

**TEATER SEBAGAI MEDIA TERAPI TRAUMA
BAGI ANAK-ANAK KORBAN BENCANA ALAM**
Studi Kasus atas “Pojok Dolanan” di Bakulan Kidul Trirenggo
Bantul.

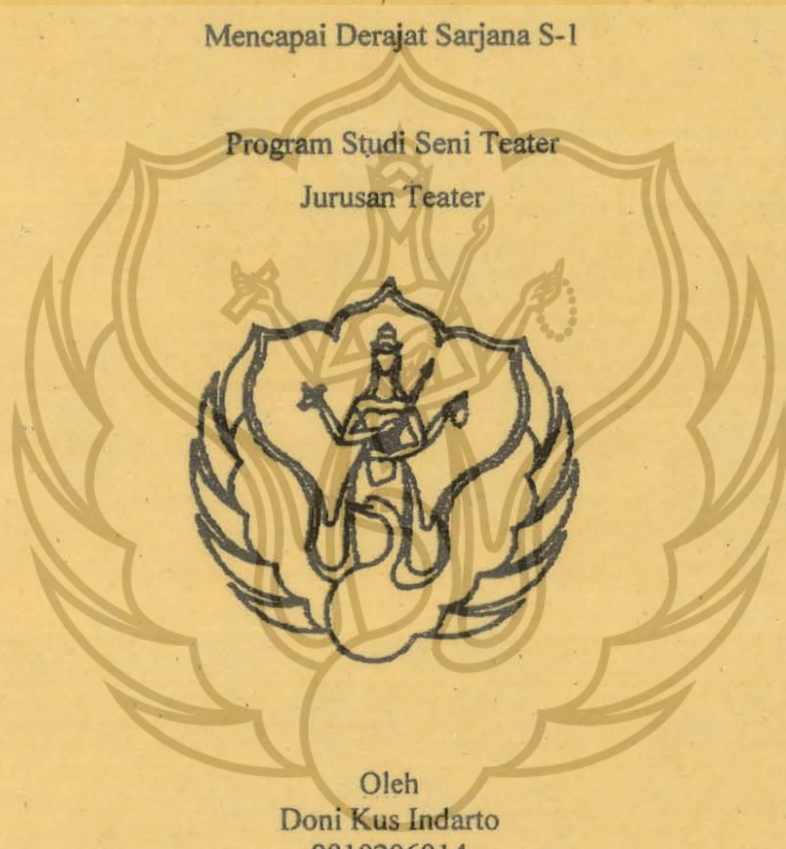
Skripsi

Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Mencapai Derajat Sarjana S-1

Program Studi Seni Teater

Jurusan Teater



Oleh

Doni Kus Indarto

9810296014

**Fakultas Seni Pertunjukan
Institut Seni Indonesia Yogyakarta
2007**

**TEATER SEBAGAI MEDIA TERAPI TRAUMA
BAGI ANAK-ANAK KORBAN BENCANA ALAM**
Studi Kasus atas “Pojok Dolanan” di Bakulan Kidul Tpirenggo
Bantul.

Skripsi

Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Mencapai Derajat Sarjana S-1

Program Studi Seni Teater
Jurusan Teater



Oleh
Doni Kus Indarto
9810296014

**Fakultas Seni Pertunjukan
Institut Seni Indonesia Yogyakarta
2007**

**TEATER SEBAGAI MEDIA TERAPI TRAUMA
BAGI ANAK-ANAK KORBAN BENCANA ALAM**
Studi Kasus atas “Pojok Dolanan” di Bakulan Kidul Trirenggo
Bantul.

Oleh
Doni Kus Indarto
9810296014

Telah diuji di depan Tim Penguji
Pada tanggal.....
Dinyatakan telah memenuhi syarat.

Susunan Tim Penguji

Ketua Tim Penguji dan
Pembimbing Utama

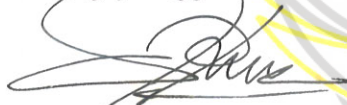


Drs. Nur Iswantara, M.Hum
NIP. 131 960 371

Penguji Ahli

Dra. Hirwan Kwardhani, M.Hum
NIP. 131 996 637

Pembimbing Pendamping dan
Penguji anggota



Nanang Arisona, S.Sn
NIP. 132 255 321

Penguji anggota

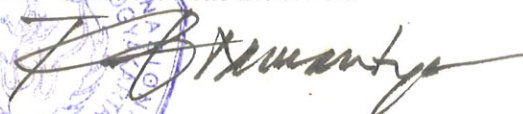


Purwanto, S.Sn
NIP.

