



CONCEPTUAL METAPHOR OF DEPRESSION IN KOREA ESSAY BOOKS 죽고 싶지만 떡볶이는 먹고 싶어 (JUKKKO SIPJJIMAN T TOKPPOKKINEUN MOKKO SIPO) ‘I WANT TO DIE BUT I WANT TO EAT TTEOKBOKKI’: COGNITIVE SEMANTIC STUDY

METAFORA KONSEPTUAL DEPRESI DALAM BUKU ESSAI KOREA 죽고 싶지만 떡볶이는 먹고 싶어 (JUKKKO SIPJJIMAN T TOKPPOKKINEUN MOKKO SIPO) ‘AKU INGIN MATI TAPI AKU INGIN MAKAN TTEOKBOKKI’: KAJIAN SEMANTIK KOGNITIF

Ni Gusti Ayu Dhyana Widyadewi¹, Cece Sobarna², Elvi Citraesmana³

Fakultas Ilmu Bahasa, Universitas Padjadjaran,

¹e-mail: gusti21006@mail.unpad.ac.id, ²e-mail: cece@unpad.ac.id, ³e-mail: elvi.citraesmana@unpad.ac.id

Article history:

Abstrak

Received
7 Juli 2023

Received in revised form
28 Agustus 2023

Accepted
11 Oktober 2023

Available online
6 Oktober 2023

Keywords:

Cognitive Semantics;
Conceptual Metaphors;
Depression; Mental Health
Therapy.

Kata Kunci:

Depresi; Metafora Konseptual;
Semantik Kognitif; Terapi
Kesehatan Mental.

DOI

10.22216/kata.v7i2.2374

The widespread use of metaphors in medical therapy dialogues and the heightened mental health issue in South Korea made researchers want to study further how the unique forms of metaphors are produced, one of which is depression. This study aims to find out what conceptualizations of depressive metaphors are produced in mental health therapy dialogs between the writer and his psychiatrist which are described in the Korean essay book 죽고 싶지만 떡볶이는 먹고 싶어 (Jukkko Sipjjiman Ttokppokkineun Mokko Sipo) 'I Want to Die But I Want to Eat Tteokbokki' by Baek Se-Hee with a study of cognitive semantics. This study uses a descriptive qualitative approach with the method of collecting data using listening and note taking techniques. The data analysis method used in this study is Metaphor Identification Procedure Vrije Universiteit (MIPVU) procedure. Data presentation methods used are formal and informal methods. As a result, there are four conceptual metaphors of depression that are formed, namely DEPRESSION IS A PRISON, DEPRESSION IS A SPINNING WHEEL, DEPRESSION IS DARKNESS, and DEPRESSION IS WAR. These four conceptualizations are formed from various metaphorical expressions expressed by the author and his psychiatrist regarding the depression experienced by the writer.

Abstrak

Maraknya penggunaan metafora dalam dialog-dialog terapi medis serta tingginya isu tentang kesehatan mental di Korea Selatan membuat peneliti ingin mengkaji lebih lanjut bagaimana keunikan bentuk metafora yang dihasilkan di dalamnya salah satunya mengenai depresi. Penelitian ini bertujuan untuk menemukan apa saja konseptualisasi metafora depresi yang dihasilkan dalam dialog terapi kesehatan mental antara penulis dengan psikiaterinya yang dipaparkan di dalam buku esai Korea 죽고 싶지만 떡볶이는 먹고 싶어 (Jukkko Sipjjiman Ttokppokkineun Mokko Sipo) 'Aku Ingin Mati Tapi Aku Ingin Makan Tteokbokki' karya Baek Se-Hee dengan kajian semantik kognitif. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode pengumpulan data teknik simak dan catat. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis prosedur Metaphor Identification Procedure Vrije Universiteit (MIPVU). Metode penyajian data yang digunakan yaitu metode formal dan informal. Hasilnya, terdapat empat metafora konseptual depresi yang terbentuk yaitu DEPRESI ADALAH PENJARA, DEPRESI ADALAH RODA PUTAR, DEPRESI ADALAH KEGELAPAN, dan DEPRESI ADALAH PERANG. Keempat

Corresponding author.

E-mail address: gusti21006@mail.unpad.ac.id

konseptualisasi ini terbentuk dari berbagai ungkapan metaforis yang diutarakan oleh penulis dan psikiaternya terkait depresi yang dialami penulis.

PENDAHULUAN

Verspoor (2017:56) dalam penelitiannya yang sejalan dengan penelitian yang dilakukan Ellis (1999) dan Lantolf (2011), mengungkapkan bahwa meskipun studi yang menerapkan wawasan teoretis linguistik kognitif khususnya semantik kognitif untuk pembelajaran dan pengajaran bahasa kedua masih relatif jarang, semantik kognitif memiliki banyak hal untuk ditawarkan ke dalam proses pemerolehan bahasa kedua karena dapat memberikan pembelajaran yang bermakna dan memberikan wawasan tentang prinsip-prinsip konseptual yang dapat menimbulkan berbagai bentuk. Salah satu kajian ilmu yang dibahas dalam semantik kognitif yang dapat berperan dalam pengajaran bahasa kedua adalah teori metafora konseptual. Ahli bahasa Lakoff & Johnson (1980) memperkenalkan gagasan metafora konseptual dalam buku mereka yang berjudul *'Metaphors We Live By'*. Menurut teori metafora konseptual, makna yang kita berikan pada konsep abstrak tidak hanya bergantung pada pengetahuan yang kita peroleh dari budaya dan pengalaman, tetapi juga pada cara pemikiran abstrak kita disusun dalam kerangka konsep metaforis yang konkret (Malkomsen et al., 2021: 1-2).

