

**ARTIKEL JURNAL**

**PENGUNAAN SUDUT Pandang TOKOH UTAMA  
UNTUK MEREPRERENTASIKAN TEORI 5 STAGES OF GRIEF  
KUBLER ROSS DALAM PENULISAN SKENARIO FILM  
“SENANDIKA LARA”**

**SKRIPSI PENCIPTAAN SENI**  
untuk memenuhi sebagian persyaratan  
memperoleh gelar Sarjana Strata 1  
Program Studi Film dan Televisi



**Diajukan oleh**  
Sisca Nusi Wiandri  
**NIM: 1610139132**

Kepada

**PROGRAM STUDI FILM DAN TELEVISI  
JURUSAN TELEVISI  
FAKULTAS SENI MEDIA REKAM  
INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA  
YOGYAKARTA**

**2022**

**PENGGUNAAN SUDUT PANDANG TOKOH UTAMA UNTUK  
MEREPRESENTASIKAN TEORI 5 *STAGES OF GRIEF* KUBLER ROSS  
DALAM PENULISAN SKENARIO  
“SENANDIKA LARA”**

**Sisca Nusi Wiandri<sup>1</sup>**

1610139132

Program Studi Film dan Televisi

Institut Seni Indonesia Yogyakarta

JL. Parangtritis km. 6,5 Sewon, Bantul, Yogyakarta, 55188, Indonesia

Telp. 0274-379133, 373659

[arts@isi.ac.id](mailto:arts@isi.ac.id)

**ABSTRAK**

Skenario “Senandika Lara” adalah skenario format film panjang dengan durasi 90 menit, menceritakan perjalanan berduka seorang anak perempuan yang kehilangan ayahnya karena Covid-19. Pemilihan sudut pandang memiliki pengaruh besar terhadap bagaimana sebuah cerita dituturkan dan efeknya pada perasaan penonton. Sudut pandang tokoh utama dipilih sebagai konsep penulisan skenario “Senandika Lara” untuk membatasi penonton untuk mengetahui dan mengikuti cerita berdasarkan apa yang dirasakan, dilihat, didengar, dan dialami oleh tokoh utama. Kubler Ross dalam teori *5 Stages of Grief* merumuskan 5 tahapan yang dilalui manusia dalam fase berduka, yakni *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression*, hingga dapat mencapai *acceptance*. Batasan-batasan sudut pandang tokoh utama diwujudkan melalui aksi, dialog, *voice over*, hingga kilas balik sebagai memori masa lalu dari tokoh utama, untuk membangun empati pada tokoh utama dalam perjalanan dukanya.

Kata Kunci: Sudut Pandang, *5 Stages of Grief*, Skenario.

**<sup>1</sup>Korespondensi Penulis:**

Telp: +6288225240036

e-mail: [siscanusi02@gmail.com](mailto:siscanusi02@gmail.com)

Alamat: Mangunan, RT 3, RW 28, Caturharjo, Sleman, DIY

**UTILIZING THE MAIN CHARACTER'S POINT OF VIEW TO REPRESENT  
KUBLER ROSS THEORY OF "5 STAGES OF GRIEF"  
IN FILM SCENARIO WRITING OF  
"SENANDIKA LARA"**

**Sisca Nusi Wiandri<sup>1</sup>**

1610139132

Program Studi Film dan Televisi

Institut Seni Indonesia Yogyakarta

JL. Parangtritis km. 6,5 Sewon, Bantul, Yogyakarta, 55188, Indonesia

Telp. 0274-379133, 373659

[arts@isi.ac.id](mailto:arts@isi.ac.id)

**ABSTRACT**

*"Senandika Lara" scenario is a feature film scenario with a duration of 90 minutes, telling about a daughter's grief after losing her father because of Covid-19. Choosing a point of view has a big impact on how a story is going to be told and its effect on the audiences' feelings. The main character's point of view was chosen as a concept for this scenario, with the purpose to set boundaries for the audiences on what the main character feels, sees, hears, and does. Kubler Ross in "5 Stages of Grief" theory writes the 5 stages of what a human gets through in grief, which is denial, anger, bargaining, depression until they can reach acceptance. The main character's point of view which creates boundaries is shown through action, dialogue, voice-over, and flashback as the main character's memories, to bring audiences to build empathy to the main character's journey of grief.*

*Keyword: Point of View, 5 Stages of Grief, Scenario.*

**<sup>1</sup>Korespondensi Penulis:**

Telp: +6288225240036

e-mail: [siscanusi02@gmail.com](mailto:siscanusi02@gmail.com)

Alamat: Mangunan, RT 3, RW 28, Caturharjo, Sleman, DIY

## PENDAHULUAN

Skenario film “Senandika Lara” akan bercerita mengenai Lara, seorang gadis yang sedari kecil hidup berdua dengan sang ayah semenjak ditinggal oleh ibunya. Trauma akan pernikahan orang tuanya ditambah memori sang ayah membesarkannya seorang diri membuat Lara bertekad untuk menjaga sang ayah hingga ajal menjemput dan tidak ingin menjalin hubungan pernikahan. Suatu hari, ayah Lara terdeteksi gejala Covid-19 dan diharuskan menjalani isolasi di rumah sakit mengingat kondisinya yang lemah, situasi ini membatasi Lara untuk menjaga dan merawat sang ayah di masa kritisnya. Kematian sang ayah yang begitu cepat dan tiba-tiba menjadi pukulan hebat bagi Lara.

Setiap manusia akan menunjukkan tindakan dan reaksi yang berbeda-beda ketika melewati setiap tahapannya, pada skenario film “Senandika Lara” kelima tahapan tersebut akan direpresentasikan sesuai dengan latar belakang sifat dan kondisi yang dihadapi tokoh utama Lara. Sudut pandang adalah suatu metode yang sangat penting dalam naratif sebuah film yang berfungsi sebagai batasan yang akan disuguhkan kepada penonton. Sudut pandang orang pertama membatasi pengelihatannya, perasaan, pendengarannya, baik yang bersifat batiniah maupun fisik berpusat pada orang pertama

(Nurdiyantoro 2007, 262). Sudut pandang tokoh pertama dipilih sebagai konsep guna mengajak penonton terlibat dan merasakan pergulatan emosi tokoh utama dalam skenario film “Senandika Lara” yang mengangkat isu kehilangan dan kondisi psikologis manusia dalam melewati tahapan berduka mencapai penerimaan, dimana dalam skenario ini adalah Lara sebagai tokoh utama.

