

KEMATANGAN DIRI PADA PELAKU SENI TEATER

Fifi Lutfiah¹
Susatyo Yuwono²
Niken Iriani LNH³

^{1,2,3} Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

***Abstract.** This research is aim to know, understand and describe anything about self maturity on the actor/actress of theater. The research questions are : 1) how about the self maturity, and 2) what kind of relation of theater and the self maturity developmental process on the actor/actress of theater. By the qualitative methode research, data gathered by interview, observation, questionnaire, and 16-PF test and then be analyzed with inductive tchnique. Subjects are three members of Teater Ruang. The result shown that the actor/actress of theater have a good self maturity. Theater process that have done and understood with meaningful, continously bring to self developmental process to reach self maturity.*

Keywords : *self maturity, the actor/actress of theater*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui, memahami dan memaparkan berbagai fenomena mengenai kematangan diri pada pelaku seni teater. Pertanyaan penelitian yang diajukan sebagai berikut : 1) bagaimana kematangan diri pada pelaku seni teater, 2) bagaimana keterkaitan proses teater dalam pembentukan pribadi yang matang bagi pelakunya. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, dengan teknik pengumpulan data yang digunakan adalah interview, observasi, angket dan assesmen psikologi berupa Tes 16 PF. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan adalah analisis induktif. Subjek dalam penelitian ini adalah tiga orang anggota Teater Ruang. Hasil penelitian menunjukkan pelaku seni teater mempunyai kematangan diri yang memadai. Proses teater yang dijalani, dipahami dan dihayati secara terus menerus dan berkesinambungan membawa pada suatu keadaan proses perkembangan diri menuju ke arah pribadi yang lebih matang.

Kata kunci : *kematangan diri, pelaku seni teater*

Kematangan Diri Pada Pelaku Seni Teater
Fifi Lutfiah, Susatyo Yuwono, dan Niken Iriani LNH

Perkembangan dan pertumbuhan diri sangat dibutuhkan dan perlu untuk diperjuangkan menuju tingkat pertumbuhan dan perkembangan yang lebih maju. Hal ini dilakukan agar dapat merealisasikan serta mengaktualisasikan semua potensi yang dimilikinya. Dewasa ini, manusia sering dihadapkan pada problema-problema kemanusiaan seperti perang, kerusakan lingkungan, prasangka rasial, kemiskinan dan kriminalitas. Hal ini berpotensi mengancam keberadaan manusia.

Kematangan, kemudian menjadi sesuatu yang dianggap penting serta didambakan setiap orang. Dengan dimilikinya kematangan diri, seseorang akan mampu menghadapi kesukaran hidup secara obyektif, dapat menikmati kehidupan yang stabil, memiliki penyesuaian diri yang baik serta mengetahui bahwa kebahagiaannya berhubungan dengan kebahagiaan orang lain.

Untuk menjadi pribadi yang matang, seseorang perlu mengenal dirinya sendiri, mendidik dan mengevaluasi pribadinya masing-masing. Menurut Allport (Schultz, 1991) sebelum diri berkembang dan meluas menjangkau orang dan benda di luar dirinya, mula-mula diri hanya berpusat pada individu, kemudian ketika lingkaran pengalaman bertumbuh, dia mengembangkan

perhatian-perhatian di luar dirinya.

Teater yang pada hakekatnya merupakan suatu wadah, tempat dari pengalaman yang kemudian ditampilkan dalam bentuk peristiwa panggung dengan pemeran sebagai materi baku utama, menunjukkan adanya kekuatan khas yang dimiliki untuk menyentuh kesadaran psikologis yang dapat mendidik pelakunya untuk dapat mengevaluasi dan mengenal dirinya masing-masing. Pengalaman seorang pelaku seni teater dalam proses pemeranan di atas panggung memiliki efek yang lebih di luar bidang ketheateran.

Apriadi (1999) mengemukakan sejauhmana pengaruh teater terhadap hidup seseorang hanya dapat diketahui jika orang melibatkan diri kedalamnya secara langsung. Seorang pemain akan mendapatkan rasa puas yang sungguh-sungguh apabila permainannya berhasil dan mendapat sambutan dari publik, sebaliknya jika jelek akan pula memperoleh reaksi panggung langsung dari penonton.