Mempelajari metafora-metafora yang ada di bahasa yang sedang dipelajari oleh pembelajar bahasa kedua sangatlah penting karena pembelajar dapat mengetahui budaya yang ada dari bahasa kedua melalui metaforanya. Seperti yang dijelaskan oleh Verspoor (2017:60), budaya yang berbeda mungkin menggunakan metafora konseptual yang berbeda yang mencerminkan berbagai tingkat keasyikan dengan "domain sumber" tertentu, yang dimotivasi oleh faktor sejarah atau budaya yang berbeda. Penelitian yang dilakukan oleh Park (2022) juga menunjukkan bagaimana metafora konseptual memiliki pengaruh yang baik pada pembelajaran bahasa kedua. Pembelajaran bahasa kedua berdasarkan metafora konseptual efektif dan manfaat dari proses belajar-mengajar terdengar dari peserta percobaan (Park, 2022:59). Oleh karena itu, penelitian mengenai metafora konseptual dalam suatu bahasa sangatlah diperlukan untuk menambah literatur bagi pembelajar bahasa.

Beberapa penelitian mengenai metafora konseptual dengan pendekatan kajian linguistik kognitif sudah pernah dilakukan sebelumnya. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Masthuroh (2020) mengenai konseptualisasi metafora narkoba, Maulana & Putra (2021) mengenai metafora konseptual kasta dalam masyarakat Bali, Nasrullah (2020) mengenai metafora dalam lirik lagu Slank bertemakan kritik sosial, Kwon (2022) mengenai konseptualisasi metafora covid-19 dalam wacana politik, dan Krisdianti & Nugraha (2021) mengenai metafora konseptual dalam berita *online* Korea *'Burning Sun'*. Berdasarkan penjabaran mengenai penelitian-penelitian terdahulu di atas, para peneliti terdahulu sudah mengkaji metafora konseptual suatu isu di bidang sosial dan politik baik Indonesia maupun Korea namun lebih dominan mengenai isu-isu yang ada di Indonesia. Oleh karena itu, untuk melengkapi penelitian-penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya, peneliti melakukan penelitian mengenai metafora konseptual dengan mengambil isu yang berkaitan dengan bidang psikologis khususnya psikoterapi di Korea Selatan.

Penggunaan bahasa bentuk metafora sangat umum ditemukan dalam psikoterapi daripada bentuk-bentuk bahasa lainnya (Törneke, 2017:8). Metafora banyak digunakan dalam psikoterapi, karena metafora meliputi kreativitas tinggi, penyimpanan memori yang kuat, dan peningkatan keterlibatan kognitif (Yu et al., 2022:1547). Metafora memiliki keunggulan pemrosesan kognitif dalam teori dasar linguistik dan psikologi. Dalam praktik terapi, metafora dapat merangsang imajinasi, membantu pasien melewati pola berpikir orisinal, melompat keluar dari dilema masalah, menciptakan kemungkinan baru untuk memecahkan

masalah, dan menyediakan cara untuk mewujudkan kemungkinan tersebut (Yu et al., 2022:1547). Selain itu, Malkomsen et al. (2021:1-2) juga menambahkan, pasien yang menderita penyakit mental sering bergulat dengan konsep abstrak dan eksistensial, sehingga penggunaan metafora dapat bertindak sebagai jembatan antara konsep perasaan dan pemikiran penderita yang abstrak dengan hal-hal konkret yang dapat mewakilinya. Oleh karena itu, peneliti pun ingin mengkaji ungkapan-ungkapan metafora konseptual yang berkaitan dengan dunia psikoterapi atau yang ada di dalam bidang terapi.

Dilansir dari Viva.co.id dan Sindonews.com, Korea Selatan menjadi salah satu negara dengan tingkat stress tertinggi di dunia. Oleh karena itu, dilansir dari Namu.wiki, topik yang berkaitan dengan psikoterapi sangat populer di Korea Selatan. Selain itu, buku-buku yang mengangkat tema psikologis pun selalu menjadi *best seller* di negara ini. Salah satu buku *best seller* di Korea Selatan dengan tema psikologis yang menarik untuk peneliti adalah buku dengan judul 죽고 싶지만 떡볶이는 먹고 싶어 (*jukkko sipjjiman ttokppokkineun mokko sipo*) 'Aku ingin mati tapi aku ingin makan tteokbokki' yang ditulis oleh penulis asal Korea Selatan Baek Se-hee dan diterbitkan di Korea Selatan pada tahun 2018. Buku ini dipilih karena buku ini berbentuk esai yang berisikan dialog-dialog saat sesi terapi antara penulis pribadi dengan terapisnya mengenai penyakit mental yang dialaminya yaitu distimia (depresi berkepanjangan), sehingga dapat ditemukan bentuk metafora konseptual depresi dalam tuturannya.

Berdasarkan pembahasan di atas, peneliti melakukan penelitian untuk menemukan lebih lanjut metafora konseptual depresi apa saja yang dihasilkan dalam dialog terapi kesehatan mental antara penulis dengan terapisnya yang dipaparkan dalam bukunya. Penelitian ini nantinya diharapkan dapat menambah dan memperkaya wawasan dan pengetahuan peneliti selanjutnya, pembaca, maupun pembelajar bahasa Korea mengenai berbagai metafora konseptual yang ada dalam bahasa Korea dan konseptualisasinya, yang diungkapkan dalam dialog terapi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Menurut Sugiono (dalam Masthuroh, 2020:28) pendekatan kualitatif merupakan pendekatan yang berfokus pada data yang berupa kata atau gambar dan bukan pada angka, sedangkan pendekatan deskriptif merupakan pendekatan yang bertujuan untuk membuat, menggambarkan, mendeskripsikan, atau memaparkan secara sistematis suatu data berdasarkan fenomena yang diteliti (Sriwulandari et al., 2023:1347). Pendekatan ini digunakan karena penelitian ini mendeskripsikan data berupa kata dan kalimat yang mengandung metafora konseptual depresi dalam bahasa Korea yang diperoleh dari buku esai 죽고 싶지만 떡볶이는 먹고 싶어 (*jukkko sipjjiman ttokppokkineun mokko sipo*) 'Aku ingin mati tapi aku ingin makan tteokbokki' karya penulis asal Korea Selatan Baek Se-hee.