Pengalaman kehilangan yang dialami oleh Lara akan mengacu pada teori *Five Stages of Grief* Kubler Ross, yaitu tahapan-tahapan yang akan dilalui seseorang ketika mengalami kehilangan. Tahapan-tahapan tersebut adalah *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression*, hingga mencapai *acceptance*.

Ide cerita untuk skenario film “Senandika Lara” muncul dari proyeksi rasa takut sebagai seorang anak perempuan atas bayangan kehilangan sosok seorang ayah. Banyaknya *statement* masyarakat yang meromantisasi hubungan anak perempuan dengan ayah sebagai figur lelaki paling penting di hidupnya juga menjadi salah satu landasan terwujudnya ide cerita dalam skenario film “Senandika Lara”. Ide untuk menggunakan sudut pandang orang pertama kemudian muncul karena berbicara mengenai psikologis maka berbicara juga mengenai hal yang bersifat personal. Untuk membuat penonton ikut merasakan perasaan tokoh utama maka penonton harus terlibat pada pengalaman

batiniah maupun interaksi fisik tokoh melalui sudut pandangnya. Bagaimana tokoh utama akan melawan segala ketakutandan penyesalannya akan menjadi batasan yang diketahui oleh penonton. Digunakan metode aksi, dialog, *voice over*, hingga *flashback* untuk mewujudkan batasan-batasan personal ini. Metode ini dirasa paling efektif untuk merealisasikan skenario agar dapat berhasil membawa penonton ikut berempati merasakan pengalaman emosional dan psikologis tokoh utama.

Referensi menjadi salah satu hal yang penting bagi seorang perngkarya dalam menciptakan sebuah karya baru. Beberapa film dan skenario film yang dijadikan referensi dalam penulisan skenario film fiksi “Senandika Lara” adalah film “*Beginners*” (2010) karya Mike Mills dalam penggunaan aspek penggunaan kilas balik sebagai representasi memori, film “*27 Steps Of May*” (2018) karya Ravi L. Bharwani dalam aspek penggunaan latar dimana tokoh utama mengalami konflik batinnya sebagian besar berada dalam satu lokasi, dan skenario program cerita “*Senja Felicia*” karya Teatrika Handiko Putri dalam aspek penuturan cerita melalui sudut pandang tokoh utama.

## OBJEK PENCIPTAAN

### 1. Hubungan Ayah dengan Anak Perempuan

Umumnya sejak seorang anak lahir, ayah adalah figur lelaki pertama yang dikenal dalam hidupnya dan yang pertama kali mencurahkan kasih sayang kepadanya. Peran ayah sama besarnya dengan ibu, dimana dengan pola asuh yang baik akan menghasilkan pengaruh positif pada anak, dan pola asuh yang acuh akan memberi pengaruh negatif pada anak. Ayah yang membiarkan anaknya melakukan eksplorasi, menjadi mandiri namun tetap mencurahkan kasih sayang, akan membentuk pribadi anak yang peka. Berbeda apabila ayah cenderung tidak apresiatif dan cuek, hal ini akan membentuk anak selalu meragukan kemampuan dirinya sendiri. Secara keseluruhan, ayah memiliki peran yang lebih signifikan terhadap perilaku sosial, kognitif, fisik, dan psikologi anak (Nielsen 2019, 47).

Penciptaan skenario film “Senandika Lara” akan mengangkat kisah kehidupan Lara, seorang mahasiswi yang sedari kecil tinggal bersama ayahnya sejak ibunya meninggalkan mereka. Lara yang kehilangan memori terhadap ibunya dan sepanjang hidup hanya menerima kasih dari seorang ayah menumbuhkan perasaan cinta yang dalam terhadap ayahnya.

### 2. *5 Stages of Grief Kubler Ross*

Menurut Santrock dalam buku *Life-Span Development*, dukacita atau *grief* adalah kumpulan emosi, ketidakyakinan, kecemasan karena keterpisahan,

keputusasaan, kesedihan, dan kesepian yang menyertai kehilangan seseorang yang dicintai. Duka cita atau *grief* juga melibatkan perasaan putus asa dan sedih, yang mencakup ketidakberdayaan dan kalah, simptom-simtom depresif, apatis, kehilangan makna terhadap aktivitas-aktivitas yang biasa melibatkan orang-orang yang kini sudah tiada, serta timbulnya perasaan sunyi (Santrock 2011, 634). Secara umum seseorang akan mengalami hal tersebut apabila kehilangan seseorang yang disayang atau dicintai.

Kubler Ross dalam teori Kehilangan/Berduka mengatakan, tahapan penerimaan akan tercapai setelah seseorang melalui 4 fase sebelumnya yakni *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression*, dan yang terakhir *acceptance*.

a. *Denial* (Penolakan)

Tahap penolakan biasanya hanya berlangsung sementara bagi seorang individu sebagai suatu mekanisme bentuk pertahanan yang datang dari ketidakpercayaan terhadap suatu kenyataan. Berada di tahap penolakan, individu awalnya mungkin akan merespon dengan keadaan bagai seperti diselimuti kehampaan seperti mati rasa karena efek dari perasaan terkejut yang luar biasa. Tahap penolakan biasanya disertai dengan bentuk pertanyaan seperti: Apakah ini nyata? Apakah dia benar-benar pergi?