Permasalahan yang ingin diungkap dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : bagaimana kematangan diri pada pelaku seni teater? Serta bagaimana keterkaitan proses taeter pada pembentukan kematangan diri pada pelakunya?

TINJAUAN PUSTAKA

Kematangan Diri

Monks (2001) mendefinisikan kematangan atau *maturity* sebagai suatu keadaan dimana telah tercapainya satu bentuk kedewasaan. Kematangan berkaitan dengan kematangan psikologis atau perkembangan penuh dari intelegensi, proses-proses emosional dan seterusnya. Sedangkan yang dimaksud dengan diri atau *self* itu sendiri adalah individu sebagai makhluk yang sadar. Diri merupakan kepribadian. Kepribadian atau pribadi dipandang sebagai kesatuan sifat yang khas yang menandai pribadi tertentu.

Dalam usaha untuk melakukan penelitian tentang kematangan diri, Barria (Siswandi, 2002) menyatakan bahwa seseorang dapat dikatakan matang pribadinya apabila dapat menerima realitas secara bebas dan sudah bisa mengintegrasikan potensi kemanusiaannya dengan kebiasaan-kebiasaan yang tulus dan murni. Ia dapat mengontrol diri dan emosi, suka akan kehidupan komunitas, memiliki kemauan untuk memberi diri dalam melayani sesama, konsisten dan tenang serta memiliki tingkah laku yang jelas dan terarah.

Menurut pandangan Allport (Schultz, 1991), ada tujuh ciri atau kriteria pribadi yang matang. Kriteria tersebut

adalah : 1) perluasan perasaan diri, 2) hubungan yang hangat dengan orang lain, 3) penerimaan diri, 4) persepsi realistik, 5) keterampilan-keterampilan dan tugas-tugas, 6) obyektifikasi diri, dan 7) filsafat hidup yang mempersatukan.

Kematangan diri dapat dicapai jika individu telah melakukan proses pengembangan diri, proses pembelajaran terhadap pengalaman-pengalaman yang penuh dengan pertentangan-pertentangan yang dilalui. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kematangan diri seseorang diantaranya adalah kemampuan pribadi, suku, budaya dan keanekaragaman tradisi, situasi sekitar, kepercayaan terhadap agama dan tingkat pendidikan.

Pengertian Teater

Theatre berasal dari kata *theatron*, sebuah kata Yunani yang mengacu kepada sebuah tempat dimana seorang aktor mementaskan sebuah lakon. *Theatron* berkembang berubah menjadi *theatre* (Inggris) dan *theater* (Belanda) yang artinya mencakup beberapa pengertian antara lain : gedung pertunjukan, sebuah panggung dan pentas yang kemudian lebih luas lagi mencakup beberapa faktor pekerja teater yang terdiri dari penari, pelaksanaan teknis (Hamzah dalam Saptowati, 2001).

Proses teater yang direncanakan dalam rangka pementasan, dipahami sebagai sebuah kerja kolektif dimana orang-orang yang terlibat mendapatkan tugas masing-masing dalam berkreasi menurut bidang kemampuannya. Masing-masing individu harus benar-benar mewarnai kerja kolektif tersebut. Semua unsur haruslah searah tujuan untuk menjadi hasil akhir berupa pementasan kesenian.

Menurut Stanilavsky (1980) seorang aktor pada dasarnya harus memiliki fisik prima, fleksibel, mampu mengobservasi kehidupan, menguasai kekuatan psikisnya, mengetahui dan memahami tentang naskah lakon, berkonsentrasi pada imaji, suasana dan intensitas panggung, bersedia bekerja secara terus menerus dan serius mendalami pelatihan demi kesempurnaan diri dan penampilan perannya.

Selanjutnya, secara garis besar latihan dasar keaktoran yang kemudian harus disebut sebagai latihan dasar teater meliputi : 1) olah jiwa, terdiri konsentrasi meditasi, kepekaan panca indera, 2) olah vokal, 3) olah tubuh, 4) teknik pemeranan, 5) improvisasi dan 6) observasi.

