

## ANALISIS WACANA KRITIS OPINI “KAMU BUKAN PEMALAS, KAMU ADALAH PENAKUT” DI MEDIUM DENGAN MODEL VAN DIJK

Miranda Putri Madina Lubis<sup>1</sup>, Hilma Erfiani Baroroh<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Nasional, [mirandaakim8@gmail.com](mailto:mirandaakim8@gmail.com)

<sup>2</sup>Universitas Terbuka, [hilmaerfiani@ecampus.ut.ac.id](mailto:hilmaerfiani@ecampus.ut.ac.id)

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap peran ketakutan sebagai faktor utama di balik penundaan pekerjaan dengan menganalisis opini Kamu Bukan Pemalas, Kamu Adalah Penakut karya Bagus Ramadhan di Medium. Latar belakang penelitian ini berangkat dari pemahaman masyarakat yang sering mengaitkan penundaan dengan kemalasan tanpa mempertimbangkan faktor psikologis lainnya. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan model tinjauan wacana kritis menurut teori Teun A. Van Dijk, mencakup analisis struktur makro, superstruktur, struktur mikro, konteks sosial, serta kognisi sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teks ini membongkar stereotip kemalasan dan menawarkan perspektif baru tentang ketakutan sebagai penyebab penundaan pekerjaan. Penelitian ini berkontribusi pada pemahaman sosial dan psikologis mengenai perilaku manusia serta memberikan wawasan baru tentang faktor yang memengaruhi produktivitas individu.

**Kata Kunci:** Penundaan pekerjaan; Ketakutan; Analisis wacana kritis; Van Dijk.

### ABSTRACT

*This study aims to uncover the role of fear as the primary factor behind procrastination by analyzing the opinion piece Kamu Bukan Pemalas, Kamu Adalah Penakut written by Bagus Ramadhan on Medium. The background of this research stems from societal perceptions that often associate procrastination with laziness, without considering other psychological factors. This study employs a qualitative descriptive method with a critical discourse analysis model based on Teun A. Van Dijk's theory, encompassing macrostructure, superstructure, microstructure, social context, and social cognition analysis. The findings reveal that the text deconstructs the laziness stereotype and offers a new perspective on fear as a cause of procrastination. This research contributes to the social and psychological understanding of human behavior and provides new insights into factors influencing individual productivity.*

**Keywords:** Procrastination; Fear; Critical discourse analysis; Van Dijk.

**How to Cite:** Lubis, M. P. M., & Baroroh, H. E. (2026). ANALISIS WACANA KRITIS OPINI “KAMU BUKAN PEMALAS, KAMU ADALAH PENAKUT” DI MEDIUM DENGAN MODEL VAN DIJK . *Bahtera Indonesia; Jurnal Penelitian Bahasa Dan Sastra Indonesia* , 11(1), 17–31. <https://doi.org/10.31943/bi.v11i1.1175>

**DOI:** <https://doi.org/10.31943/bi.v11i1.1175>

## PENDAHULUAN

Tulisan opini adalah media yang digunakan untuk menyampaikan pandangan atau perspektif individu terhadap suatu isu dengan tujuan memengaruhi opini publik. Menurut Clark (2006: 15), tulisan opini membantu pembaca memahami isu kompleks dan mendorong pertimbangan sudut pandang yang berbeda. Sementara itu, Fish (2016) menyebutkan bahwa tulisan opini berfungsi untuk memengaruhi pembaca dengan menyajikan sudut pandang subjektif penulis melalui argumen persuasif.

Penelitian ini berfokus pada analisis tulisan opini berjudul *Kamu Bukan Pemalas, Kamu Adalah Penakut* karya Bagus Ramadhan yang diterbitkan di *platform* Medium. Tulisan tersebut mengembangkan wacana dari artikel *You Are Not Lazy, You Are Afraid*, dengan perspektif yang menyoroti ketakutan sebagai faktor penundaan pekerjaan, bukan sekadar kemalasan.

Analisis penelitian ini dilakukan menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan analisis wacana kritis model Teun A. Van Dijk. Pendekatan ini mencakup analisis struktur mikro, makro, superstruktur, konteks sosial, dan kognisi sosial untuk mengidentifikasi relasi kekuasaan serta ideologi yang terkandung

dalam teks opini tersebut. Struktur mikro menganalisis elemen bahasa seperti diksi dan sintaksis yang menunjukkan sikap penulis. Struktur makro memeriksa tema utama teks, sedangkan superstruktur mengkaji organisasi informasi dalam teks.

Kontribusi penelitian ini bertujuan untuk membongkar stereotip kemalasan yang sering diasosiasikan dengan penundaan pekerjaan, serta menawarkan perspektif baru mengenai peran ketakutan dalam fenomena tersebut. Dengan demikian, penelitian ini memperluas pemahaman mengenai dinamika psikologis dan sosial yang memengaruhi produktivitas individu.