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode simak dan catat. Metode simak adalah metode yang digunakan untuk memperoleh data dengan cara menyimak penggunaan bahasa. Menyimak disini tidak hanya berkaitan dengan penggunaan bahasa secara lisan tetapi juga penggunaan bahasa secara tulisan (Mahsun, 2017: 91-92). Teknik catat adalah teknik lanjutan yang dilakukan ketika menerapkan metode simak (Mahsun, 2017: 93). Data berupa kata dan kalimat yang mengandung metafora diperoleh dengan menggunakan metode analisis data yaitu prosedur *Metaphor Identification Procedure Vrije Universiteit* (MIPVU) yang dikembangkan oleh Steen et al. (2010) sebagai berikut: (1) Peneliti membaca keseluruhan teks/wacana untuk membentuk pemahaman umum tentang makna; (2) Peneliti menentukan satuan leksikal dalam teks/wacana; (3a) Untuk setiap unit leksikal dalam teks, peneliti menentukan makna kontekstualnya; (3b) Untuk setiap unit

leksikal dalam teks, peneliti menentukan makna dasarnya (makna leksikal) yang diperoleh dari kamus bahasa Korea *Naver Dictionary* (Korea - Korea dan Korea - Indonesia) dan dibandingkan juga dengan kamus bahasa Indonesia KBI; (4) Peneliti menentukan apakah pada makna kontekstual dan makna dasar (leksikal) terdapat kontras satu sama lain dan makna keduanya tetap dapat dimengerti ketika dikontraskan; (5) Jika iya, maka peneliti menentukan bahwa satuan leksikal itu merupakan metafora. Selanjutnya peneliti mengelompokkan data metafora berdasarkan perbedaan makna yang terkandungnya, lalu dilanjut dengan menentukan pemetaan yang ditimbulkan dari setiap data yang memiliki kesamaan makna. Metode penyajian hasil analisis data yang digunakan yaitu metode formal dan informal. Metode formal merupakan metode yang menggunakan lambang-lambang baik angka, tabel, dan lain sebagainya untuk menyajikan hasil data yang sudah dianalisis, sedangkan metode informal merupakan metode yang menggunakan kalimat deskriptif untuk menyampaikan hasil analisis data (Sudaryanto, 2015).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, ditemukan empat metafora konseptual depresi yang terbentuk dari kalimat-kalimat yang diutarakan oleh penulis dan psikiaternya dalam dialog terapi kesehatan mental. DEPRESI sendiri menurut KBI dan *NAVER Dictionary* merupakan gangguan jiwa pada seseorang yang ditandai dengan perasaan yang merosot (seperti muram, sedih, perasaan tertekan) atau suatu perasaan sedih, tidak bertenaga, dan terbebani karena hati dipenuhi kekhawatiran. Metafora konseptual depresi yang terbentuk yaitu DEPRESI ADALAH PENJARA, DEPRESI ADALAH RODA PUTAR, dan DEPRESI ADALAH KEGELAPAN. Berikut dipaparkan hasil analisis dari setiap konseptualisasi yang terbentuk.

A. Depresi Adalah Penjara

Berdasarkan data yang terkumpul, ditemukan tujuh data yang mengandung metafora dengan ranah target ‘DEPRESI’ dan ranah sumber ‘PENJARA’ sebagai berikut:

Tabel 1. Metafora Konseptual DEPRESI ADALAH PENJARA

(1)	우울함에서 벗어나고자 노력하지만 실패하고. (<i>uulhameso bosonagoja noryokajiman silpaehago</i>) ‘Meski Anda sudah berusaha untuk terbebas dari depresi , Anda mengalami kegagalan.’ (hlm 25)
(2)	그래도 해방감은 있었어요. (<i>geuraedo haebanggameun issossoyo</i>) ‘Meskipun begitu, saya merasakan ada rasa kebebasan ’ (hlm 29)
(3)	기분은 별로였어요. (<i>gibuneun byolloyossoyo</i>) ‘Perasaan (saya) tidak nyaman ’ (hlm 29)
(4)	하지만 제가 정상이라고 생각하면 더 괴로워져요. (<i>hajiman jega jongsangirago saenggakamyon do gwerowojoyo</i>) ‘Tapi kalau saya berpikir saya ini normal, rasanya saya lebih tersiksa ’ (hlm 33)
(5)	‘옛날에 이걸 앓고 있던 사람들은 얼마나 괴로웠을까?’ 하는 생각이 들었거든요 (<i>yennare igol alko itton saramdeureun olmana gwerowosseulkka? haneun saenggagi deurotkkodeunnyo</i>) ‘Saya terpikir, seberapa menderitanya orang-orang yang mengalami penyakit seperti ini dulu’ (hlm 33)
(6)	화가 났다가도 바로 죄지은 사람이 되어버려요.

(*hwaga natttagado baro jwejieun sarami dweoboryoyo*)

‘Setelah anda marah, anda pun akan langsung merasa menjadi **orang yang bersalah**’ (hlm 34)

(7) 일종의 자기 처벌적인 욕구죠.

(*iljjonge jagi choboljjogin yokkkujyo*)

‘Sebenarnya ini merupakan sejenis hasrat untuk **menghukum** diri sendiri.’ (hlm 34)

Pada data (1) terdapat kalimat yang dituturkan oleh psikiater saat menjelaskan mengenai bagaimana usaha yang dilalui pasien ketika mengalami depresi. Ranah target ‘DEPRESI’ yang disamakan dengan ranah sumber ‘PENJARA’ terlihat pada potongan kalimat ‘**terbebas dari depresi**’ dengan kata ‘terbebas’ dan partikel *-에서* (*-eso*) ‘dari’ sebagai penandanya. Kata ‘terbebas’ berarti suatu proses menjadi keluar atau terlepas dari suatu tempat atau batasan. Jika dikaitkan dengan pengalaman, kata ‘terbebas’ biasanya merujuk pada suatu proses yang dialami oleh tahanan ketika selesai menjalani masa hukumannya sehingga dapat keluar dan bebas dari tempatnya di hukum yaitu ‘penjara’. Selain itu, partikel *-에서* (*-eso*) ‘dari’ yang melekat pada kata ‘depresi’ merupakan partikel penunjuk tempat, yang berarti kata ‘depresi’ dianggap sebagai sebuah tempat yang mengurung dan orang yang berhasil keluar dari tempat itu dianggap akan mendapatkan kebebasan. Konsep ini semakin menguatkan bahwa ‘DEPRESI’ yang bersifat abstrak disamakan dengan ‘PENJARA’.