Yogyakarta,.....2007

Mengetahui,

Dekan Fakultas Seni Pertunjukan
Institut Seni Indonesia



Drs. Triyono Bramantyo PS., M.Ed., Ph.D.
NIP. 130 909 903



Dipersembahkan untuk

Anak-Anak Hebat di Pojok Dolanan Bakulan Bantul

KATA PENGANTAR

Pertama-tama sekali, adalah terima kasih dan sujud syukur ke hadirat Allah SWT, hanya karena limpahan rahmat dan berkahNya lah pekerjaan berat, yang bahkan tak pernah terpikir untuk memulai ini, akhirnya bisa saya selesaikan juga. Begitu banyak pengalaman yang saya dapat selama proses penelitian ini, dan semua itu hanya terjadi karena kemurahan hatiNya.

Pengalaman yang luar biasa adalah dipertemukannya saya dengan anak-anak hebat dari Pojok Dolanan Bakulan Bantul. Sebuah pertemuan yang sederhana, tanpa banyak remeh temeh yang selanjutnya menjadi nyawa dari penelitian ini. Pertemuan ini merupakan hal yang istimewa bagi saya. Karena melalui pertemuan ini terbukti bahwa ilmu yang saya dapat di bangku kuliah bisa bermanfaat pada masyarakat. Hanya atas kebesarannya semua ini bisa terjadi.

Pengalaman berikutnya adalah mendeskripsikan aktifitas bermain bersama anak-anak hebat tersebut secara ilmiah. Sebuah pekerjaan yang tidak mudah, karena saya harus bergulat dengan buku-buku baru, berjalan meniti paragraf demi paragraf, menatap monitor komputer pinjaman, melurus-luruskan cara berpikir yang terlanjur kesana-kemari. Beruntung banyak orang yang membantu saya untuk mewujudkan karya tulis ini. Rasanya tidak berlebihan jika pada kesempatan ini saya menyampaikan terima kasih dengan segala kerendahan hati dan penuh kesungguhan karena tanpa beliau-beliau karya tulis ini sangat mustahil untuk diwujudkan.

Pertama-tama pada Ibunda Niniek Astini, sang *wonder woman*, di Malang. Rasa terima kasih ini terlalu kecil untuk semua yang telah kau lakukan. Tapi pada kesempatan ini aku ingin mengucapkan kalimat yang selalu lupa untuk kubisikkan ke telingamu: *aku bangga menjadi anakmu*. Juga pada almarhum Ayahanda Puji Astoto. *Bes*, aku selalu merindukan untuk bisa berdiskusi denganmu seperti dulu. Skripsi ini pun sejujurnya adalah idemu. Aku ingat betul pada kata-katamu: sesedikit apapun pengetahuan kita harus bisa bermanfaat bagi orang lain. *Thank's a lot, Bes!*

Terima kasih sebanyak-banyaknya pada Drs. Nur Iswantara M.Hum., Ketua Jurusan Teater Fakultas Seni Pertunjukan Institut Seni Indonesia Yogyakarta, Pembimbing dan sekaligus kakak, yang tak kenal lelah mensupport hingga detik terakhir aku kuliah di ISI. Pada Nanang Arizona S.Sn., Ketua Program Studi Jurusan Teater FSP ISI Yogyakarta, Pembimbing sekaligus teman, yang selalu memberi solusi-solusi atas skripsi ini. Makasih banyak *fren*. Juga Mas Lephen Purwaraharja, Sekretaris Jurusan Teater FSP ISI, kegigihan *sampeyan* mendorongku untuk menyelesaikan skripsi ini cukup efektif untuk membangkitkan kesadaranku tentang pentingnya lulus kuliah. Terima kasih banyak atas semuanya.

Terima kasih juga kepada Dra. Hirwan Kwardhani M.Hum., selaku penguji ahli yang telah begitu banyak memberi masukan-masukan yang berarti, hingga skripsi ini menjadi semakin tertata dan jelas.

Untuk Drs. Chairul Anwar M.Hum., selaku dosen wali studi, yang cukup sabar menemani mahasiswa yang tidak tertib. Serta Dosen-dosen Teater yang lain, terima kasih banyak.

Matur Nuwun sanget untuk DR. I.L. Gamayanti M.Si. Psikolog yang telah memberi pemahaman tentang terapi seni baik teori maupun praktek, yang sangat membantu kelancaran penulisan skripsi ini. Juga pada Ir. Dwihananto yang selalu memberi pertimbangan-pertimbangan logis tentang pentingnya lulus sekolah.

Untuk teman-teman sekolah Joe, Intan Ndut, Feri Kiting, Dhani Sri Redjeki, dan semua saja, makasih banyak bantuannya ya...

Pada teman-teman Pelangi, Lusi Nur Ardhiani S.Psi., (*wah... jan...*), Atika Kurnia Sari S.Psi., Ammik S.Psi., Intan Kusuma Wardhani, Dona Mestikasari, juga Bimo Suryojati, aku belajar banyak pada kalian perihal bagaimana menjadi orang baik, berguna dan menjadi profesional. Tanpa kalian Pojok Dolanan hanya akan menjadi tempat bermain biasa, dan itu membuat aku gak akan pernah jadi sarjana, *he..he..he..*

Yang pasti untuk anak-anak hebat dari Pojok Dolanan Bakulan Bantul: Tia, Opik, Putri, Tami, Ana, Aris, Etri, Ida, Hepi, Laras, Nisa, Dama, Topik, Inu, Anwar, Nawan, Herdi, Bayu, Sri, Yogi, Cahyo, Adang. Dan teman-teman asrama Senggol Rontok: Broto, Kadir, Bimo, Andi Pepok, ini betul-betul kerja yang luar biasa, *men...*

Karya tulis ini belumlah sempurna. Dan semua itu menjadi tanggung jawab saya secara pribadi. Untuk itu membuka diri untuk saran dan kritik. Dan akhirnya, semoga bermanfaat.