Penelitian mengenai analisis wacana kritis menggunakan pendekatan Teun A. Van Dijk banyak dilakukan dalam berbagai konteks. Teori ini membahas hubungan antara bahasa, ideologi, dan kekuasaan dalam teks, serta mengkaji struktur mikro, makro, dan superstruktur dalam wacana. Pendekatan ini juga memfokuskan pada kognisi sosial yang mendasari proses penyusunan wacana, yang menunjukkan bagaimana faktor-faktor sosial dan budaya dapat memengaruhi pandangan penulis.

Mutiara Nur Shafira (2022) dalam penelitiannya mengenai tulisan opini

"Kesehatan Mental: Stigma, Glorifikasi, Self Diagnosis" di IDN Times, menerapkan pendekatan Van Dijk untuk menganalisis struktur teks yang terdiri dari segi tematik, skematik, semantik, sintaksis, stilistik, dan retorik. Penelitian ini menunjukkan bagaimana wacana dalam teks membentuk persepsi pembaca terhadap isu kesehatan mental dan bagaimana ideologi penulis tercermin melalui pilihan bahasa dan struktur yang digunakan. Penelitian ini berfokus pada bagaimana teks membangun makna yang berkaitan dengan stigma dan glorifikasi mengenai kesehatan mental.

Dalam penelitian lain, Yusar, Sukarelawati, dan Agustini (2020) menganalisis buku motivasi *Sebuah Seni Untuk Bersikap Bodo Amat* dengan menggunakan model Van Dijk. Penelitian ini mengidentifikasi kognisi sosial dalam wacana kritis yang disajikan oleh penulis buku tersebut. Faktor budaya dan kepercayaan diungkapkan sebagai pengaruh utama dalam pembentukan sikap dan opini penulis, yang kemudian tercermin dalam teks wacana. Penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan, opini, dan sikap penulis terhadap kehidupan sosial dan budaya sekitar sangat memengaruhi proses pembuatan wacana dalam buku tersebut.

Melalui kedua penelitian tersebut, terlihat bahwa pendekatan analisis wacana kritis dapat mengungkapkan bagaimana ideologi penulis terbentuk oleh faktor sosial, budaya, dan psikologis yang lebih dalam. Penelitian ini akan melanjutkan penggunaan pendekatan serupa untuk menganalisis tulisan opini karya Bagus Ramadhan *Kamu Bukan Pemalas, Kamu Adalah Penakut*, dengan fokus pada bagaimana ketakutan dan penundaan pekerjaan dipengaruhi oleh kognisi sosial dan ideologi yang terkandung dalam teks.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif untuk menganalisis wacana dalam tulisan opini "Kamu Bukan Pemalas, Kamu Adalah Penakut" karya Bagus Ramadhan. Pendekatan kualitatif dipilih karena data yang digunakan berupa teks yang dianalisis untuk mengungkap makna dan hubungan ideologis di baliknya. Moleong (2005: 4) menyatakan bahwa pendekatan deskriptif kualitatif menghasilkan data dalam bentuk kata atau gambar, bukan angka. Data utama penelitian ini adalah teks opini yang dipublikasikan di *platform* Medium, yang dianalisis menggunakan kerangka analisis wacana kritis model Teun A. Van Dijk.

Teks opini "Kamu Bukan Pemalas, Kamu Adalah Penakut" dipilih karena relevansinya dengan fenomena sosial yang sedang berkembang, yakni penundaan pekerjaan (prokrastinasi) yang sering dikaitkan dengan kemalasan. Penulis mengembangkan tema ini dengan pendekatan psikologis yang lebih dalam, yaitu ketakutan (*fear*), yang memberikan perspektif baru dalam memahami prokrastinasi. Pemilihan teks ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana wacana ini membentuk pemahaman tentang ketakutan sebagai penyebab utama penundaan pekerjaan, bukan hanya kemalasan semata.

Desain penelitian ini menitikberatkan pada tiga aspek analisis wacana kritis Van Dijk, yaitu struktur mikro, struktur makro, dan superstruktur. Struktur mikro menganalisis elemen bahasa, seperti diksi dan sintaksis, yang menunjukkan sikap penulis terhadap suatu topik. Struktur makro berfokus pada tema utama teks, yang mencerminkan ideologi tertentu. Superstruktur mengevaluasi bagaimana informasi diorganisir dalam teks, seperti pengaturan argumen dan urutan informasi.

Proses analisis dalam penelitian ini dilakukan melalui langkah-langkah berikut. Pertama, pada struktur mikro, penulis

mengidentifikasi dan menganalisis pilihan kata, kalimat, dan sintaksis yang digunakan untuk membangun pandangan mengenai ketakutan dan penundaan pekerjaan. Kedua, pada struktur makro, tema utama teks dikaji dan dikaitkan dengan ideologi yang ditawarkan penulis, serta bagaimana wacana ini berperan dalam membentuk pemahaman sosial. Ketiga, pada superstruktur, teks dianalisis untuk melihat bagaimana pengaturan argumen, penggunaan subjudul, dan pembagian informasi dapat memengaruhi cara pembaca menerima pesan. Keempat, konteks sosial dianalisis untuk mengidentifikasi faktor psikologis dan sosial yang mempengaruhi pembentukan ideologi dan wacana dalam teks, serta kondisi sosial, politik, dan budaya yang memengaruhi perspektif penulis dan penerimaannya oleh publik.