Pada data (2) terdapat kalimat yang dituturkan oleh penulis sebagai pasien saat menjelaskan mengenai apa yang dirasakannya ketika berhasil sedikit mengatasi depresinya. Ranah target ‘DEPRESI’ yang disamakan dengan ranah sumber ‘PENJARA’ terlihat pada potongan kalimat ‘ada **rasa kebebasan**’ dengan kata ‘rasa kebebasan’ sebagai penandanya. Kata ‘rasa kebebasan’ berarti suatu perasaan yang dialami ketika berhasil bebas atau melepaskan diri dari suatu keadaan atau tempat yang menyiksa. Jika dikaitkan dengan data (1) sebelumnya, ‘depresi’ diibaratkan sebagai ‘penjara’, maka ‘rasa kebebasan’ yang dimaksud disamakan pada perasaan tahanan yang berhasil keluar dari penjara dan mendapatkan kebebasan karena telah menyelesaikan masa hukumannya. Hal ini menunjukkan bahwa perasaan orang yang mengalami depresi disamakan dengan perasaan seorang tahanan penjara.

Pada data (3), (4), dan (5) terdapat kalimat yang dituturkan oleh penulis sebagai pasien saat menjelaskan mengenai apa yang dia rasakan ketika mengalami depresi. Ranah target ‘DEPRESI’ yang disamakan dengan ranah sumber ‘PENJARA’ terlihat pada potongan kalimat ‘Perasaan (saya) **tidak nyaman**’, ‘saya lebih **tersiksa**’, dan ‘seberapa **menderitanya**’ dengan kata ‘tidak nyaman’, ‘tersiksa’, dan ‘menderitanya’ sebagai penandanya. Kata ‘tidak nyaman’ berarti suatu kondisi yang terjadi pada bagian tubuh ketika berada di suatu tempat/keadaan yang membuat tidak enak. Lalu kata ‘tersiksa’ dan ‘menderita’ berarti suatu kondisi yang membuat tubuh tidak nyaman, sakit, atau terluka ketika berada di suatu tempat/keadaan yang membuat tertekan. Jika dikaitkan dengan data (1) sebelumnya, ‘depresi’ diibaratkan sebagai sebuah tempat, maka ungkapan ‘tidak nyaman’, ‘tersiksa’, dan ‘menderita’ yang dimaksud merujuk pada kondisi tempat yang membuat tidak nyaman, tersiksa, hingga menderita seperti ukurannya sempit, kotor, kondisi pencahayaan gelap, penuh tekanan, akses terbatas, dan lain sebagainya. Kondisi-kondisi itu identik dengan kondisi ‘penjara’ yang biasanya dibuat dengan kondisi tempatnya yang membuat orang di dalamnya atau tahanan tidak nyaman dan tertekan sehingga merasa tersiksa dan menderita.

Pada data (6) terdapat kalimat yang dituturkan oleh psikiater saat menjelaskan mengenai bagaimana reaksi yang akan muncul ketika seseorang mengalami depresi. Ranah target ‘DEPRESI’ yang disamakan dengan ranah sumber ‘PENJARA’ terlihat pada potongan kalimat ‘menjadi **orang yang bersalah**’ dengan kata ‘orang yang bersalah’ sebagai

penandanya. Kata ‘orang yang bersalah’ berarti seseorang yang telah melakukan kejahatan atau tindakan yang melanggar. Jika dikaitkan dengan data (1) sebelumnya, ‘depresi’ diibaratkan sebagai ‘penjara’, maka ‘orang yang bersalah’ yang dimaksud disamakan pada seorang tahanan yang terhukum atau terkena pidana dikarenakan melakukan tindakan yang melanggar hukum. Hal ini menunjukkan bahwa orang yang mengalami depresi disamakan dengan tahanan penjara.

Pada data (7) terdapat kalimat yang dituturkan oleh psikiater saat menjelaskan mengenai bagaimana kondisi seseorang ketika mengalami depresi. Ranah target ‘DEPRESI’ yang disamakan dengan ranah sumber ‘PENJARA’ terlihat pada potongan kalimat ‘hasrat untuk **menghukum** diri sendiri’ dengan kata ‘menghukum’ sebagai penandanya. Kata ‘menghukum’ berarti kegiatan pemberian hukuman atau sanksi kepada penjahat atau orang yang bersalah. Jika dikaitkan dengan data (1) sebelumnya, ‘depresi’ diibaratkan sebagai ‘penjara’, maka ‘menghukum’ yang dimaksud disamakan pada pemberian hukuman kepada seorang tahanan yang melakukan tindakan yang melanggar hukum. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi orang yang mengalami/terkena depresi disamakan kondisi tahanan yang mendapat/menerima hukuman.

Berdasarkan pembahasan setiap data di atas, DEPRESI yang dialami oleh penulis dikonseptualisasikan sebagai PENJARA. DEPRESI dipandang sebagai PENJARA yang menurut KBBI dan NAVER *Dictionary* merupakan bangunan tempat mengurung orang hukuman atau tempat yang tidak dapat bebas karena mendapat pengawasan dan penahanan. Konseptualisasi ini, dapat terlihat dari penggunaan kata-kata seperti -에서 벗어나고자 (-eso bosonagoja) ‘terbebas’, 별로였어요 (byolloyossoyo) ‘tidak nyaman’, 해방감 (haebanggam) ‘rasa kebebasan’, 괴로워져요 (gwerowojoyo) ‘tersiksa’, 괴로웠을까 (gwerowosseulkkka) ‘menderitanya’, 죄지은 사람 (jwejieun saram) ‘orang yang bersalah’, 처벌적인 (choboljjogin) ‘menghukum’, 벌을 주고 (boreul jugo) ‘memberikan hukuman’, dan 벌을 받는 (boreul banneun) ‘mendapatkan hukuman’ yang memetakan DEPRESI dengan ciri-ciri yang ada pada PENJARA seperti jika masa kurungan selesai bisa mendapat kebebasan, kondisi di penjara tidak nyaman dan membuat tersiksa serta menderita, lalu seseorang dapat dikurung dalam penjara jika melakukan kesalahan dan mendapatkan hukuman. Jika dilakukan pemetaan satu arah Lakoff dan Johnson (1980) dalam tabel, maka akan didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Pemetaan Metafora Konseptual DEPRESI ADALAH PENJARA

