

**BAB I**

**PENDAHULUAN**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Masyarakat Indonesia dalam kurun waktu dua tahun terakhir sudah mulai terbiasa dengan pemberitaan, baik surat kabar maupun media-media lainnya, yang menggambarkan bentuk-bentuk kekerasan yang dilakukan oleh sebagian kelompok terhadap kelompok masyarakat lainnya yang terjadi hampir di setiap daerah di Indonesia. Kekerasan sudah menjadi persoalan tersendiri dalam perilaku masyarakat Indonesia. Salah satunya adalah berita tentang kerusuhan yang terjadi di ITS (Surya, 29 September 2003). Solidaritas yang berlebihan terhadap jurusan hingga meremehkan jurusan lain membuat bentrokan antara jurusan yaitu jurusan Teknik Elektro dengan D-3 Mesin (Teknik Industri).

Kondisi seperti ini dapat dijadikan sebagai gambaran yang cukup jelas mengenai bagaimana pengendalian emosi bisa menjadi sesuatu yang begitu penting dalam mempengaruhi pola kehidupan bersama secara keseluruhan. Salah satunya bisa dilihat sebagai persoalan pengendalian emosi yang berkaitan dengan kestabilan emosi. Pengendalian emosi merupakan salah satu aspek penting dari sebuah proses menuju pada pembentukan emosi yang stabil. Kestabilan emosi dibentuk secara kesinambungan dan terus menerus dari proses perkembangan seseorang sebagai respon terhadap lingkungannya, yang terintegrasi bersama kebutuhan-kebutuhannya.

Gerungan (1986 :28) menyatakan bahwa pengertian kestabilan emosi adalah adanya suatu kematangan emosional berdasarkan kesadaran yang mendalam terhadap kebutuhan-kebutuhan, keinginan-keinginan, cita-cita, alam perasaannya, serta pengintegrasian semua itu ke dalam suatu kepribadian yang pada dasarnya bulat dan harmonis. Pengertian harmonis adalah adanya suatu keseimbangan emosional yang dinamis yang dapat bergerak kemana-mana sesuai tuntutan kondisi dan mempunyai dasar yang matang serta stabil. Kestabilan emosi antara individu yang satu berbeda dengan individu yang lain. Hal ini tidak terlepas dari faktor pengalaman, pertimbangan akal, pendidikan dalam keluarga, latar belakang kehidupan dari masa kanak-kanak, lingkungan bergaul, serta faktor-faktor lainnya. Individu yang sudah stabil akan menunjukkan sikap yang positif dalam menghadapi kehidupan serta sanggup menghadapi tekanan hidup, baik yang ringan maupun yang berat dengan keadaan emosi yang tetap baik (Meichati, 1983 :31).

Kestabilan yang baik membawa pada tingkah laku yang adekuat (serasi dan tepat) yang bisa diterima masyarakat pada umumnya, sehingga terbentuk hubungan interpersonal dan sosial yang memuaskan. Kehidupan psikis stabil relatif dekat dengan integritas jasmani dan rohani yang ideal, tidak banyak memendam konflik internal, suasana hati tenang (Kartono dan Andari, 1989 :27).

Pada kasus-kasus kekerasan yang terjadi bila dihubungkan dengan beberapa teori yang dikemukakan di atas, menunjukkan bahwa dalam masyarakat belum terbentuk suatu pola hubungan interpersonal dan sosial yang memuaskan. Ketidakpuasan yang terjadi merupakan dampak langsung dari kurang

mendalamnya kesadaran masyarakat terhadap kebutuhan-kebutuhan, keinginan-keinginan, cita-cita dan alam perasaannya, yang kemudian diekspresikan secara tidak matang, negatif, tidak adekuat dan mendapatkan respon yang tidak diharapkan dari kelompok masyarakat lainnya. Tidak kurang penting adalah kenyataan bahwa para pelaku kekerasan terdiri dari berbagai kalangan yang sebenarnya sama sekali tidak pernah diharapkan ikut mengambil bagian didalamnya. Mereka adalah kalangan terpelajar dari generasi muda yang suatu saat nanti akan menjadi pemimpin-pemimpin yang menentukan kemana arah bangsa ini.

## **1.2 Batasan Masalah**

Mahasiswa adalah kalangan intelektual yang berada dalam lingkungan kampus. Mahasiswa dituntut untuk mampu menampilkan dirinya sebagai pribadi yang matang, baik ketika berada dalam lingkungan kampus maupun ketika berada di tengah-tengah masyarakat. Terlepas dari kegiatan intelektualnya, sebagai manusia mereka pun terus menjalani proses perkembangan menuju pada pembentukan diri pribadi yang lebih stabil. Dalam hal perkembangan emosi, menjalani langsung kehidupan bermasyarakat amatlah penting, karena individu akan selalu dihadapkan pada adanya pilihan sikap, kebutuhan-kebutuhan dan keinginan-keinginan yang berbeda-beda. Mereka juga dituntut untuk tetap dapat menjaga ekspresi emosi yang disesuaikan dengan norma yang berlaku di masyarakat supaya terbina pola hubungan interpersonal dan sosial yang memuaskan.