Pengumpulan data dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, di mana teks yang dipilih didasarkan pada relevansi dan kesesuaiannya dengan tujuan penelitian. Validitas data dijaga dengan menggunakan triangulasi sumber, yang membandingkan hasil analisis wacana dengan teori dan pandangan ahli lainnya. Triangulasi ini bertujuan untuk memastikan bahwa analisis tidak hanya bergantung pada satu sumber data, tetapi juga memperhatikan berbagai

perspektif dan teori yang relevan untuk mendukung temuan penelitian.

Data yang dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan pendekatan Van Dijk yang mencakup analisis mikro, makro, dan superstruktur teks, serta konteks sosial. Hasil analisis ini diharapkan dapat mengungkap bagaimana kekuasaan dan ideologi terkandung dalam teks opini ini, serta bagaimana wacana tersebut dapat memengaruhi pandangan pembaca terhadap prokrastinasi dan ketakutan sebagai penyebab utamanya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut adalah hasil dan pembahasan analisis terhadap tulisan opini “Kamu Bukan Pemalas, Kamu Adalah Penakut” karya Bagus Ramadhan dengan menggunakan model Van Dijk. Analisis ini mencakup struktur makro, superstruktur, struktur mikro serta konteks sosial dan ideologi.

### Struktur Makro

Tabel 1. Analisis Struktur Makro

| Tema Utama                      | Subtema                                  | Temuan                             |
|---------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------|
| Ketakutan sebagai penyebab dari | Kebiasaan menunda bukan hanya disebabkan | “Apakah kita itu pemalas? Benarkah |

|                      |                  |                                                                                      |
|----------------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| penundaan pekerjaan. | oleh rasa malas. | <i>saya malas? Atau sumber masalah sebenarnya lebih pelik daripada hanya malas.”</i> |
|----------------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|

Pada tabel analisis struktur makro di atas, dapat ditemukan bahwa tema utama yang menjadi bagian tema secara keseluruhan dalam teks opini “Kamu Bukan Pemalas, Kamu Adalah Penakut” karya Bagus Ramadhan adalah mengenai ketakutan yang menjadi penyebab utama seseorang melakukan penundaan pekerjaan.

Ada dua bentuk elemen yang mendukung tema utama tersebut. Pertama, ***persepsi sosial masyarakat mengenai kemalasan***. Bagus Ramadhan menyoroti bahwasanya masyarakat kita cenderung menganggap bahwa penundaan tugas atau pekerjaan berasal dari rasa malas. Dalam teks opininya, Bagus Ramadhan mengungkapkan bahwa:

*“Tentu kita tidak akan mencapai tujuan jika kita merasa takut kemudian tidak bergerak sedikitpun.” dan*

*“banyak orang menghakimi dirinya sendiri sebagai ‘pemalas’ saat menunda pekerjaan, padahal alasan di baliknya adalah ketakutan yang tidak disadari.”*

Dari kutipan ini menunjukkan pandangan sosial yang memaksa individu untuk menyerap label negatif tersebut saat mengalami penundaan, meskipun sebenarnya ada faktor lain yang memengaruhi.

Elemen pendukung tema utama kedua yakni adanya **peran Amygdala serta respon emosional**. Tema ini menggambarkan peran psikologiss dan respon emosi yang berkaitan dengan ketakutan atau bisa lebih dikenal sebagai *Amygdala Hijack*. Bagus Ramadhan menjelaskan bahwa kecemasan dalam menghadapi tugas besar atau pekerjaan besar sering memicu seseorang untuk menghindari situasi tersebut sebagai bentuk respon perlindungan secara otomatis.

Bagus Ramadhan mengungkap dalam teks opininya terkait unsur kecemasan ini dengan menyampaikannya melalui analogi keadaan ketakutan seseorang dengan bentuk ‘mengemudi mobil di jalan yang gelap’.

*“Dengan kita memberanikan diri mengemudi mobil tersebut, kita akan berjalan. Bisa perlahan-lahan bisa terburu-buru, tentu perlahan adalah cara yang lebih baik.”*

Pada kutipan dalam teks opininya itu, Bagus Ramadhan memberikan penjelasan bahwasanya walaupun kita mengemudi mobil dengan keadaan jalanan yang gelap di depan kita yang membuat kita takut melaju karena tidak tau di depannya itu ada objek apa saja yang akan kita temui (ketakutan), kita harus tetap bergerak melaju ke depan. Berjalan perlahan membuat kita dapat mengetahui proses yang kita lakukan. Daripada memilih berhenti di jalan karena ketakutan.