Serta pertanyaan-pertanyaan lain yang bersifat mencari kebenaran. Individu sangat mungkin masih memiliki pemikiran bahwa seseorang yang telah tiada tersebut akan segera kembali (Ross dan Kessler 2007, 8-10). Seseorang yang baru saja mengalami kehilangan atas seseorang yang sangat berharga baginya, terlebih dalam waktu yang singkat, biasanya akan sulit mempercayai apa yang terjadi. Tahapan ini menjadi sebuah tameng dalam keadaan duka. Individu akan cenderung seolah mengenakan topeng untuk memendam dan menolak perasaan sedihnya.

b. *Anger* (Kemarahan)

Masuk ke tahap kedua ini berarti tanda bahwa tembok yang dibangun oleh seorang individu untuk menutupi dan mengelak perasaan dukanya sudah runtuh. Individu akan menyadari bahwa seseorang yang dicintainya tidak akan kembali lagi dan emosi-emosi duka tidak terelakkan lagi. Ross mengatakan bahwa kemarahan dapat diakibatkan dari perasaan diri yang tidak melihat tanda-tanda peristiwa akan terjadi, atau jika sudah menyadari, individu merasa marah karena tidak dapat mencegahnya (Ross dan Kessler 2007, 10). Individu kerap kali merasa tidak menerima kenyataan dan membutuhkan objek untuk

disalahkan, sehingga hal-hal kecil pun dapat menjadi bahan pelampiasan atas amarah seorang individu dalam perasaan dukanya. Faktor-faktor yang terasa tidak masuk akal juga dapat menjadi pemicu individu merasa marah dan valid dirasakan oleh seorang individu.

Ditulis dalam bukunya, Ross mengatakan emosi marah seringkali diiringi kesedihan, panik, sakit, dan kesepian yang muncul lebih kuat dari sebelumnya. Di bawah perasaan marah, banyak emosi lainnya yang menjadi turunan dimana datang sebagai sebuah gelombang saat individu mulai siap untuk menyelami perasaan lebih dalam, tapi kemarahan adalah emosi utama yang paling umum dikelola dan akan seringkali muncul dalam berbagai bentuk seiring proses penerimaan berlangsung (Ross dan Kessler 2007, 10-11).

#### c. *Bargaining* (Tawar Menawar)

Tahap ini melibatkan suatu harapan dan negosiasi individu untuk kehidupan dalam jangka panjang dengan mempertimbangkan informasi-informasi dari kenyataan yang ada. Individu dapat terjebak dalam labirin penawaran seperti “bagaimana jika..” dan “jika saja..” yang berisi pengharapan seseorang tersebut akan kembali hidup dan keadaan berubah

seperti semula (Ross dan Kessler 2007, 17). Penawaran-penawaran ini dapat terbentuk dari kumpulan penyesalan. Individu terkurung pada perasaan bersalah atas hal-hal yang belum bisa atau tidak Ia lakukan saat seseorang tersebut masih hidup dan perasaan dapat melakukan yang lebih baik. Individu juga dapat bernegosiasi terhadap rasa sakit yang dirasakan, mengingat masa lalu agar dapat menawar perasaan sedih.

#### d. *Depression* (Depresi)

Setelah melewati tahap bargaining atau tawar menawar, individu akan lebih terfokus pada realita di masa kini, dimana segala penawaran yang diandai-andai sulit untuk didapatkan jawabannya. Kesadaran ini akan menumbuhkan perasaan sedih yang jauh lebih mendalam dan muncul kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan. Ketidaksesuaian ekspektasi dari informasi yang diterima dari tahap bargaining juga bisa menjadi pemicu. Harus dipahami bahwa tahap depresi bukanlah bagian dari *mental illness* melainkan perasaan yang wajar terjadi sebagai respon dari rasa kehilangan yang luar biasa. Individu merasa kehilangan gairah untuk menjalani kehidupan, terselimuti duka yang mendalam, mengabaikan sekitar dan merasa lebih baik dalam

kesendirian (Ross dan Kessler 2007, 20). Individu mungkin masih dapat beraktivitas, tetapi mereka kehilangan tujuan mengapa harus melakukan aktivitas tersebut, segala hal tidak lagi memiliki arti dan terasa berat dilakukan.

e. *Acceptance* (Penerimaan)

Tahap penerimaan adalah sebuah *goal* atau tujuan dari penuntasan perasaan duka. Menurut Ross, penerimaan bukan berarti individu sudah merasa baik-baik saja dengan kenyataan yang ada, namun menerima bahwa orang yang dicintai tersebut sudah benar-benar pergi secara fisik dan bagaimana individu harus hidup dengan realita itu (Ross dan Kessler 2007, 23). Pada tahap ini individu akan mulai menemukan kedamaian yang lebih besar atas sikap menerima. Individu akan mulai belajar untuk menjalani realita barunya dengan kondisi seseorang yang dicintai telah tiada tanpa lagi menyalahkan keadaan, lingkungan, bahkan diri sendiri.

Tidak semua manusia harus melewati kelima tahapan berduka secara utuh atau secara berurutan (Ross dan Kessler 2007, 7). Beberapa orang mungkin mengalami depresi, namun tidak bagi beberapa orang lainnya, begitu pula untuk tahapan-tahapan lainnya. Meski begitu, tidak mungkin seseorang tidak mengalami satu dari kelima

tahapan berduka ini saat kehilangan seseorang yang dicintai. Christina Gregory, PhD dalam sebuah artikel menyimpulkan minimal seorang individu akan melewati dua dari kelima tahapan berduka (psycom.net, 4 mei 2021).

### 3. Pengaruh Pandemi Covid-19 pada Psikologis

Sejak awal tahun 2020, virus Covid-19 sudah mulai menyebar di Indonesia. Covid-19 atau *coronavirus disease* adalah penyakit menular yang disebabkan oleh virus *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2* (SARS-CoV-2). Virus ini dideteksi pertama kali di Wuhan, Provinsi Hubei. Sifat penyebaran virus ditularkan dari manusia ke manusia melalui *droplet* sehingga cepat menyebar secara luas ke negara-negara lain, hingga pada 12 Maret 2020 WHO mengumumkan Covid-19 sebagai pandemik (Susilo et al, 2020).

Steven Taylor dalam bukunya *The Pandemic of Psychology* mengatakan bahwa pandemi mempengaruhi psikologis manusia secara luas dan masif, mengenai bagaimana orang memahami dan menerima informasi, perubahan emosi, hingga perilaku sosial (Taylor 2019, 2). Respon perubahan emosi seperti kekhawatiran dalam menghadapi pandemi sebenarnya adalah salah satu bentuk mekanisme pertahanan manusia, namun respon yang berlebihan dapat mengganggu psikologis dan berakibat buruk pada kesehatan mental.