Iriani (1997) menyatakan bahwa seni merupakan ekspresi emosi yang paling bebas dari kehidupan bermasyarakat dan pribadi. Secara psikologis olah rasa dalam suatu proses

seni adalah katarsis mental yaitu proses pembersihan sistem energi yang terkandung karena pengendalian. Esensi dari katarsis mental itu sendiri sebenarnya adalah mengekspresikan emosi, dorongan atau kebutuhan untuk mendapat sikap dan pandangan yang lebih menyeluruh.

Dalam prosesnya, tidak sedikit dari para pelaku seni teater yang pada awalnya beranggapan bahwa teater adalah sebuah lakon yang dipentaskan di atas panggung, dimana itu hanyalah sekedar akting tanpa ada perasaan yang mendalam. Selanjutnya kesadaran akan pengalaman dan pengetahuan yang luas, yang diperoleh seorang penggiat teater dalam proses teater yang dijalaninya akan menstimulasi gagasan seseorang menjadi pribadi yang lebih matang.

METODE PENELITIAN

Gejala Penelitian

1) **Kematangan diri**, yaitu bagaimana kemampuan individu dalam menyesuaikan diri yang baik, menghadapi kesukaran dengan cara obyektif, mempunyai rasa tanggung jawab terhadap diri dan lingkungannya, mempunyai tujuan-tujuan yang jelas dan kebiasaan-kebiasaan kerja yang efisien, terbuka terhadap kritik dan saran dari orang lain, mandiri dan dapat menikmati kehidupan yang stabil, tenang, senang,

sehingga tertarik untuk bekerja dan berprestasi.

2) **Pelaku seni teater**, yaitu seorang wanita atau laki-laki yang dengan kesadaran memutuskan dirinya untuk bergiat dan melakukan penempatan-penempatan atas bakat dan keinginannya di bidang seni teater, baik sebagai seorang aktor, sutradara, setting dekorasi, penata lampu, penata kostum, penata rias, ataupun peran di belakang

panggung lainnya yang bekerja secara kolektif dan harmonis dengan kreatif mempergunakan peralatan tubuh, pikiran dan perasaannya untuk menciptakan sebuah peristiwa teater.

Subjek Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian, maka dipilih tiga orang subjek penelitian dengan ciri-ciri anggota Teater Ruang, Usia diatas 20 th dan telah mengikuti teater minimal tiga tahun.

Tabel 1. Karakteristik Subjek

Nama	Usia	JK	Lama	Pendidikan	Pekerjaan
H	34 th	Laki-laki	15 tahun	Sarjana	-
E	25 th	Perempuan	8 tahun	SMEA	Karyawati
N	25 th	Laki-laki	5 tahun	Sarjana	-

Metode Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan metode wawancara, observasi, angket dan assesmen psikologi. Materi wawancara dan angket adalah permasalahan-permasalahan yang ingin dijawab dalam penelitian ini, yaitu : tentang proses awal subjek di teater, tentang pemahaman perasaan subjek terhadap teater, tentang keterkaitan proses teater terhadap pembentukan pribadi yang matang pada diri dan kehidupan subjek dan beberapa

pertanyaan tentang kematangan diri subjek.

Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini data-data yang diperoleh merupakan data kualitatif yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi, angket dan tes psikologi. Data yang terkumpul dikelompokkan dan diberi kode untuk mendeskripsikan tema-tema yang muncul kemudian digunakan untuk menjawab masing-masing pertanyaan dalam penelitian.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Tabel 2. Deskripsi Data