### Superstruktur

Superstruktur dalam analisis wacana merujuk pada organisasi dan struktur keseluruhan teks. Menurut beberapa ahli, superstruktur ini mencakup susunan teks atau skema wacana yang meliputi bagian pendahuluan, pembahasan, dan kesimpulan. Bagian ini menggambarkan bagaimana teks disusun secara makro untuk memudahkan pemahaman pembaca terhadap pesan yang ingin disampaikan. Dalam konteks wacana, superstruktur sangat penting karena menunjukkan bagaimana informasi disusun agar pembaca dapat mengikuti alur dan memahami makna secara sistematis.

Menurut Saryono (2011), superstruktur adalah struktur makro yang mencakup elemen-elemen organisasi teks secara keseluruhan, yang mempengaruhi cara teks dipersepsikan dan dipahami oleh pembaca. Superstruktur tidak hanya berfokus pada konten, tetapi juga bagaimana struktur tersebut mendukung pesan yang ingin disampaikan oleh penulis.

Dalam analisis wacana model Van Dijk, Van Dijk membagi superstruktur dengan dua elemen besar yakni **Summary** dan **Story**. *Summary* berisi judul dan *lead*. Sementara *Story* berisi keseluruhan teks opini.

**Judul** dari teks opini ini adalah *"Kamu Bukan Pemalas, Kamu Adalah Penakut"* sedangkan **lead** dalam teks opini adalah:

*"Kita tidak akan mencapai tujuan jika kita merasa takut kemudian tidak bergerak sedikitpun. Dengan kita memberanikan diri mengemudi mobil tersebut, kita akan berjalan. Bisa perlahan-lahan bisa terburu-buru, tentu perlahan adalah cara yang lebih baik."*

Analisis **Story** dalam teks opini "Kamu Bukan Pemalas, Kamu Adalah Penakut", teks dimulai dengan pembahasan tentang bagaimana ketakutan sering disalahartikan sebagai kemalasan. Dari pengawalan ini dibuktikan dengan kutipan dalam teks yang berbunyi:

*"Sering kali kita merasa malas, namun yang terjadi sebenarnya bukanlah kemalasan, melainkan rasa takut yang menghambat kita untuk bertindak."*

Penulis kemudian mengembangkan argumennya dengan menjelaskan penyebab ketakutan, seperti tekanan sosial dan ekspektasi tinggi, yang menghambat tindakan. Solusi yang disarankan adalah pentingnya keberanian untuk menghadapi ketakutan, disertai dengan cara praktis untuk mengatasi penundaan. Dibuktikan dengan kutipan:

*"Rasa takut terhadap kegagalan atau penilaian negatif dari orang lain adalah salah satu alasan mengapa kita sering menunda pekerjaan. Ini bukan sekedar soal malas, tetapi soal ketakutan yang menghalangi kita."*

Lalu teks opini ini diakhiri dengan ajakan untuk melawan ketakutan dan bergerak maju:

*"Maka, janganlah kita mundur. Selesaikan pekerjaan itu, selesaikan proyek itu kemudian sampaikan pada dunia. Lalu lihat apa yang akan terjadi. Itulah petualangan selanjutnya yang akan dimulai."*

### Struktur Mikro

Analisis struktur mikro mengamati secara mendalam terkait semantik, sintaksis, stilistik, dan retorik.

- **Semantik**

Semantik dalam teks opini ini mencakup makna yang dibangun melalui isi dan konteks. Terdapat *latar*, *detil*, *maksud*, dan *praanggapan* di dalam semantik analisis wacana kritis.



**Latar** merujuk pada konteks yang mendukung teks, baik secara eksplisit maupun implisit.

**Tabel 2.** Analisis Latar

| Latar Budaya                                                                       | Latar Psikologis                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>“Di masyarakat, kemalasan dianggap sebagai sesuatu yang harus dilenyapkan.”</i> | <i>“Ketika seseorang mengalami pengalaman negatif, amygdala memicu respons yang disebut dengan fight or flight.”</i> |

Pada latar budaya, penulis menggambarkan budaya yang mengagungkan produktivitas dan menstigma kemalasan. Latar ini memperkuat pesan bahwa persepsi masyarakat terhadap kemalasan sering kali terlalu sederhana dan salah kaprah.

Sedangkan pada latar psikologisnya, Teks mencerminkan kondisi emosional manusia ketika menghadapi tugas sulit, seperti rasa takut, cemas, atau keraguan. Penulis menjelaskan hubungan ini secara ilmiah melalui konsep *Amygdala Hijack*.