PENJARA	PEMETAAN	DEPRESI
Orang yang masuk ke dalam penjara	→	Orang yang mengalami depresi
-Orang yang mendapat hukuman -Orang yang bersalah	→	Orang yang merasa gagal meraih sesuatu yang ideal
Kondisi di dalam penjara membuat orang tersiksa dan tidak nyaman	→	Mengidap depresi membuat tersiksa dan tidak nyaman
Orang yang bebas dari penjara	→	Orang yang berhasil sembuh dari depresi

B. Depresi Adalah Roda Putar

Berdasarkan data yang terkumpul, ditemukan dua data yang mengandung metafora dengan ranah target ‘DEPRESI’ dan ranah sumber ‘RODA PUTAR’ sebagai berikut:

Tabel 3. Metafora Konseptual DEPRESI ADALAH RODA PUTAR

(1)	이건 쳃바퀴 안을 달리는 것과 같아요. (igon <i>chetppakwi aneul dalrineun gotkkwa gatayo</i>) 'Hal ini sama saja dengan berlari di dalam sebuah roda putar .' (hlm 25)
(2)	우울과 좌절의 쳃바퀴에서 벗어나려면 자신이 생각지도 못했던 일에도 도전해보는 게 좋아요. (uulgwa jwajore <i>chetppakwieso bosonaryomyon jasini saenggakjjido motaettton ire dojonhaeboneun ge joayo</i>) 'Jika Anda ingin keluar dari roda putar depresi dan frustrasi, maka Anda harus berani mengambil sebuah tantangan, Anda harus berani melakukan hal baru yang sama sekali tidak terpikirkan oleh diri Anda sebelumnya.' (hlm 25)

Pada data (1) dan (2) terdapat kalimat yang dituturkan oleh psikiater saat menjelaskan mengenai bagaimana usaha yang dilalui pasien ketika mengalami depresi. Ranah target 'DEPRESI' yang disamakan dengan ranah sumber 'RODA PUTAR' terlihat pada potongan kalimat 'berlari di dalam sebuah **roda putar**' dan 'keluar dari **roda putar** depresi'. DEPRESI dipandang sebagai RODA PUTAR yang menurut Naver Dictionary merupakan bingkai yang terbuat dari kayu atau papan yang dilengkungkan menjadi bundar. Konseptualisasi ini, dapat terlihat dari penggunaan langsung kata 쳃바퀴 (*chetppakwi*) 'roda putar' ketika menjelaskan kondisi depresi yang dialami penulis. Ciri-ciri dari RODA PUTAR sebagai ranah sumber yang dipetakan dengan DEPRESI sebagai ranah target adalah bentuk roda putar yang bundar dan tidak memiliki ujung dipetakan dengan depresi yang dialami oleh penulis yang terus berulang-ulang kembali dan tidak berakhir. Lalu, roda putar yang akan terus berputar jika kita terus berlari di dalamnya dipetakan dengan depresi yang dialami penulis tidak akan sembuh jika penulis terus saja membiarkan rasa depresinya tanpa mencari tahu jalan keluar atau solusi untuk menghentikannya. Jika dilakukan pemetaan satu arah Lakoff dan Johnson (1980) dalam tabel, maka akan didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 4. Pemetaan Metafora Konseptual DEPRESI ADALAH RODA PUTAR

RODA PUTAR	PEMETAAN	DEPRESI
Orang yang berlari dalam roda putar	→	Orang yang mengalami depresi
Roda putar yang berbentuk bundar dan tidak berujung	→	Depresi yang terus berulang
Roda putar yang akan terus berputar jika seseorang terus berlari di dalamnya	→	Depresi yang tidak akan sembuh jika tidak menemukan solusi untuk menghentikannya

C. Depresi Adalah Kegelapan

Berdasarkan data yang terkumpul, ditemukan tiga data yang mengandung metafora dengan ranah target 'DEPRESI' dan ranah sumber 'KEGELAPAN' sebagai berikut:

Tabel 5. Metafora Konseptual DEPRESI ADALAH KEGELAPAN

(1)	나는 원래 이렇게 우울한 사람이라고만 생각하며 점점 어두워져 갔다. (naneun wolrae iroke uulhan saramiragoman saenggakamyjo jomjom <i>oduwojo gattta</i>) 'Aku pun perlahan semakin menjadi gelap sambil memikirkan bahwa aku
-----	---

-
- memang seseorang yang merasa depresi sejak awal' (hlm 18)
- (2) 또 내 밝음을 드러내듯이 어두움을 드러내는 것도 아주 자연스러운 일이라는 것을 알게 됐다.
(*tto nae balgeumeul deurnaedeusi oduumeul deurnaeneun gottto aju jayonseuroun iriraneun goseul alge dwaettta*)
'Kini aku juga tahu bahwa **menunjukkan sisi gelap dari diriku** adalah hal yang wajar seperti saat aku menunjukkan sisi terang dari diriku' (hlm 13)
-
- (3) 커다란 어둠 속을 걷고 또 걷다가 우연히 발견한 한 조각의 햇살에 오래 머물 수 있는 사람이 되기를 바란다.
(*kodaran odum sogeul gotkko tto gotttaga uyonhi balgyonhan han jogage haets sare orae momul ssu inneun sarami dwegireul baranda*).
'Aku berharap aku bisa menjadi seseorang yang bisa bertahan lama di **secercah cahaya matahari** yang tidak sengaja ku temukan saat terus **berjalan di dalam kegelapan** yang besar.' (hlm 190)
-

Pada data (1) dan (2) terdapat kalimat yang dituturkan oleh penulis saat menjelaskan mengenai kondisi depresi yang dialaminya. Ranah target 'DEPRESI' yang disamakan dengan ranah sumber 'KEGELAPAN' terlihat pada potongan kalimat 'Aku pun perlahan semakin **menjadi gelap**', '**menunjukkan sisi gelap**', dan '**berjalan di dalam kegelapan** yang besar' dengan kata 'menjadi gelap', 'sisi gelap', dan 'kegelapan' sebagai penandanya. Kata 'menjadi gelap' atau 'menggelp' berarti suatu proses perubahan dari terang menjadi gelap. Kata 'sisi gelap' berarti satu bagian yang gelap karena tidak terkena cahaya. Kata 'kegelapan' berarti suatu kondisi atau keadaan yang gelap. Jika dikaitkan dengan pengalaman, kata 'menggelp', 'sisi gelap', dan 'kegelapan' sama-sama merujuk pada 'KEGELAPAN'. Hal ini menunjukkan bahwa 'depresi' dianggap sebagai sebuah kondisi yang terasa sangat gelap dan membuat penulis sebagai penderitanya merasa tidak dapat melihat kebahagiaan karena berada dalam kegelapan. Konsep ini menunjukkan bahwa 'DEPRESI' yang bersifat abstrak disamakan dengan 'KEGELAPAN'.

