa lalunya dan membuka diri untuk kehidupan baru.

Hishiro:

＞ 私は、友達のいない内気な女の子。もっと頑張りたいのに。そんなことくらい、分かるでしょ。あなたは本当に鈍感ね。

Hishiro : Aku, cewek penyendiri yang tidak punya teman. Ingin berusaha maju selangkah lebih baik lagi. Harusnya kalau sebatas itu, kamu bisa memahaminya. Kamu ini benar-benar bodoh, ya.

Arata:

＞ それなら、僕が鈍感だったことを謝るよ。でも、君が今のように言葉でちゃんと伝えることができれば、きっとみんなも分かってくれるし、君を避けることもなくなると思う。君の努力はすごいよ。

Arata : kalau begitu, aku minta maaf karena sudah tidak peka. Tapi, kalau kau bisa mengutarakannya lewat kata-kata seperti barusan, aku yakin orang-orang bisa mengerti dan tidak menjaga jarak denganmu. Usahamu luar biasa.

(Episode 2 17:13 - 17:53)

3.5 Pertumbuhan Emosional

Anime ReLIFE menggambarkan pertumbuhan emosional individu dalam konteks sosial secara mendalam. Melalui eksperimen "ReLIFE", karakter utama, Kaizaki Arata, diberikan kesempatan untuk merekonstruksi identitasnya dan mengeksplorasi potensi yang sebelumnya terpendam. Alur cerita ini menunjukkan bagaimana lingkungan sosial baru, interaksi dengan teman sebaya, dan konfrontasi dengan masa lalu dapat memicu perubahan diri yang penting. Pertumbuhan emosional Arata, dari mengatasi kegagalan hingga membangun hubungan autentik, mencerminkan proses pendewasaan kompleks dan universal. Lebih lanjut, anime ini menggarisbawahi pentingnya dukungan sosial dalam proses pemulihan diri dan pencapaian tujuan hidup. Dengan demikian, ReLIFE tidak hanya sebagai hiburan, melainkan juga sebagai refleksi mendalam tentang arti kehidupan dan kemampuan manusia untuk berubah.

Arata : アラタ：一年間という限られた青春。たとえ幻想のように忘れられてし

もう

としても、このリライフの中で、僕は全てを楽しみ、大切にしていくなだ!

Masa muda yang dibatasi selama satu tahun. Sekalipun aku akan dilupakan layaknya sebuah ilusi, tapi aku akan menikmati dan menjaga baik-baik semuanya... dalam ReLife ini!

4. Kesimpulan

Penelitian ini mengungkapkan bahwa anime ReLife secara efektif menggambarkan konflik antara Eros (dorongan hidup) dan Thanatos (dorongan mati) dalam karakter utama, Arata Kaizaki. Konflik internal yang dialami Arata, yang diwarnai oleh kegagalannya di masa lalu dan keinginan untuk memperbaiki diri, menjadi cerminan dualitas psikoanalitik Freud. Thanatos terlihat dalam rasa putus asa dan keinginan untuk menyerah, sementara Eros muncul dalam dorongan untuk memulai kehidupan baru dan berintegrasi kembali secara sosial. Simbolisme visual, seperti perubahan suasana hati dalam adegan-adegan tertentu, serta dialog yang mendalam, memperkuat gambaran ketegangan antara dua dorongan ini, yang terus membayangi perkembangan karakter sepanjang narasi.

Lebih jauh, ReLife menampilkan proses reintegrasi sosial dan emosional melalui kemenangan Eros atas Thanatos. Arata akhirnya mampu berdamai dengan masa lalunya, menerima kesempatan kedua, dan tumbuh secara psikologis. Anime ini menawarkan pelajaran penting tentang pertumbuhan diri dan pemulihan dari trauma, serta menunjukkan bagaimana media fiksi seperti anime dapat menjadi medium yang efektif untuk mengeksplorasi dinamika psikoanalitik yang kompleks. Hasil penelitian ini menegaskan relevansi teori Freud dalam memahami konflik internal manusia melalui narasi visual, memberikan perspektif baru tentang pentingnya kesempatan kedua dalam kehidupan modern.

Daftar Pustaka

- Abdussamad, Z. (2021). *Metode penelitian kualitatif*. Syakir Media Press.
- Achsani, F. (2019). Aspek moralitas dalam anime *Captain Tsubasa* melalui penggunaan tindak tutur asertif dan ekspresif. *Lingua: Jurnal Bahasa dan Sastra*, 15(1), 23–35.
- Aprilyada, G., Zidan, M. A., Nurlia, N., Ainunisa, R. A., & Widi, W. W. (2023). Peran kajian pustaka dalam penelitian tindakan kelas. *Jurnal Kreativitas Mahasiswa*, 1(2), 165–173.
- Asmaya, E. (2015). Pembentukan jiwa manusia melalui pesan tauhidullah. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 9(1), 69–86.
- Floriani, R., & Arafah, B. (2019). Instinct of the main character in Defoe's *Robinson Crusoe*. *International Journal*, 7(2), 55–59. <https://doi.org/10.15640/ijll.v7n2a6>
- Freud, S. (1920). *Beyond the pleasure principle*. Penguin Books Canada Ltd.
- Indriani, E. F., & Santoso, B. (2024). Perwujudan konsep *On* pada tokoh Frieren dan Heiter dalam anime *Sousou no Frieren* karya Kanehito Yamada. *KIRYOKU*, 8(2), 60–71.

- Kusumastuti, A., & Khoiron, A. M. (2019). *Metode penelitian kualitatif*. Lembaga Pendidikan Sukarno Pressindo.
- Mahardika, I. G. A. S., Damayanti, S., & Dewi, N. M. A. A. (2022). Ekofeminisme dalam anime *Miyori no Mori* karya Nizou Yamamoto. *KIRYOKU*, 6(1), 32–41.
- Murdiyanto, E. (2020). *Metode penelitian kualitatif: Teori dan aplikasi disertai contoh proposal*. Lembaga Penelitian dan Pengabdian Pada Masyarakat UPN "Veteran" Yogyakarta Press.
- Palupi, N. A. P. (2018). Naluri kematian dalam kumpulan puisi *Ghirah Gatha* karya Lan Fang: Kajian puitika Roman Jakobson. *Jurnal Sapala*, 5(1), 1–17.
- Qadriani, N., & Nurhadi, S. A. (2022). Naluri pengarang dalam novel *Sogi* karya Faika Burhan. *SESHISKI: Southeast Journal of Language and Literary Studies*, 2(2), 138–155.
- Rahmah, Y., & Masitoh, M. (2024). Kondisi psikologis tokoh Miyaichi Kazuki dalam kehidupan remajanya (Kajian psikologi sastra pada film *Hotto Roodo*). *KIRYOKU*, 8(2), 519–531.
- Rahman, M. M., & Purnomo, A. R. P. (2023). Konsep keberanian dan pantang menyerah pada tokoh Sugimoto dan Asirpa dalam anime *Golden Kamuy*. *KIRYOKU*, 7(1), 92–99.
- Ristiawati, T., Prasetyo, V. M., & Sumargono, A. R. (2022). Dinamika kepribadian tokoh Sasaki Miyo dalam anime *Nakitai Watashi wa Neko wo Kaburu*. *AYUMI: Jurnal Budaya, Bahasa dan Sastra*, 9(2), 120–137. <https://doi.org/10.25139/ayumi.v9i2.4811>