**Detil** pada analisis wacana merupakan informasi tambahan yang memperkuat argumen penulis, juga dapat dikatakan sebagai pembuat citra baik bagi penulis

**Tabel 3.** Analisis Detil

| Penggunaan Penelitian    | Pengalaman Pribadi Penulis | Penggunaan Analogi       |
|--------------------------|----------------------------|--------------------------|
| <i>“Mayo Oshin dalam</i> | <i>“Saya terus menerus</i> | <i>“Hidup ini ibarat</i> |

|                                                                                                                                                                       |                                                                                                                     |                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| <i>artikel tersebut mengutip sebuah penelitian yang mengungkapkan bahwa apa yang terjadi dengan kebiasaan seseorang untuk menunda ada kaitannya dengan amygdala.”</i> | <i>menunda untuk menulis buku karena saya merasa buku yang saya tulis tidak akan bagus dan tidak dibaca orang.”</i> | <i>mengemudi mobil di malam hari dengan lampu yang menyorot ke jalan.”</i> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|

Penulis menambahkan detil berupa penelitian tentang *Amygdala Hijack*, menunjukkan hubungan neurologis antara penundaan dan ketakutan. Hal ini memperkuat klaim bahwa penundaan dalam mengerjakan tugas atau pekerjaan bukan hanya masalah motivasi.

Lalu penulis berbagi pengalaman pribadinya untuk menambah dimensi emosional pada argumen, seperti rasa takutnya dalam menulis buku.

Penulis juga memberikan analogi tentang mengemudi di malam hari untuk memperjelas dampak ketakutan terhadap tindakan manusia.

Selanjutnya, pada elemen maksud. **Maksud** menjabarkan apa yang menjadi kepentingan dari apa yang ditulis oleh penulis. Maksud dapat diartikan juga sebagai tujuan utama teks, yakni untuk



menyampaikan pesan atau ide tertentu kepada pembaca.

Pada elemen maksud ini, tujuan secara eksplisit dari ditulisnya teks opini oleh penulis ialah penulis ingin mengubah cara pembaca memahami penundaan tugas atau pekerjaan sebagai bentuk ketakutan, bukan kemalasan, serta penulis ingin memberikan solusi berupa keberanian untuk menghadapi ketakutan tersebut. Hal ini diperkuat dengan kutipan dalam teks opini, yaitu:

*“Namun jika kita menunda dan tidak menuntaskan, kita tidak akan lebih dekat dengan tujuan.”*

Selain itu, teks opini dari penulis juga berisikan motivasi terhadap pembaca karena penulis mengajak pembaca untuk melawan rasa takut dan bertindak, sebagaimana yang disampaikan dalam teks opini:

*“Maka, janganlah kita mundur. Selesaikan pekerjaan itu, selesaikan proyek itu kemudian sampaikan pada dunia.”*

Selanjutnya, **praanggapan** membuat sebuah teks opini memiliki premis-premis yang dapat dipercayai kebenarannya. Praanggapan adalah asumsi yang mendasari teks dan diterima sebagai sesuatu yang benar tanpa dijelaskan lebih lanjut.

Berikut merupakan beberapa data kutipan dalam teks opini yang dapat menjadis sebuah praanggapan:

(1) *“Kita merasa takut dengan konsekuensi tersebut sehingga*

*menunda hanyalah cara untuk kita menghindari ketakutan.”*

Pada data kutipan ini, penulis mengasumsikan bahwa penundaan merupakan cara manusia menghindari ketidaknyamanan emosional, seperti kegagalan atau kritik.

(2) *“Dengan kesuksesan akan ada sesuatu yang berubah. Kamu akan semakin dituntut banyak hal.”*

Data kutipan (2) ini menjelaskan bahwa ada anggapan bahwa kesuksesan juga menimbulkan tekanan, seperti perhatian publik dan tanggung jawab yang lebih besar.

(3) *“Kita tahu punya tujuan yang indah. Tujuan itu bisa di gunung, bisa di pantai, bisa di kota di manapun yang kita inginkan.”*

Data kutipan (3) berisi asumsi penulis bahwa setiap orang memiliki tujuan tertentu dalam hidup, sehingga analogi perjalanan dalam teks berlaku secara garis besar.

#### • Sintaksis

Sintaksis berfokus pada bagaimana kalimat-kalimat dalam teks dibangun untuk menyampaikan pesan dan memperkuat makna yang ingin disampaikan oleh penulis.

**Tabel 4.** Analisis Unsur Sintaksis

| Kalimat Kausalitas                               | Koherensi Kalimat                                  |
|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| (1) <i>“Kita merasa takut dengan konsekuensi</i> | (1) <i>Meninggalkan situasi tidak nyaman tanpa</i> |

|                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| tersebut sehingga menunda hanyalah cara untuk kita menghindari ketakutan.”                                                                                                           | terselesaikan akan memberikan rasa nyaman, enak dan senang. Namun hal ini dijelaskan oleh Oshin, hanya akan terjadi dalam waktu singkat.”                                                                                                                                         |
| (2) “Mayo Oshin dalam artikel tersebut mengutip sebuah penelitian yang mengungkapkan bahwa apa yang terjadi dengan kebiasaan seseorang untuk menunda ada kaitannya dengan amygdala.” | (2) “Namun, kita tidak benar-benar tahu akan seperti apa perjalanan yang kita akan lalui menuju tujuan yang telah kita tentukan. Perjalanan itu bisa saja menyenangkan, bisa saja menyeramkan, yang jelas perjalanan itu mulanya adalah misteri gelap yang membuat kita khawatir. |
| (3) “Meninggalkan situasi tidak nyaman tanpa terselesaikan akan memberikan rasa nyaman, enak dan                                                                                     | (3) “Namun, rasa takut itu harus dihadapi dan pekerjaan harus diselesaikan.”                                                                                                                                                                                                      |

|                                                                                      |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--|
| senang. Namun hal ini dijelaskan oleh Oshin, hanya akan terjadi dalam waktu singkat. |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--|