Berdasarkan pembahasan data di atas, DEPRESI yang dialami oleh penulis dikonseptualisasikan sebagai KEGELAPAN. DEPRESI dipandang sebagai KEGELAPAN yang menurut KBBI dan NAVER *Dictionary* merupakan suatu keadaan atau tempat yang gelap. Konseptualisasi ini, dapat terlihat dari penggunaan kata-kata seperti 어두워져 갔다 (*oduwojo gattta*) 'menjadi gelap', 어두움 (*oduum*) 'sisi gelap', dan 어둠 (*odum*) 'kegelapan' yang memetakan DEPRESI dengan ciri-ciri yang ada pada KEGELAPAN seperti kegelapan bermula dari terang terlebih dahulu lalu berubah menjadi gelap dan kegelapan biasa disebut dengan sisi gelap. Depresi dipetakan dengan ciri-ciri tersebut karena sebelum mengalami depresi, pikiran/mental penulis semulanya normal dan terasa cerah namun lama kelamaan tertutupi oleh pikiran-pikiran negatif yang membuatnya terasa gelap menjadi depresi. Lalu penulis pun akhirnya merasa pikiran/mentalnya memiliki dua sisi yaitu sisi terang yang berarti sisi ketika pikiran/mentalnya sedang normal dan tidak dipenuhi pikiran negatif, serta sisi gelap yang berarti sisi ketika pikiran/mentalnya sedang mengalami depresi karena dipenuhi oleh berbagai pikiran negatif. Jika dilakukan pemetaan satu arah Lakoff dan Johnson (1980) dalam tabel, maka akan didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 6. Metafora Konseptual DEPRESI ADALAH KEGELAPAN

KEGELAPAN	PEMETAAN	DEPRESI
Orang yang berada dalam kegelapan	→	Orang yang mengalami depresi
Kegelapan yang menutupi sisi terang	→	Depresi yang muncul dalam pikiran

D. Depresi Adalah Perang

Berdasarkan data yang terkumpul, ditemukan empat data yang mengandung metafora dengan ranah target ‘DEPRESI’ dan ranah sumber ‘PERANG’ sebagai berikut:

Tabel 7. Metafora Konseptual DEPRESI ADALAH PERANG

(1) 혼자만의 전쟁을 치른 직후 바라보는 얼굴은 남루하다. (<i>honjamane jonjaengeul chireun jiku baraboneun olgureun namnuhada</i>). ‘Wajah yang kulihat setelah mengalami perang hanya seorang diri terlihat sangat lusuh.’ (hlm 89)
(2) 달랑 혼자가 셀 수 없이 많은 적들과 싸우는 건 애초에 불가능하다. (<i>dalrang honjaga sel ssu opssi maneun joktteulgwa ssauneun gon aechoe bulganeunghada</i>). ‘Sejak awal, aku merasa bahwa aku sendiri (yang harus berperang) bertarung menghadapi sekian banyak musuh yang tak terhitung jumlahnya adalah sesuatu yang tidak mungkin.’ (hlm 226)
(3) 상대가 많아질수록 전투력은 급감하고, 곧 의지를 상실한다. (<i>sangdaega manajilsurok jonturyogeun geupkkamhago, got uijireul sangsilhanda</i>). ‘Semakin banyak musuh yang harus aku hadapi, daya tempurku semakin menurun hingga lama-kelamaan keinginanku (untuk bertempur) pun menghilang.’ (hlm 226)
(4) 이길 수 없고, 이길 자신조차 없다. (<i>igil ssu opkko, igil jasinjocha optta</i>). ‘(Aku) tidak bisa memenangi (pertempuran ini) dan aku pun tidak memiliki rasa percaya diri untuk memenangkan (pertempuran ini).’ (hlm 226)

Pada data (1) terdapat kalimat yang dituturkan oleh penulis sebagai pasien saat menjelaskan mengenai rasa depresi yang dialaminya. Ranah target ‘DEPRESI’ yang disamakan dengan ranah sumber ‘PERANG’ terlihat pada potongan kalimat ‘**mengalami perang** hanya seorang diri’ dengan kata ‘mengalami perang’ sebagai penandanya. Kata ‘mengalami perang’ berarti kondisi atau situasi melalui suatu pertikaian yang sengit dengan seseorang atau kelompok. Jika dikaitkan dengan pengalaman, kata ‘perang’ biasanya terdapat lawan yang dihadapi karena dianggap telah mengganggu atau hendak merebut sesuatu yang dimiliki. Hal ini menunjukkan bahwa ‘depresi’ dianggap sebagai sebuah kondisi yang membuat penulis merasa seperti sedang dalam pertempuran melawan hal-hal yang membuatnya merasa depresi. Konsep ini menunjukkan bahwa ‘DEPRESI’ yang bersifat abstrak disamakan dengan keadaan dalam ‘PERANG’.