Perluasan perasaan diri	Ada usaha untuk membantu ekonomi keluarga	2
	Tidak kecewa ketika pendapatnya tidak diterima orang lain.	1,2,3
	Ikut prihatin dengan kondisi bangsa	1,2,3
Hubungan yang hangat dengan orang lain	Membantu dan memberikan kasih sayang dan arti bagi orang lain	1,2,3
Penerimaan diri	Kepercayaan diri	1,2,3
	Memiliki kontrol emosi dalam menghadapi suatu masalah	1,2,3
	Memiliki usaha untuk kompromi terhadap pilihannya dengan kenyataan yang terjadi.	1,2
Persepsi realistik	Kegigihan menghadapi masalah	1,2
	Menerima kelebihan dan kekurangan	1,2,3
	Menerima kritik dari orang lain	1,2,3
Ketrampilan dan tugas	Motivasi menyelesaikan tugas	1,2
	Sistematika menyelesaikan tugas	1,2
	Memiliki komitmen kerja berkelompok	1,2,3
Obyektifikasi diri Filsafat hidup	Penyesuaian diri	1,3
	Terbuka terhadap perbedaan	1,2
	Mampu mereduksi pengalaman masa kecil yang kurang bahagia	2,3
	Memahami aktivitas sehari-hari bukan sekedar sebagai tugas tapi lebih pada sebagai sebuah bentuk proses belajar untuk memahami diri sendiri sehingga mampu memberikan sikap yang tepat dalam memperlakukan orang lain.	1

	Berdo'a dan memaknai apa yang diberikan Tuhan sebagai bentuk rasa syukur, perilaku beragama non simbolik, yang penting iman kepada Tuhan	1,2,3
	Kebenaran bisa datang dari siapa saja.	2

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa sebagian subjek memiliki kematangan diri. Kematangan diri yang dimiliki dapat dikategorikan menjadi tujuh, yaitu : perluasan perasaan diri, hubungan yang hangat dengan orang lain, penerimaan diri, persepsi realistik, ketrampilan dan tugas, obyektifitas diri dan filsafat hidup. Hasil ini telah membuktikan pertanyaan penelitian pertama dengan memperlihatkan bagaimana kematangan diri yang dimiliki subjek sebagai pelaku teater.

Hasil analisis terhadap keterkaitan antara proses teater dengan kematangan diri menunjukkan bahwa kematangan individu tersebut selain mereka peroleh karena perkembangan alamiah masing-masing subjek, juga terkait dengan proses belajar terhadap pengalaman-pengalaman yang dikembangkan dan digali dari proses teater yang mereka jalani.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa sebagian subjek penelitian sebagai pelaku teater telah memiliki kematangan diri yang memadai. Bentuk-bentuk kematangan diri yang dimiliki

oleh masing-masing subjek berupa diantaranya memiliki kepercayaan diri yang memadai, mampu terlibat dengan lingkungannya, mengutamakan kedalaman atau keakraban dalam menjalin sebuah hubungan, bisa mengekspresikan emosinya secara baik, memiliki motivasi, gigih dan sistematis dalam menghadapi persoalan sehingga mampu menyelesaikan persoalan yang dihadapi secara tuntas dan mandiri.

Sejalan dengan teori Young (Apriadi, 1999) yang mengatakan bahwa ada tiga faktor yang mempengaruhi tingkat kestabilan emosi seseorang, yaitu : lingkungan, pengalaman dan individu. Proses teater, dengan segala bentuk latihan di dalamnya, memperkaya pengalaman individu dalam mengekspresikan emosinya pada berbagai interaksi sosial yang tercipta. Para pelaku teater mengalami proses-proses pemaknaan baru dan terbiasa untuk lebih peka dalam menyikapi perubahan-perubahan yang terjadi ketika mereka berinteraksi dengan lingkungannya.

Anirun (Saptowati, 2001) menjelaskan bahwa pada taraf latihan

dasar peralatan ekspresi yang bersifat kejasmanian dan kejiwaan dilatih secara intensif untuk meningkatkan ketahanan dan keluwesan tubuh, ketrampilan gerak dan reaksi, kejernihan pikiran, kekuatan, keamanan, ketajaman dan visi kreatif yang selanjutnya dapat direalisasikan di luar panggung yang pada gilirannya dapat membawa pelakunya pada proses perkembangan diri yang matang.