#### Kalimat Kausalitas (sebab-akibat):

- (1) Kalimat ini menggambarkan hubungan sebab-akibat di mana rasa takut (sebab) menyebabkan kita menunda pekerjaan (akibat). Penulis menjelaskan bahwa ketakutan akan konsekuensi yang buruk menjadi penyebab penundaan.
- (2) Kalimat ini menunjukkan sebab-akibat yang lebih ilmiah, di mana aktivitas amygdala (sebab) berhubungan dengan kebiasaan menunda (akibat), yang disebabkan oleh rasa takut atau ketidaknyamanan.
- (3) Kalimat ini menunjukkan hubungan sebab-akibat antara meninggalkan situasi tidak nyaman (sebab) yang memberikan rasa nyaman dan senang (akibat), meskipun ini hanya sementara, yang akhirnya akan berakhir dengan rasa bosan, keraguan, kecemasan, stres, dan seterusnya.

#### Koherensi Kalimat:

- (1) Koherensi tercipta karena penulis menghubungkan satu ide dengan ide berikutnya dengan cara yang logis dan jelas. Penulis mengawali dengan mengemukakan tujuan yang indah dan kemudian menjelaskan bahwa

untuk mencapai tujuan tersebut, perjalanan yang harus ditempuh bisa sulit dan tidak terlihat jelas, namun tetap harus dijalani.

- (2) Koherensi tercapai karena penulis melanjutkan ide dari kalimat sebelumnya dengan cara yang koheren. Di sini, penulis membahas ketidakpastian dalam perjalanan menuju tujuan hidup dan bagaimana perasaan khawatir (yang disebutkan di kalimat sebelumnya) menjadi bagian dari perjalanan tersebut.
- (3) Kalimat ini menghubungkan dua ide penting (menghadapi rasa takut dan menyelesaikan pekerjaan) yang saling terkait. Penggunaan kata penghubung dan menunjukkan bahwa kedua hal ini adalah langkah-langkah yang harus dilakukan untuk mengatasi masalah penundaan, menciptakan hubungan yang koheren antara keduanya.

#### • **Stilistik**

Stilistik berfokus pada cara penulis memilih kata-kata tertentu untuk menciptakan kesan tertentu, memperkuat pesan, atau memberikan efek emosional pada pembaca. Pemilihan kata dalam teks ini bertujuan untuk menyampaikan ide tentang penundaan, ketakutan, dan kesadaran diri dengan cara yang lebih menarik dan *relatable*.

Tabel 5. Analisis Pemilihan Kata

| Data dalam Teks Opini | Pemilihan Kata yang digunakan | Sinonim (kata lain yang serupa) |
|-----------------------|-------------------------------|---------------------------------|
|-----------------------|-------------------------------|---------------------------------|

|                                                                                                                                                           |                 |                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------|
| <i>"Kamu takut untuk gagal, kamu takut untuk ditolak."</i>                                                                                                | Takut           | Cemas, Khawatir     |
| <i>"Ini adalah semacam lingkaran setan antara kabur dengan memberi 'penghargaan diri' dengan menunda pekerjaan."</i>                                      | Lingkaran setan | Lingkungan buruk    |
| <i>"Selesaikan pekerjaan itu, selesaikan proyek itu kemudian sampaikan pada dunia."</i>                                                                   | Selesaikan      | Tuntaskan, Habiskan |
| <i>"Perjalanan itu bisa saja menyenangkan, bisa saja menyeramkan, yang jelas perjalanan itu mulanya adalah misteri gelap yang membuat kita khawatir."</i> | Misteri         | Ketidakpastian      |

#### • **Retoris**

Retoris dalam konteks analisis wacana merujuk pada cara penulis atau pembicara menggunakan teknik bahasa untuk

meyakinkan, mempengaruhi, atau menarik perhatian pembaca atau audiens terhadap suatu pesan tertentu. Terdapat dua elemen dalam retorika yaitu *grafis* dan *metafora*.

*Grafis* berkaitan dengan cara penulis menonjolkan bagian tertentu dari teks menggunakan teknik penulisan. Pada teks opini, dapat ditemukan unsur *grafis* berupa:

*“Kamu bukan pemalas, kamu adalah penakut.”*

Pada kalimat ini, penulis ingin menekankan perbedaan antara kemalasan dan ketakutan dengan memisahkannya menggunakan tanda hubung.