Pada data (2) terdapat kalimat yang dituturkan oleh penulis sebagai pasien saat menjelaskan mengenai rasa depresi yang dialaminya. Ranah target ‘DEPRESI’ yang disamakan

dengan ranah sumber 'PERANG' terlihat pada potongan kalimat '**bertarung** menghadapi **sekitan banyak musuh**' dengan kata 'bertarung' dan 'musuh' sebagai penandanya. Kata 'bertarung' berarti kondisi atau situasi berselisih atau bersaing untuk menang dengan menggunakan kekuatan atau perkataan. Kata 'musuh' berarti pihak yang menjadi lawan untuk saling bertarung atau melukai atau pihak yang mengganggu dan merusak. Jika dikaitkan dengan data (1) sebelumnya, 'depresi' diibaratkan sebagai 'perang', maka 'bertarung' dan 'musuh' yang dimaksud disamakan pada kondisi pertarungan yang terjadi dalam peperangan saat melawan musuh yang hendak mengganggu atau melukai. Hal ini menunjukkan bahwa keadaan orang yang mengalami depresi disamakan dengan keadaan dalam peperangan melawan musuh. Musuh yang dimaksud dalam keadaan depresi sendiri yaitu masalah-masalah ataupun hal-hal yang memicu atau membuatnya menjadi merasa depresi, seperti permasalahan keluarga penulis, permasalahan rasa percaya diri penulis, dan permasalahan penulis dengan lingkungan sosialnya.

Pada data (3) terdapat kalimat yang dituturkan oleh penulis sebagai pasien saat menjelaskan mengenai rasa depresi yang dialaminya. Ranah target 'DEPRESI' yang disamakan dengan ranah sumber 'PERANG' terlihat pada potongan kalimat 'Semakin banyak musuh yang harus aku hadapi, **daya tempurku** semakin menurun' dengan kata 'daya tempur' sebagai penandanya. Kata 'daya tempur' menurut KBBI dan NAVER *Dictionary* berarti suatu kemampuan untuk melakukan pertempuran. Jika dikaitkan dengan data (1) sebelumnya, 'depresi' diibaratkan sebagai 'perang', maka 'daya tempur' yang dimaksud disamakan pada kondisi kemampuan para prajurit perang atau para tentara untuk melakukan pertempuran melawan musuh di medan peperangan. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan orang yang mengalami depresi untuk bertahan melalui atau melawan rasa depresinya sampai sembuh disamakan dengan kemampuan para prajurit dalam peperangan untuk melawan musuhnya sampai mendapat kemenangan.

Pada data (4) terdapat kalimat yang dituturkan oleh penulis sebagai pasien saat menjelaskan mengenai rasa depresi yang dialaminya. Ranah target 'DEPRESI' yang disamakan dengan ranah sumber 'PERANG' terlihat pada potongan kalimat 'Aku tidak bisa **menang** (dalam pertempuran)' dengan kata 'menang' sebagai penandanya. Kata 'menang' menurut KBBI dan NAVER *Dictionary* berarti suatu kondisi mengalahkan lawan lalu meraih hasil yang lebih baik dalam suatu taruhan, peperangan, kompetisi, dan lain sebagainya. Jika dikaitkan dengan data (1) sebelumnya, 'depresi' diibaratkan sebagai 'perang', maka 'menang' yang dimaksud disamakan pada kondisi para prajurit perang atau para tentara ketika berhasil mengalahkan musuh di medan peperangan sehingga meraih kemenangan. Hal ini menunjukkan bahwa orang yang mengalami depresi jika berhasil melalui atau melawan rasa depresinya sampai sembuh disamakan dengan para prajurit dalam peperangan yang akan mendapat kemenangan jika berhasil melawan musuhnya.

Berdasarkan pembahasan setiap data di atas, DEPRESI yang dialami oleh penulis dikonseptualisasikan sebagai PERANG. DEPRESI dipandang sebagai PERANG yang menurut KBBI dan NAVER *Dictionary* merupakan suatu kondisi pertikaian atau pertempuran besar antara dua pasukan (negara, suku, tentara, agama, dan sebagainya) menggunakan alat persenjataan. Konseptualisasi ini, dapat terlihat dari penggunaan kata-kata seperti 전쟁을 치르다 (*jonjaengeul chireuda*) 'mengalami perang', 싸우다 (*ssauda*) 'bertarung', 적 (*jok*) 'musuh', 전투력 (*jonturyok*) 'daya tempur' dan 이기다 (*igida*) 'menang' yang memetakan DEPRESI dengan ciri-ciri yang ada pada PERANG seperti dalam peperangan terdapat prajurit yang bertarung melawan musuh, para prajurit yang bertarung dalam medan peperangan memiliki daya tempur, dan para prajurit yang berhasil mengalahkan musuh di medan perang akan memperoleh kemenangan. Jika dilakukan pemetaan satu arah Lakoff dan Johnson (1980) dalam tabel, maka akan didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 8. Metafora Konseptual DEPRESI ADALAH PERANG

PERANG	PEMETAAN	DEPRESI
Prajurit yang mengalami peperangan	→	Orang yang mengalami depresi
Melawan musuh yang menimbulkan peperangan	→	Mengatasi hal-hal yang menyebabkan timbulnya rasa depresi
Daya tempur para prajurit saat menghadapi peperangan	→	Daya tahan penderita depresi saat melalui depresinya
Para prajurit yang berhasil memenangkan perang	→	Penderita depresi yang berhasil sembuh

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, terdapat empat metafora konseptual DEPRESI yang terbentuk dari dialog-dialog yang diutarakan oleh penulis dan psikiaternya saat sesi terapi dalam buku esai 죽고 싶지만 떡볶이는 먹고 싶어 (*jukkko sipjiman tokppokkineun mokko sipo*) ‘Aku ingin mati tapi aku ingin makan tteokbokki’ karya penulis asal Korea Selatan Baek Se-hee.

Pertama, konseptualisasi metafora DEPRESI ADALAH PENJARA memetakan konsep DEPRESI yang abstrak sebagai ranah target dengan konsep PENJARA yang konkret sebagai ranah sumbernya. Konseptualisasi ini menghasilkan pemetaan seperti, orang yang mengalami depresi sama seperti orang yang masuk ke dalam penjara, orang yang merasa gagal meraih sesuatu yang ideal sama seperti orang yang mendapat hukuman atau orang yang bersalah, mengidap depresi membuat tersiksa dan tidak nyaman sama seperti kondisi di dalam penjara membuat orang tersiksa dan tidak nyaman, dan orang yang berhasil sembuh dari depresi sama seperti orang yang bebas dari penjara.