Hal ini sesuai dengan pendapat Salad (2000), bahwa teater bukan sekedar rangkaian peristiwa yang dihidupi dan digerakkan diatas sepetah ruang yang bernama panggung. Tapi lebih dari semua itu, teater adalah dunia bentukan yang serba mungkin untuk menghadirkan sesuatu dan menerima akibatnya. Dahana (2001) menegaskan bahwa hidup sehari-hari manusia tidak dapat luput dari pernyataan-pernyataan atau aksi teaterikal yang secara sadar atau tidak sadar dilakukannya. Teaterikalitas manusia kini menjadi sesuatu yang lumrah, seolah ia sebagai kodrat. Kelumrahan yang menempatkan manusia dalam fitrah kebudayaannya, disamping sebagai insan politik, insan bermasyarakat, insan beriman, insan estetis, juga adalah insan teaterikal.

Menerima dan mengakui kalau dirinya adalah tidak lain juga makhluk yang tidak berhenti bermain drama, lalu mensikapinya dengan bijaksana, pada akhirnya dapat memberikan kesadaran

pada diri bahwa keberadaannya sebagai insan teaterikal adalah sebuah proses dimana kita menemukan diri sendiri dengan cara yang lain.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pembahasan dari penelitian yang telah dilakukan pada pelaku seni teater terungkap bahwa sebagian subjek sebagai pelaku seni teater mempunyai kematangan diri yang memadai. Proses teater yang dipahami, dijalani dan dihayati oleh para pelaku teater dapat diketahui memiliki keterkaitan dengan perkembangan kematangan diri masing masing subjek.

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat diajukan saran sebagai berikut :

1. Hendaknya pelaku seni teater lebih mendalami segala bentuk-bentuk aktivitasnya secara keseluruhan, baik itu yang berupa latihan dasar keaktoran maupun dalam menjalankan aktivitas hidup yang lainnya, sehingga kualitas dari setiap aspek kematangan diri yang dimiliki berimbang antara yang satu dengan yang lainnya.
2. Untuk penelitian selanjutnya agar memperluas informasi dari pihak lain yang berinteraksi dengan para pelaku seni teater seperti keluarga dan masyarakat sekitar. Pendekatan klinis mungkin akan menjadi

tema yang menarik untuk menguji apakah betul-betul teater memiliki nilai terapis yang bermanfaat untuk kasus-kasus gangguan psikologis tertentu.

3. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa teater dapat menjadi sebuah ruang belajar alternatif bagi siapa saja. Untuk menjadi pribadi yang

matang, seseorang harus mengenal dirinya sendiri, mendidik dan mengevaluasi pribadinya masing-masing. Sebagaimana menangkap pesan dari sebuah pementasan teater di panggung, yang mengajak kita merenung kemudian mengintrospeksi diri dan memperbaiki diri kita sesuai pertunjukan.

DAFTAR RUJUKAN

- Apriadi, D. (1999). Pengaruh Pemberian Latihan Dasar Keaktoran dalam Sebuah Proses Pementasan Teater terhadap Kestabilan Emosi. *Skripsi Fakultas Psikologi UGM* (tidak diterbitkan).
- Dahana, R.P. (2001). *Homo Theatricus*. Magelang : Indonesiatera.
- Iriani, N. LNH. (1997). *Seni Wahana untuk Menajamkan Rasa dan Mencerdaskan Emosi, Kognisi* Vol. 1 No. 2 Hal. 55-62. Surakarta : Fakultas Psikologi UMS.
- Monks, F.J. (2001). *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: UGM Press.
- Salad, H. (2000). *Agama Seni*. Yogyakarta : Semesta.
- Saptowati, G. (2001). Perbedaan Pemahaman Konsep Kebermaknaan Hidup pada Mahasiswa yang Mengikuti dengan yang tidak Mengikuti Teater. *Skripsi Fakultas Psikologi UMS* (tidak diterbitkan).
- Schultz, D. (1991). *Psikologi Pertumbuhan Model-model Kepribadian Sehat*. Yogyakarta : Kanisius.
- Siswandi, P.M. (2002). Kematangan Kepribadian pada Aktivis Gerakan Mahasiswa Perspektif Kebutuhan Aktualisasi Diri. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, Vol. 17 No. 3 Hal. 257-269. Surabaya.
- Stanislavski, K. (1980). *Persiapan Seorang Aktor* Diterjemahkan oleh Asrul Sani. Jakarta : Pustaka Jaya