Kondisi seseorang yang terpapar virus Covid-19 juga dapat diperburuk saat pikiran dipenuhi dengan energi negatif dari kecemasannya menghadapi pandemi. Bagi Orang Tanpa Gejala (OTG) hingga pasien positif yang menjalani isolasi dan karantina baik itu di rumah sakit maupun secara mandiri di rumah harus mengimbangi diri dengan pikiran yang sehat untuk terhindar dari gejala-gejala yang bisa merujuk pada gangguan mental.

#### 4. Cinta

Sebagai jantung psikoanalisa, Freud menjadi sosok yang awal mendefinisikan arti cinta dan membaginya menjadi dua teori. Teori pertama adalah bagaimana cinta dan seksualitas saling menyatu, teori kedua mengikuti penemuannya atas narsisme dimana cinta merupakan cerminan diri ideal kita sendiri (Perlman 1999).

Berangkat dari definisi Freud tersebut, semakin banyak pemahaman yang berkembang untuk mendeskripsikan cinta karena perbedaan bentuk perasaan cinta yang dirasakan tiap manusia. Perasaan tersebut dapat berbeda pada setiap bentuknya, antara orang tua dan anak, sepasang kekasih, hingga terhadap teman. Meski banyak ragam bentuk cinta, menurut Erich Fromm, cinta memiliki elemen dasar yang umum terdapat dalam segala bentuknya dimana meliputi *care* (perhatian pada objek yang dicintai), *responsibility* (sikap bertanggung jawab terhadap objek

yang dicintai), *respect* (hormat atau selalu berikhtiar untuk tidak mengecewakan objek yang dicintai) dan *knowledge* (minat untuk memahami seluk beluk objek yang dicintai) (Fromm 1956, 26-29).

#### KONSEP KARYA

Penulisan skenario film “Senandika Lara” akan mengangkat objek lima tahap berduka secara psikologis dimana berkaitan dengan hal-hal yang hanya bisa dirasakan oleh tokoh utama. Sudut pandang orang pertama memiliki fungsi memberikan batasan pengelihatan, pendengaran, perasaan tokoh utama, melalui aksi, dialog, *flashback*, hingga *voice over* untuk menyuarakan pikiran dan perasaan karakter yang sifatnya “batiniah” agar penonton dapat ikut merasakan emosi dan pengalaman karakter.

Penceritaan melalui sudut pandang tokoh utama akan menjadi metode naratif untuk menandakan bahwa cerita sedang disampaikan melalui perspektif tokoh utama, Lara, dalam melalui proses penerimaannya sesuai dengan lima tahapan berduka Kubler Ross. Sudut pandang orang pertama akan mengajak penonton mendalami aspek-aspek subjektif karakter yang belum bisa menerima kematian sang ayah.

Melalui sudut pandang orang pertama, setiap tahapan akan menggunakan metode sesuai tujuannya masing-masing. Sebagai

contoh misalnya pada tahapan *denial* memvisualisasikan pengelihatan, pendengaran, dan perasaan tokoh utama yang masih merasakan kehadiran sang ayah sedang melakukan aktivitas seperti biasa di rumah karena menyangkal kematian ayahnya dan menolak mempercayai bahwa kini Ia sendiri. Tahap *anger* akan mengajak penonton ikut merasakan pergulatan emosi tokoh utama melalui adegan verbal seperti bersikap agresif, berteriak, dan tangisan. *Bargaining* yang sifatnya berupa pertanyaan dan penawaran yang prosesnya terjadi di dalam pikiran akan didukung dengan voice over yang menyuarakan harapan-harapan tokoh utama. Tahap *depression* mungkin menggabungkan semua metode untuk menambah dramatik pergulatan batin dan relasi tokoh utama, hingga akhirnya tokoh dapat mencapai *acceptance* dimana karakter sudah dapat menerima kenyataan bahwa sang ayah telah meninggal yang ditunjukkan dengan aksinya berpindah rumah, melangkah ke depan dan siap membuat kenangan baru. Setiap reaksi dan sikap yang dilakukan oleh tokoh utama akan mengacu pada latar belakang karakter tokoh serta dorongan memori masa lalu yang akan diwujudkan dengan *flashback* dimana juga akan memberikan tekanan konflik batin yang dialaminya.

## PEMBAHASAN

Konsep yang digunakan dalam skenario “Senandika Lara” adalah bagaimana sudut pandang tokoh utama dapat merepresentasikan tiap emosi yang muncul di periode berduka tokoh utama yang diklasifikasi menggunakan teori *5 Stages of Grief* Kubler Ross. Berikut penjabarannya sesuai dengan setiap tahapan:

### a. *Denial*

Sudut pandang tokoh utama akan memperlihatkan tahapan *denial* atau penolakan sebagai tahapan pertama yang umumnya dilalui terlebih dahulu oleh seseorang yang sedang berduka, yaitu sikap dimana Lara belum atau menolak menerima kenyataan bahwa Kristo sudah tiada dan menyangkal perasaan bersedihnya. Pada *scene* 23, Lara yang sebelumnya kesulitan tidur kemudian pergi dan tidur di kamar Kristo, pada *scene* ini Lara mulai memvisualisasikan bayangan sosok Kristo dan tidak hanya membayangkan suaranya saja. Adegan Lara memakai pakaian Kristo membuat perasaannya seolah dipeluk oleh Kristo. Divisualisasikan pada adegan selanjutnya sosok Kristo muncul berbicara dan memeluknya, dimana visualisasi tersebut hanya dapat dilihat oleh Lara karena pada kenyataannya Kristo sudah meninggal. Aksi Lara yang berusaha tidak mengubah tatanan kasur Kristo juga mengisyaratkan bahwa Lara ingin membiarkan jejak Kristo tetap pada

posisinya. *Scene 23*:

INT. KAMAR KRISTO - NIGHT 23  
(KRISTO, LARA)

LARA berdiri di ambang pintu kamar KRISTO. LARA menyalakan lampu kamar. LARA berjalan ke meja kerja KRISTO, lalu duduk di kursi dan melihat foto KRISTO, GISA REMAJA dan LARA REMAJA di meja kerja KRISTO saat malam perpisahan sekolah LARA REMAJA. LARA berdiri, berjalan dan menyentuh gitar KRISTO.