Kedua, konseptualisasi metafora DEPRESI ADALAH RODA PUTAR memetakan konsep DEPRESI yang abstrak sebagai ranah target dengan konsep RODA PUTAR yang konkret sebagai ranah sumbernya. Konseptualisasi ini menghasilkan pemetaan seperti, orang yang mengalami depresi sama seperti orang yang berlari dalam roda putar, depresi yang terus berulang sama seperti roda putar yang berbentuk bundar dan tidak berujung, dan depresi yang tidak akan sembuh jika tidak menemukan solusi untuk menghentikannya sama seperti roda putar yang akan terus berputar jika seseorang terus berlari di dalamnya.

Ketiga, konseptualisasi metafora DEPRESI ADALAH KEGELAPAN memetakan konsep DEPRESI yang abstrak sebagai ranah target dengan konsep KEGELAPAN yang konkret sebagai ranah sumbernya. Konseptualisasi ini menghasilkan pemetaan seperti, orang yang mengalami depresi sama seperti orang yang berada dalam kegelapan dan depresi yang muncul dalam pikiran sama seperti kegelapan yang menutupi sisi terang.

Keempat, konseptualisasi metafora DEPRESI ADALAH PERANG memetakan konsep DEPRESI yang abstrak sebagai ranah target dengan konsep PERANG yang konkret sebagai ranah sumbernya. Konseptualisasi ini menghasilkan pemetaan seperti, orang yang mengalami depresi sama seperti prajurit yang mengalami peperangan, mengatasi hal-hal yang menyebabkan timbulnya rasa depresi sama seperti melawan musuh yang menimbulkan peperangan, daya tahan penderita depresi saat melalui depresinya sama seperti daya tempur para prajurit saat menghadapi peperangan, dan penderita depresi yang berhasil sembuh sama seperti para prajurit yang berhasil memenangkan perang.

Semua konseptualisasi yang ditemukan menunjukkan bagaimana depresi dipandang oleh Baek Se-Hee dan psikiaternya sebagai masyarakat Korea dalam buku ini. Secara garis besar, depresi dipandang sebagai suatu hal yang negatif dan mengganggu penderita yang

mengalaminya. Hal ini terlihat dari bagaimana depresi disamakan dengan konsep-konsep yang ada pada penjara, roda putar, kegelapan, dan perang yang jika dikaitkan dengan pengalaman merupakan hal-hal yang membuat menderita, membuat takut, dan membuat lelah.

DAFTAR PUSTAKA

- Ellis, N. C. (1999). Cognitive approaches to SLA. *Annual Review of Applied Linguistics*, 19, 22–42.
- Krisdianti, N. N., & Nugraha, R. A. (2021). Metaphor in “Burning Sun” South Korea online news: A semantic study. *JoKAL: Journal of Korean Applied Linguistics*, 1(1), 23–28. <https://ejournal.upi.edu/index.php/JoKAL>
- Kwon, Y. J. (2022). The Conceptualization of Covid-19 Metaphor in Political Discourse. *Korea Journal of English Language and Linguistics*, 22(0), 871–890. <https://doi.org/https://doi.org/10.15738/kjell.22..202208.871>
- Lakoff, G., & Johnson, M. (1980). *Metaphors We Live By*. The University of Chicago Press.
- Lantolf, J. P. (2011). Integrating Sociocultural Theory and Cognitive Linguistics in The Second Language Classroom. In *Handbook of Research in Second Language Teaching and Learning* (Vol. 2, pp. 303–318). Routledge.
- Mahsun. (2017). *Metode Penelitian Bahasa: Tahapan, Strategi, Metode, dan Tekniknya*. PT Rajawali Pers.
- Malkomsen, A., Røssberg, J. I., Dammen, T., Wilberg, T., Løvgren, A., Ulberg, R., & Evensen, J. (2021). Digging down or scratching the surface: how patients use metaphors to describe their experiences of psychotherapy. *BMC Psychiatry*, 21(533), 1–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s12888-021-03551-1>
- Masthuroh, S. A. (2020). Konseptualisasi Metafora Narkoba: Kajian Linguistik Kognitif. *Jurnal Skripta*, 6(1), 25–32. <https://doi.org/10.31316/skripta.v6i1.646>
- Maulana, I. P. A. P., & Putra, I. B. G. D. (2021). Metafora Konseptual Kasta dalam Masyarakat Bali: Kajian Linguistik Kognitif. *PRASI*, 16(2), 92–104. <https://doi.org/10.23887/prasi.v16i02.37578>
- Nasrullah, R. (2020). Metafore dalam Lirik Lagu Slank Bertemakan Kritik Sosial: Suatu Kajian Linguistik Kognitif. *Jurnal Metabasa*, 2(1), 18–29. <https://jurnal.unsil.ac.id/index.php/mbsi/article/view/1803>
- Park, A. (2022). A Study on the Effects of Teaching Newspaper Headlines Based on Conceptual Metaphor - on Korean Learners’ Lexical Inference Strategy Use. *Bilingual Research*, 89, 59–84. <https://doi.org/10.17296/korbil.2022..89.59>
- Sriwulandari, Y. A., Nugrahani, A., & Mulyono, N. (2023). Metafora dalam Spanduk Tragedi Kanjuruhan Malang. *JiIP: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(2), 1346–1351. <https://doi.org/https://doi.org/10.54371/jiip.v6i2.1609>
- Steen, G., Dorst, A., Herrmann, J. B., Kaal, A., Krennmayr, T., & Pasma, T. (2010). *A method for linguistic metaphor identification: From MIP to MIPVU*. John Benjamins Publishing.
- Sudaryanto. (2015). *Metode dan Aneka Teknik Analisis Bahasa*. Sanata Dharma.
- Törneke, N. (2017). *Metaphor In Practice: A Professional’s Guide to Using the Science of Language in Psychotherapy*. Context Press.

- Verspoor, M. H. (2017). Cognitive Linguistics and Its Applications to Second Language Teaching. In *Language Awareness and Multilingualism* (pp. 55–66). https://doi.org/10.1007/978-3-319-02325-0_4-2
- Yu, G., Liu, R., & Zhang, W. (2022). Therapeutic metaphors: Theories, empirical efficacy and underlying mechanisms . *Advances in Psychological Science*, 30(7), 1546–1560. <https://doi.org/https://doi.org/10.3724/SP.J.1042.2022.01546>