*Metafora* adalah cara penulis mengungkapkan ide atau pesan dengan menggunakan kiasan atau perbandingan. *Metafora* membantu memperjelas atau memperkaya makna melalui gambaran yang lebih konkret atau imajinatif. Pada teks opini, terdapat *metafora* yang ditemukan:

*“Hidup ini ibarat mengemudi mobil di malam hari.”*

*Metafora* ini digunakan untuk menggambarkan ketidakpastian dalam hidup, di mana kita harus terus bergerak maju meski belum sepenuhnya melihat apa yang ada di depan.

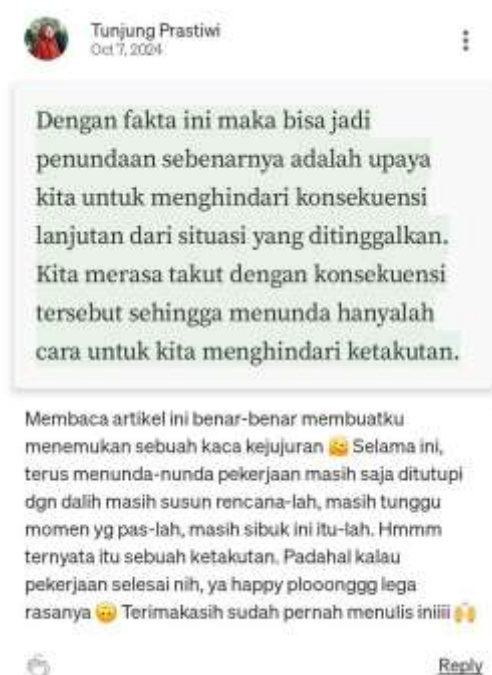
### Konteks Sosial

Analisis wacana kritis ini menggunakan model Van Dijk untuk memahami bagaimana teks dipengaruhi dan memengaruhi struktur sosial serta budaya. Teks opini *“Kamu Bukan Pemalas, Kamu*

*Adalah Penakut”* karya Bagus Ramadhan mencerminkan dinamika sosial mengenai stigma kemalasan dan budaya produktivitas yang ada dalam masyarakat modern. Kemalasan sering dipandang negatif, berhubungan dengan kapitalisme yang mengutamakan efisiensi (Hasan, 2018). Tulisan opini ini menawarkan perspektif bahwa penundaan tugas lebih banyak disebabkan oleh ketakutan, bukan kemalasan.

Di Indonesia, norma produktivitas sebagai indikator kesuksesan sering menambah tekanan sosial. Fenomena *hustle culture* di kalangan anak muda membuat tekanan untuk selalu produktif berdampak pada kesehatan mental (Santoso, 2020). Tulisan opini ini mencoba membuka wawasan dengan mengajak pembaca untuk mengubah pandangan tentang kemalasan, yang sering kali dikaitkan dengan ketidakberhasilan, sehingga menimbulkan rasa malu dan cemas pada individu yang merasa terisolasi.

Salah satu komentar dari pembaca dengan nama pengguna *“Tanjung Prastiwi”* (7 Oktober 2024), menunjukkan dampak sosial yang ditimbulkan oleh tulisan opini ini:



**Gambar 1.** Komentar Pembaca di Medium

*“Membaca artikel ini benar-benar membuatku menemukan sebuah kaca kejujuran. Selama ini, terus menunda-nunda pekerjaan masih saja ditutupi dengan dalih masih susun rencana-lah, masih tunggu momen yang pas-lah, masih sibuk ini itu-lah. Hmmm ternyata itu sebuah ketakutan. Padahal kalau pekerjaan selesai nih, ya happy plooonggg lega rasanya. Terimakasih sudah pernah menulis iniiii.”*

Komentar tersebut menunjukkan bagaimana pembaca mulai menyadari bahwa ketakutan, bukan kemalasan, adalah faktor utama dalam penundaan tugas mereka. Tulisan opini ini membuka ruang diskusi lebih luas mengenai kesejahteraan individu dan pentingnya mengelola kecemasan yang berkaitan dengan produktivitas.

### **Kognisi Sosial**

Kognisi sosial dalam analisis wacana kritis mengkaji bagaimana teks membentuk pemahaman sosial dan mempengaruhi cara pembaca melihat isu tertentu. Dalam tulisan opini “*Kamu Bukan Pemalas, Kamu Adalah Penakut*” karya Bagus Ramadhan, penulis mengonseptualisasikan ketakutan sebagai penyebab utama penundaan tugas, yang biasanya dianggap sebagai kemalasan. Pandangan ini menunjukkan bahwa perilaku menunda tidak hanya berhubungan dengan ketidakmampuan untuk bekerja, tetapi juga dipengaruhi oleh ketakutan terhadap kegagalan atau penilaian sosial negatif.