LARA berjalan ke tempat tidur. Terdapat beberapa baju KRISTO di atas kasur berserakan. LARA menggenggam kemeja KRISTO yang berada paling atas di kasur dan memakainya. LARA berhati-hati naik ke atas kasur supaya tidak mengubah tatanan kasur, tetap sama seperti saat KRISTO masih ada.

(CONTINUED)

CONTINUED: 21.  
23

Muncul sosok KRISTO sedang berbaring di kasur saat LARA merangkak naik ke tengah kasur. LARA tidur di samping KRISTO, KRISTO memeluknya.

KRISTO  
Kalo kamu cari suami kan jadi punya temen tidur, Ra.

LARA tersenyum samar, matanya terpejam.

LARA  
I just don't want to end like you, Pa.

CUT TO:

Kenyataan bahwa kehadiran Kristo hanyalah bayangan Lara seorang ditegaskan pada sebuah *shot* di *scene 26* bahwa Lara sebenarnya tidur sendiri tanpa Kristo yang memeluknya. Adegan ini menggambarkan perasaan Lara yang masih menolak meyakini ketiadaan Kristo dengan membayangkan tidur dalam pelukan Kristo serta berinteraksi dengan Kristo.

CONTINUED: 23.  
26

KRISTO mengusap kepala LARA dan mencium keeningnya. KRISTO merapatkan pelukannya.

Shot wide, terlihat LARA tidur sendiri. LARA meremas baju KRISTO yang dipakai LARA, merapatkan baju dan meringkuk.

CUT TO:

### b. Anger

Bergerak ke tahapan selanjutnya, *anger* adalah tahapan dimana seorang manusia sudah melepas emosinya untuk naik ke permukaan. Secara sudut pandang tokoh utama, perasaan Lara pada tahapan ini akan banyak direpresentasikan melalui dialog dan aksi karena berkaitan dengan lepasnya

segala emosi yang sebelumnya ditahan dan pada akhirnya dibiarkan untuk dirasakan.

Perasaan marah dan frustrasi kemudian dirasakan Lara sebagai bentuk akumulasi respon perasaan atas kejadian-kejadian yang dialami Lara yang sebelumnya selalu berusaha dipendam. Pada *scene 38*, Lara berdebat dengan tetangganya karena tidak menurut untuk mengisolasi diri di dalam rumah dan malah pergi. Melalui dialog di bawah, pertama-tama Lara menyalahkan lingkungan tempat tinggalnya yang tidak mengikuti prosedur protokol kesehatan di masa pandemi dimana dapat memperluas penyebaran virus Covid-19 yang menyebabkan kematian ayahnya. Kemarahan yang terlihat pada dialog ini adalah kemarahan yang masih secara permukaan yaitu menyalahkan kondisi lingkungan. *Scene 38*:

NENEK MELINDA  
Kamu tuh ya, ngejawab aja dikasih tau. Kamu tau ngga kamu bisa nyebarin virus ke tetangga yang lain?

LARA  
Loh, terus kenapa ngga nenek aja yang bikinin saya makanan? Habis acara kumpul rame-rame kemarin pasti banyak makanan, kan?

NENEK MELINDA hanya diam. PAK RT terlihat bingung menenangkan LARA dan NENEK MELINDA. Tetangga lainnya di belakang hanya menonton, beberapa mengambil video.

LARA (CONT'D)  
Ibu Bapak di belakang Kenapa pada rekam-rekam? Memang rumah saya kebun binatang?  
(nada meninggi)

Suara LARA mulai bergetar.

PAK RT  
Mba Lara tenang, Mba. Saya cuma ingin menegahi Ibu-ibu lain. Pokoknya, kalau Mba Lara masih keluar-keluar lagi, tetangga lain mau laporin Mba lewat jalur hukum.

Air mata LARA mulai jatuh.

LARA  
Kenapa sih, Pak? Kenapa Bapak biarin orang-orang kumpul-kumpul? Bapak ngga inget disini baru aja yang meninggal karena Covid?

PAK RT  
Eh, anu..

LARA  
Nenek pikir saya doang yang bisa nyebarin virus? Bisa jadi jangan-jangan Papa saya kena virus dari Nenek yang masih suka kumpul-kumpul kayak kemarin.

Pada dialog selanjutnya masih di *scene*

yang sama, Lara seolah menyalahkan lingkungan namun pada kalimatnya sebenarnya tersirat perasaan yang menyalahkan Tuhan karena telah mengambil ayahnya dan membuat Ia tidak bisa merasakan kebahagiaan bersama keluarga seperti tetangganya yang lain.

57

INT. RUANG KELUARGA - DAY  
(LARA)

LARA duduk di depan televisi mengenakan kemeja putih. Ibadah online terputar di televisi. LARA menyimak pendeta yang sedang berkhotbah. LARA bersender pada KRISTO disampingnya.

LARA (V.O.)

Tuhan, Lara ngga tau maksud Tuhan apa. Dan Lara ngga tau apa yang Tuhan ingin Lara lakuin. Tapi semoga apa yang Lara coba lakuin sekarang adalah hal yang benar. Buat Papa.

Ibadah selesai. LARA terduduk diam di depan televisi. Bel rumah berbunyi, LARA berdiri.

CUT TO:

Digunakan *voice over* untuk menyampaikan kegelisahan Lara karena sifatnya pertanyaan dan penawaran pada Tuhan sebagai Zat yang tidak terlihat, dan ayahnya sebagai sosok yang sudah meninggal. Penggunaan *voice over* dirasa lebih memberikan kesan personal dan tepat untuk lebih menekankan kegelisahan terbesar Lara dalam memutuskan sesuatu yang tidak tahu lagi harus disampaikan pada siapa.