Teater adalah bentuk seni peran yang mencoba memotret kehidupan, baik orang perseorangan maupun masyarakat, kemudian menampilkannya kembali ke atas panggung. Pada prosesnya, supaya dapat menampilkan secara benar, setiap aktor dan aktris yang memerankan tokoh dalam lakon terlebih dahulu harus mempelajari karakter dan lakon yang dimainkan. Kemudian juga dipelajari tentang setting waktu dan tempat yang dipilih dalam lakon, supaya dapat dipahami pola-pola hubungan dan norma-norma yang berlaku, sehingga ketika ditampilkan, pesan yang ingin disampaikan benar-benar dapat diterima oleh penonton. Seperti halnya kehidupan sehari-hari, alur cerita dalam sebuah pementasan teater pun dirangkai dengan adanya konflik-konflik yang dialami oleh tokoh-tokohnya. Setiap konflik dilatarbelakangi oleh perbedaan-perbedaan yang memang sengaja diciptakan dalam naskah pementasan. Antara konflik satu dengan lainnya dibedakan berdasarkan perbedaan kapasitas emosi yang dibutuhkan.

Penampilan yang optimal dan sesuai dengan apa yang diharapkan oleh naskah, akan tercapai jika para aktor dan aktris mampu mengenali sekaligus mengekspresikan setiap emosi yang ada sesuai dengan kapasitasnya. Observasi dengan demikian menjadi sangat penting dan latihan dibutuhkan guna mengukur ketepatan observasi dengan mengalami langsung hambatan-hambatannya. Melalui pengalaman ini diharapkan aktor/aktris dapat menemukan dan merasakan langsung ekspresi emosi yang betul-betul sesuai dengan stimulus yang diterima.

Proses teater sebagai karya cipta dikerjakan secara kolektif dan bukan karya individu. Teater merupakan karya orang-orang yang mendapat tugas untuk

berkreasi menurut bidang kemampuannya masing-masing. Proses karya yang dipersatukan tersebut memerlukan waktu, kompromi, saling mengisi, saling pengertian yang didasari alasan kuat akan karya. Masing-masing individu harus benar-benar mewarnai kerja kolektif tersebut (Wahyudi, 1998 :27).

Dalam proses kesenian teater, seniman yang biasa dikenal dengan kebebasannya dalam mengembangkan kreatifitas, akan berusaha mengekspresikan karya-karya atau kemampuannya dalam pementasan. Frans Boas (Bastaman, 1996 :7) berpendapat bahwa kesenian sebagai suatu kegiatan akan membangkitkan perasaan yang menyenangkan (*pleasureable sensation*). Sesuatu kegiatan akan membangkitkan rasa keindahan apabila diwujudkan melalui proses yang memenuhi persyaratan teknis tertentu sehingga mencapai *standart of excellent* atau nilai tertinggi. Seorang seniman dengan seluruh emosinya akan berusaha untuk mencapai nilai puncak tersebut dengan totalitasnya.

Proses berkesenian (teater) dapat memberikan alternatif pemenuhan kebutuhan *self esteem*, pengembangan diri dan aktualisasi diri (Bastaman, 1996 :10).

Pennebaker&Francis (1992 :283) membuktikan bahwa kesehatan subyek yang mengungkapkan rasa emosi dengan mengeluarkan rasa stressnya menunjukkan ada peningkatan kesehatan fisiknya dibanding kelompok kontrol yang memendam reaksi emosinya. Sedangkan Scheff (Watson, 1992 :451) menjelaskan bahwa teori katarsis dapat dijadikan sebagai tawaran alternatif yang bermanfaat bagi kesehatan emosi. Menurut Scheff (Watson, 1992 :453) mengingat-ingat saja tidak cukup dan tidak perlu. Katarsis dapat mengakhiri

episode emosional sebelum menjadi semakin memburuk. Katarsis tidak hanya sekedar pembedaan secara sederhana keadaan emosi, tetapi juga melibatkan secara bersamaan persepsi dari kontrol dan penguasaan perasaan negatif. Katarsis menekankan pada persepsi efikasi diri dalam ketahanan dan pengaturan emosi yang timbul sebagai bagian dari terapi perubahan (Bandura dalam Watson, 1988 :462).

Berteater adalah berlatih untuk memahami, merasakan sekaligus mengekspresikan emosi yang sesuai dengan tahap perkembangannya dan tidak menyimpang dari norma masyarakat, karena pada dasarnya seni teater merupakan miniatur kehidupan.

Wahyudi (1998) telah membuktikan melalui penelitian yang dilakukannya tentang adanya perbedaan kestabilan emosi antara mahasiswa yang berteater dan tidak. Hipotesis yang diajukan adalah ada perbedaan kestabilan emosi antara mahasiswa yang berteater dan tidak yang hasilnya adalah hipotesis diterima bahwa mahasiswa yang mengikuti teater memiliki kestabilan emosi yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak berteater. Subyek penelitian yang digunakan oleh Wahyudi adalah mahasiswa yang mengikuti teater dengan yang tidak mengikuti tanpa mengontrol karakteristik subyek yaitu apakah memang karena mengikuti teater itu yang menyebabkan kestabilan emosi lebih baik atau karena disebabkan faktor lain.

Karena hal itulah maka penulis merasa tertantang untuk menindak lanjuti penelitian tersebut dengan berusaha lebih mengkhususkan lagi pada bagian terpenting dari teater, yaitu pada proses pemberian latihan dasar keaktorannya

dengan mengontrol karakteristik subyek yang belum pernah mengikuti teater tapi berminat terhadap teater.

### **1.3 Rumusan Masalah**

Dari uraian di atas dapat dirumuskan masalah “Apakah ada pengaruh pelatihan dasar keaktoran terhadap kecenderungan kestabilan emosi?”

### **1.4 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan dasar keaktoran terhadap kecenderungan kestabilan emosi.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

1. Memberi masukan data empirik bagi ilmu psikologi untuk penelitian selanjutnya tentang kestabilan emosi pada umumnya dan tentang perilaku mahasiswa yang mengikuti teater pada khususnya.
2. Secara psikis diharapkan memberi informasi yang lebih jelas tentang pengaruh kegiatan teater sebagai alternatif terapi kestabilan emosi.