Kognisi sosial dalam penelitian ini berkaitan dengan bagaimana masyarakat melihat kemalasan sebagai masalah individu, padahal dalam banyak kasus, ketakutan terhadap kegagalan atau kritik sosial lebih berperan. Menurut Bandura (1997), faktor sosial dan pengalaman individu mempengaruhi persepsi dan perilaku mereka, yang tercermin dalam wacana ini. Giddens (2009) juga menekankan bahwa norma sosial yang mengutamakan produktivitas sering kali menciptakan tekanan yang memengaruhi kesehatan mental, yang bisa memperburuk rasa cemas pada individu.

Teks ini mengajak pembaca untuk memahami ketakutan sebagai faktor penting dalam penundaan pekerjaan, dan bukan hanya kemalasan, serta mengkritik norma sosial yang mengabaikan kesejahteraan mental. Dengan demikian, kognisi sosial dalam wacana ini mendorong pemikiran ulang terhadap nilai-nilai sosial yang

mengarah pada produktivitas tanpa memperhatikan dampak psikologisnya.

## SIMPULAN

Hasil analisis wacana kritis dengan model Teun A. Van Dijk terhadap tulisan opini "*Kamu Bukan Pemalas, Kamu Adalah Penakut*" karya Bagus Ramadhan menunjukkan bahwa teks ini menyampaikan tiga hal utama. Pertama, pada struktur makro, teks ini menyoroti tema bahwa penundaan pekerjaan lebih disebabkan oleh ketakutan daripada kemalasan, yang bertujuan untuk mengkritik stereotip negatif terhadap kemalasan dan memberikan perspektif baru tentang faktor psikologis di balik perilaku menunda. Kedua, dalam superstruktur, teks disusun secara sistematis dengan pendahuluan yang memperkenalkan masalah, pembahasan tentang ketakutan sebagai akar penundaan, dan penutupan yang mengajak pembaca untuk mengubah pandangannya. Ketiga, pada struktur mikro, penulis menggunakan elemen bahasa yang persuasif untuk membangun empati pembaca terhadap peran ketakutan dalam produktivitas.

Konteks sosial yang terkandung dalam teks ini mencerminkan budaya produktivitas yang menuntut efisiensi, stigma terhadap kemalasan, serta tekanan sosial yang mempengaruhi kesehatan mental. Hal ini relevan dengan kognisi

sosial, yang menunjukkan bagaimana individu memproses dan menginterpretasikan informasi seputar produktivitas. Ketakutan terhadap kegagalan atau kritik dapat memperburuk penundaan tugas, sementara pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor psikologis dapat membantu mengubah pandangan masyarakat terhadap perilaku menunda.

Temuan ini mengungkapkan bahwa faktor psikologis, seperti ketakutan dan kecemasan, mempengaruhi perilaku dalam masyarakat, terutama dalam konteks produktivitas. Pemahaman terhadap hal ini penting untuk mengurangi stigma terhadap mereka yang mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas atau pekerjaan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman and Company.
- Clark, R. P. (2006). *Writing tools: 55 essentials strategies for every writer*. New York, NY: Little, Brown.
- Fairclough, N. (1989). *Language and power*. Longman
- Fish, S. (2016). *Winning arguments: What works and doesn't work in politics, the bedroom, the courtroom, and the classroom*. Harper Paperbacks.

Giddens, A. (2009). *Sociology (6th ed.)*. Polity Press.

Halliday, M. A. K. (2004). *An introduction to functional grammar (3rd ed.)*. Arnold.

Hasan, U. (2018). *Budaya kerja dan produktivitas dalam perspektif sosial*. Gramedia Pustaka Utama.

Moleong, L. J. (2005). *Metodologi penelitian kualitatif*. Remaja Rosdakarya.

Santoso, D. (2020). "Tekanan sosial dan implikasinya pada kesehatan mental anak muda di era digital." *Jurnal Psikologi Sosial Indonesia*, 12(3), 145-160.

Saryono, H. (2011). *Analisis wacana: Teori dan praktik*. Pustaka Pelajar.

Shafira, M. N. (2022). *Analisis wacana kritis dalam kolom opini IDNTIMES "Kesehatan mental: Stigma, glorifikasi, self diagnosis"*. Nuansa Indonesia, 24(1), 33-50.

Van Dijk, T. A. (1988). *News as discourse*. Lawrence Erlbaum Associates.

Van Dijk, T. A. (2017). *Discourse and power*. Routledge.

Wodak, R. (2011). *The discourse-historical approach*. In D. Tannen, H. E. Hamilton, & D. Schiffrin (Eds.), *The handbook of discourse analysis* (pp. 63-94). Wiley-Blackwell.

Yusar, F., Sukarelawati, & Agustini. (2020).

*Kognisi sosial dalam proses analisis wacana kritis model Van Dijk pada buku motivasi Sebuah Seni Untuk Bersikap Bodo Amat*. *Jurnal Komunikatio*, 6(2), 65-80.