### c. *Bargaining*

Tahapan *bargaining* merupakan kumpulan pertanyaan dan penawaran yang dialami seseorang yang sedang berduka. Sebagai pembuka tahapan *bargaining*, pada *scene 56* Lara yang masih dalam keadaan berduka berusaha menuntaskan keinginan Kristo untuk melihat Lara membuka hati kepada pria meski Lara tidak yakin apakah yang dilakukannya hal yang tepat atau tidak. Terjelaskan pada *voice over* sebagai bentuk percakapannya pada ayahnya pada *scene 56*:

50.  
56

CONTINUED:

GISA

Ini baru dua bulan, Ra.  
Kamu bisa pelan-pelan.

LARA melihat ke arah GISA.

LARA (V.O.)

Kalau Lara coba belajar bentuk cinta lain, Papa akan bahagia?

GISA melihat ke arah LARA. LARA salah tingkah dan langsung gugup melihat ke depan.

LARA

Sa, sebenarnya aku mau minta tolong sama kamu, soal kerjaan.

Dilanjutkan penawarannya kepada Tuhan di *scene* selanjutnya, *scene 57*:

### d. *Depression*

Memasuki tahapan *depression* yang merupakan jurang kekelaman terdalam bagi seseorang yang sedang berduka. *Depression* ditandai dengan sikap mengisolasi diri hingga kelelahan berlebihan dan kehilangan gairah. Pada *scene 88*, Lara mulai kehilangan nafsu makannya, Ia bahkan hanya menyentuh sesuap saja:

88

INT. RUANG KELUARGA - EVENING  
(GISA, LARA, MAS ACAD, MELINDA, RENDRA)

LARA duduk di sofa. Di meja di depannya ada sebungkus makanan yang hanya dimakan satu suap. LARA menyesap dan menghembuskan asap rokok seperti seorang pemula, Ia kemudian terbatuk. Di depannya terdapat segelas wine di atas meja. Televisi menyala menayangkan acara komedi *How I Met Your Mother*, latar suara tertawa dari televisi terdengar namun LARA hanya menatap kosong layar televisi tanpa bereaksi.

LARA mematikan televisi lalu berbaring di sofa. Ponselnya di meja terus berbunyi tanda pesan masuk. LARA hanya menatap ke arah langit-langit dengan tatapan kosong, air mata menetes di sudut matanya.

Adegan tersebut juga menunjukkan Lara seolah mati rasa, digambarkan ketika Lara

menonton tayangan komedi untuk menghibur diri namun hanya suara gematawa dalam televisi yang terdengar sementara Lara tetap bergeming tanpa respon sedikitpun.

Menutup tahapan *depression*, Lara mengucapkan keinginannya pergi meninggalkan dunia bersama Kristo melalui *voice over*. Keputusan seperti ini merupakan puncak dari simtom *depression*. Pada kasus Lara, Ia kemudian lagi-lagi disadarkan oleh kenyataan di depan mata ketika sebenarnya keinginannya untuk meninggalkan dunia dapat terwujud, namun ironinya Lara masih diselimuti ketakutan dan keinginan untuk tetap hidup. *Scene 91*:

LARA (V.O.)  
You should've just take me with  
you, Pa.  
Perlahan LARA hilang kesadaran dan tertidur.  
FADE OUT.

#### e. *Acceptance*

Penerimaan pada akhirnya dapat Lara capai setelah melalui banyak penawaran. Berusaha menjelajah pilihan baru, Lara teringat dengan memorinya di masa lalu ketika Kristo beberapa kali menggajak Lara berpindah rumah setelah mengalami kejadian yang menyakitkan yaitu saat Ibu pergi dan Gisa pergi. Kilas balik sebagai memori Lara ada pada *scene 101* dilanjut *scene 102* masa kini:

BEGIN FLASHBACK 2010

INT. RUANG KELUARGA - DAY  
(KRISTO, LARA REMAJA) 101

Terlihat beberapa box di tengah ruangan yang masih kosong, hanya ada 1 buah sofa. KRISTO datang membawa lagi beberapa box dan meletakkannya di atas tumpukan box lainnya kemudian menyeka keringat di dahinya. LARA REMAJA menyusul di belakangnya membawa beberapa tas, KRISTO melihat LARA REMAJA cukup kesusahhan kemudian membantunya membawa tas. LARA REMAJA meletakkan tas-tas di dekat tumpukan kardus dan duduk di sofa. KRISTO menyusul duduk di sebelah LARA REMAJA. Mereka terlihat kelelahan.

KRISTO  
Capek?

LARA REMAJA mengangguk, Ia berakting seolah sangat kelelahan. KRISTO tertawa.

LARA REMAJA  
Ini pindah rumah kita yang ketiga ya, Pa? Kali ini pindahnya jauh pula.

KRISTO  
Sebelum ada kamu, Papa udah pindah-pindah 10 kali, Nak. Seru kan, Nak, tinggal di kota baru dimana gaada orang yang kenal sama kita.

LARA REMAJA mendengus dan memanyunkan bibir. KRISTO tertawa.

KRISTO (CONT'D)  
Seru loh, Ra. Kita bisa memulai semuanya dari 0 lagi. Kayak lagi restart.

LARA REMAJA  
Restart mulu kapan *finishnya* dong, Pa?

KRISTO tertegun dan tersenyum mendengar perkataan LARA REMAJA.

KRISTO  
Gini, Ra. Kadang dalam hidup ini, *finish line is not the goal*. Kadang cuma jadi pelajaran kalau *in life we gain and we lose*. Dengan pindah-pindah kayak gini, Lara lama-lama bakal ngerti kalo semua hal di dunia ini tuh *temporary*, sementara. Dan Lara tau kan capeknya memulai yang baru? Nah, itu biar Lara bisa lebih menghargai apa yang Lara punya selagi masih ada.

LARA REMAJA  
Tetep aja, Lara gasuka pindah-pindah ah, capek.

LARA REMAJA semakin memanyunkan bibirnya, KRISTO tertawa dan menarik bibir LARA REMAJA. LARA REMAJA kesakitan dan balik memukul pelan KRISTO. KRISTO berdiri dan berlari kesana kemari, LARA REMAJA mengejarnya dan tertawa-tawa bersama. Suara tawa mereka perlahan menghilang.

DISSOLVE TO:

END OF FLASHBACK

INT. RUANG KELUARGA - EVENING

LARA melihat ke sekeliling rumah yang masih tersisa barang-barang yang tidak dibawa dan ada beberapa box yang hendak dibawa LARA. LARA menatap sofa ruang keluarga dan tersenyum sendu. LARA duduk di kursi sofa sejenak dan memejamkan mata.

CUT TO:

Dialog antara Lara dan Kristo pada masa itu mendorong Lara di masa sekarang memulai menjalani pilihan barunya untuk meninggalkan rumah berisi banyak kenangannya bersama Kristo dan pindah memulai hidup barunya sendiri. Sikap ini menunjukkan simtom *acceptance* yaitu keluar dari lubang duka dan menggunakan memori masa lalu sebagai energinya

menjalani hidup di masa kini. *Scene 106:*

INT. APARTEMEN - DAY (FEBRUARI 2021) 106  
(LARA)  
Atmosfer ruangan hangat. Ruang tengah apartemen yang berisi sofa dan televisi terlihat rapi dan nyaman. Gitar KRISTO terpasang di sudut ruang tengah. Di dinding terpasang foto LARA dan KRISTO. Kalender di sisi lain menunjukkan bulan Februari. LARA yang mengenakan kaos, rok midi, dan sepatu boots, mengeluarkan koper dari kamarnya. LARA berjalan dan berdiri di depan foto LARA bersama KRISTO di dinding lalu tersenyum.

CONTINUED: 93.  
106  
LARA pergi ke arah pintu, membawa koper, keluar lalu menutup pintu. Di meja televisi terpasang foto IBU yang sedang menggendong LARA KECIL.  
CUT TO:

## SIMPULAN DAN SARAN

Skenario adalah panduan utama dalam proses suting untuk diwujudkan dalam media film, sebuah skenario juga dapat dinikmati sebagai karya tulis yang sudah dapat dibayangkan gambaran realisasinya. Dibutuhkan perancangan yang matang dalam menyusun karya skenario agar dapat dipahami sutradara, seluruh kru dan para pembaca skenario.

Skenario film panjang “Senandika Lara” mengisahkan seorang anak yang kehilangan ayahnya karena Covid-19. Di tengah pandemi dengan segala protokol kesehatan yang masih sulit diterima masyarakat, Ia bergumul dengan memori akan ayahnya yang membuatnya sulit merelakan. Skenario “Senandika Lara” berbicara mengenai berhadapan dengan kehilangan dan beradaptasi dengan perubahan dimana merupakan hal yang cukup personal, penerimaannya dapat menjadi sangat berbeda bagi setiap individu. Berangkat dari logika tersebut,

sudut pandang tokoh utama dipilih sebagai konsep film ini supaya visualisasi bentuk duka sesuai seperti yang dirasakan tokoh utama. Hal ini berdampak secara signifikan terhadap emosi penonton, bagaimana mereka dapat berempati pada karakter. Perbedaan sifat manusia, trauma yang pernah dialami, pengalaman hidup, ditambah banyak lagi faktor dapat mempengaruhi bagaimana seseorang menyikapi suatu permasalahan, dan sulit bagi seorang manusia untuk memahami manusia lainnya jika tidak melihat melalui sudut pandang mereka, sehingga penggunaan sudut pandang tokoh utama efektif dalam menceritakan konflik batin untuk mengajak penonton memahami perasaan karakter tokoh utama. Melalui sudut pandang tokoh utama direpresentasikan perjalanan berduka tokoh utama, diklasifikasikan menggunakan teori *5 Stages of Grief* Kubler Ross yang terdiri atas *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression* dan *acceptance*.

Setelah melewati proses panjang dalam merampungkan karya skenario film fiksi “Senandika Lara”, semakin dipahami bahwa tugas seorang penulis skenario tidaklah sederhana. Seorang penulis skenario harus dapat mengolah ide cerita dengan melakukan observasi serta riset mendalam agar dapat dipercaya realitasnya. Cerita tersebut kemudian diterjemahkan bersama dengan seluruh aspek visual dan

audionya dalam bentuk kalimat untuk menggambarkan imajinasi penulis skenario. Bukan hanya itu, penulis skenario juga harus memahami teknis serta teori penulisan skenario agar dapat memudahkan penulis dalam mencapai tujuan cerita pada skenario yang dibuat, bagaimana menentukan emosi dan efek yang ingin ditimbulkan pada penonton maupun pada seorang karakter.

Berikut adalah beberapa saran yang diharapkan dapat berguna dalam proses penulisan skenario film panjang berdasarkan pengalaman setelah merampungkan skenario “Senandika Lara”:

1. Seorang penulis skenario harus peka dengan keadaan sekitar, kemampuan penulis skenario dalam merespon peristiwa yang mungkin terjadi sehari-hari sangatlah penting untuk memunculkan ide cerita untuk diolah ke dalam skenario.
2. Menentukan konsep bagaimana cerita akan disampaikan kepada audiens sesuai dengan tujuan. Hal ini mempengaruhi bagaimana reaksi dan penerimaan audiens terhadap cerita yang dituturkan oleh penulis skenario. Konsep yang matang juga memudahkan penulis skenario untuk menyelesaikan proses penulisan.
3. Memahami teori dan teknik penulisan untuk mendukung poin kedua agar konsep yang sudah dirancang dapat dituangkan dengan baik dalam penulisan skenario. Tidak hanya untuk mendukung konsep, dengan memahami teori dan teknik penulisan yang baik membantu penulis menerjemahkan imajinasinya ke dalam skenario supaya dapat dipahami oleh seluruh pembaca skenario.
4. Riset dan observasi penting dilakukan bagi penulis skenario agar tidak terjadi kesalahan dalam penyampaianya, terlebih ketika membuat cerita yang berlatar belakang keadaan faktual. Melalui hasil observasi dan bahan riset tersebut penulis skenario juga dapat mengembangkan imajinasinya terhadap cerita.
5. Mengulang proses *write and rewrite* dan meminta masukan serta saran dari orang lain untuk terus memperbaiki dan melengkapi kekurangan dalam skenario. Perspektif dari orang lain dalam melihat cerita yang dibuat juga dapat membantu penulis skenario untuk keluar dari *writer's block*.

## DAFTAR RUJUKAN

### A. Daftar Pustaka

- Aristo, Salman, dan Arief Ash Shiddiq. *Kelas Skenario Wujudkan Ide Menjadi Naskah Film*. Jakarta: Esensi Erlangga Group. 2017.
- Armantono, RB., dan Suryana Paramita. *Penulisan Skenario Film Panjang*. Jakarta: FFTV-IKJ Press. 2017.
- Biran, Misbach Yusa. *Teknik Menulis Skenario Film Cerita*. Jakarta: Pustaka Jaya. 2006.
- Boggs, Joseph M., dan Dennis W Petrie. *The Art of Watching Film*. New York: McGraw-Hill. 2008.
- Egri, Lajos. *The Art of Dramatic Writing: Seni Melukis Lakon Teater*. Yogyakarta: Kalabuku. 2020.
- Fromm, Erich. *The Art of Loving*. New York: Harper & Brothers. 1956.
- Kozloff, Sarah. *Invisible Storytellers Voice-Over Narration in American Fiction Film*. California: University of California Press. 1989.
- Lutters, Elizabeth. *Kunci Sukses Menulis Skenario*. Jakarta: PT Grasindo. 2014.
- Nielsen, Linda. *Father-Daughter Relationships Contemporary Research and Issues*. Routledge: New York. 2019.
- Nurdiyantoro, Burhan. *Teori Pengkajian Fiksi*. Gadjah Mada University Press: Daerah Istimewa Yogyakarta. 2019.
- Ross, Elizabeth Kubler M.D., dan David Kessler. *On Grief & Grieving: Finding the Meaning of Grief Through the Five Stages of Loss*. New York: Scribner. 2007.
- Santrock, J.W. *Life-Span Development*. New York: McGraw-Hill. 2011.
- Sayuti, Prof. Dr. Suminto A. *Berkenalan dengan Prosa Fiksi*. Yogyakarta: Cantrik Pustaka. 2019.
- Seeger, Linda. *Making a Good Script Great*. New York: Dodd. 2010.
- Taylor, Steven. *The Psychology of Pandemics: Preparing for the Next Global Outbreak of Infectious Disease*. UK: Cambridge Scholars Publishing. 2019.

## B. Daftar Artikel Jurnal

- Ahmed, Sofe. "Sigmund Freud's psychoanalytic theory Oedipus complex: A critical study with reference to D. H. Lawrence's "Sons and Lovers"." *Internal journal of English and literature* Vol. 3(3), pp. 60-70 (Maret 2012)  
<http://www.academicjournals.org/ijel>
- Khan, Mahruk, dan Kamal Haider. *Girls' First Love; Their Fathers: Freudian Theory Electra complex*. *Research Journal of Language, Literature and Humanities* Vol. 2(11) 1-4 (November 2015)  
[https://www.researchgate.net/publication/319164982\\_Girls'\\_First\\_Love\\_Their\\_Fathers\\_Freudian\\_Theory\\_Electra\\_complex](https://www.researchgate.net/publication/319164982_Girls'_First_Love_Their_Fathers_Freudian_Theory_Electra_complex)
- Perlman, T. Frederic. "Love and Its Objects: On the Contributions to Psychoanalysis of Martin S. Bergmann." *Psychoanalytic Review*, Vol. 86, No. 6 (1 Desember 1999)

<https://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.623.8970&rep=rep1&type=pdf>

Susilo, Adityo, C. Martin Rumendel, Ceva W Pitoyo, Widayat Djoko Santoso, Mira Yulianti, Herikurniawan, Robert Sinto, Gurmeet Singh, Leonard Nainggolan, Erni J Nelwan, Lie Khie Chen, Alvina Widhani, Edwin Wijaya, Bramantya Wicaksana, Maradewi Maksum, Firda Annisa, Chyntia OM Jasirwan, dan Evy Yunihastuti. "Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini *Coronavirus Disease 2019: Review of Current Literatures.*" *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia* Vol. 7, No. 1 (Maret 2020)  
<http://jurnalpenyakitdalam.ui.ac.id/index.php/jpdi/article/download/415/228>

### C. Daftar Website

<https://nasional.tempo.co/read/1416346/positivity-rate-dan-kematian-covid-19-naik-epidemiolog-sudah-terlambat/full&view=ok>, diakses pada 25 Januari 2021 pukul 16:04

<https://www.cnnindonesia.com/nasional/20200909213718-20-544676/pasien-corona-bunuh-diri-loncat-dari-rs-wisma-atlet-jakarta>, diakses pada 26 Maret 2021 pukul 11:24

<https://news.detik.com/berita-jawa-tengah/d-5180166/viral-ajakan-sebar-corona-di-semarang-satgas-covid-19-turun-tangan>, diakses pada 26 Maret 2021 pukul 14:38

<https://www.healthline.com/health/electra-complex#description>, diakses

pada 1 Mei 2021 pukul 18:00

<https://corona.kendalkab.go.id/berita/read/standar-operasional-prosedur-sop-pemulasaran-jenazah-covid-19>, diakses pada 20 Oktober 2021 pukul 17:15

<https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>, diakses pada 17 November 2021 pukul 05:48

<https://covid-19.bps.go.id/home/infografis>, diakses pada 17 November 2021 pukul 17:04

[https://cdn.who.int/media/docs/default-source/searo/indonesia/covid19/external-situation-report-38\\_16-december-2020.pdf?sfvrsn=d8d31f7e\\_5](https://cdn.who.int/media/docs/default-source/searo/indonesia/covid19/external-situation-report-38_16-december-2020.pdf?sfvrsn=d8d31f7e_5), diakses pada 11 Januari 2022 pukul 16:00

<https://www.psychom.net/depression.central.grief.html>, diakses pada 11 Januari 2022 pukul 16:17

<https://covid19.go.id/p/masyarakat-umum/psbb-transisi-jakarta-diperpanjang-23-november-6-desember-2020>, diakses pada 11 Januari 2022 pukul 16:46