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	ii
Halaman Persembahan	iii
Kata Pengantar	iv
Daftar Isi	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tinjauan Pustaka	10
1. Penelitian Terdahulu	10
2. Landasan Teori	12
D. Tujuan Penelitian	17
E. Metode Penelitian	18
F. Sistematika Penulisan	20
BAB II POJOK DOLANAN BAKULAN, TERAPI SENI, DAN PEMENTASAN DRAMA <i>TIMUN EMAS (...karena alam sahabat kita semua)</i>	22
A. Bakulan Trirenggo Bantul dan Keadaan Anak-Anak Pasca Bencana	23
B. Pojok Dolanan (Tempat Bermain Anak-Anak Hebat)	27
1. Program Pojok Dolanan	28
a. Tahap <i>Trauma Releasing</i>	29
b. Tahap <i>Coping Strategy</i>	34
c. Tahap <i>Living Value</i>	35
d. Pementasan Drama <i>Timun Emas</i>	36
2. Penggunaan Idiom Anak Hebat	37
C. Terapi Teater	38
D. Sinopsis lakon <i>Timun Emas (...karena alam sahabat kita semua)</i>	39
BAB III TEATER SEBAGAI MEDIA TERAPI DI POJOK DOLANAN	42
A. Unsur-Unsur Teater Yang Dipergunakan Dalam Proses Terapi Di Pojok Dolanan	42
B. Tahap <i>Trauma Releasing</i>	43

1. Relaksasi	46
2. Melukis	53
3. Menyanyi	57
4. Menari	63
5. Pengenalan Emosi	68
6. Permainan-Permainan	70
B. Tahap <i>Coping Strategy</i>	76
1. Membuat Boneka dan Topeng	78
2. Karnaval	84
C. Tahap <i>Living Value</i>	91
1. Apresiasi Seni	93
D. Proses Pemanggungan Drama Timun Emas	102
1. Naskah Timun Emas	103
2. Tahap Latihan	104
3. Proses Penciptaan Dekor dan Properti	114
4. Pementasan	126
E. Perubahan Perilaku Pada Anak Setelah Menjalani Proses Terapi	129
BAB IV PENUTUP	132
A. Kesimpulan	132
B. Saran	136
DAFTAR PUSTAKA	138

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya teater bukan sekedar seni pertunjukan untuk pelipur lara atau memberi kenikmatan artistik semata. Seni teater juga memiliki aspek pendidikan dan pencerahan.¹ Keterbukaan teater bagi disiplin keilmuan lain disekitarnya seperti sejarah, sosiologi, politik, taknologi, psikologi, filsafat, ekonomi dan sebagainya, membuat teater terus tumbuh dan berkembang baik dalam fungsi maupun bentuk pengekspresiannya. Termasuk teater dalam fungsinya sebagai media terapi. Teater sebagai media terapi, sesungguhnya, bukanlah persoalan baru. Setidaknya telah ada teater kontekstual seperti teater sosial ala Bertold Brecht yang berupaya membangun kesadaran sosial mengenai pentingnya perubahan sosial atau teater penyadaran model Augusto Boal yang sering dipergunakan sebagai media perjuangan hak-hak sosial-politik kelompok-kelompok tertentu.

Tetapi teater juga dapat menjadi senjata pembebasan. Karena itu, perlu kita menciptakan bentuk-bentuk teater yang tepat. Perubahan wajib dilakukan. Teater adalah kumpulan orang yang bernyanyi bebas di udara terbuka. Pertunjukan teater diciptakan oleh dan untuk masyarakat, dan karenanya dapat disebut nyanyian *dithyrambis*. Ia merupakan perayaan dimana semua dapat ikut secara bebas. Kelas penguasa mengambil alih teater dan membangun tembok-tembok pemisahannya. Mulanya merkea membagi-bagi masyarakat, memisahkan pemain dan penonton; orang-orang yang main dan orang-orang yang menonton. Kedua, diantara para pemain, mereka memisahkan yuang protagonis dari massa. Indoktrinasi memaksa (koersif) telah mulai! Kini masyarakat tertindas sendiri telah bebas dan sekali lagi menjadikan teater milik mereka. Tembok-tembok harus diruntuhkan!²

¹ Putu Wijaya, "Anatomi Produksi Teater", pengantar dalam *N. Riantiarno, Menyentuh Teater: Tanya Jawab Seputar Teater Kita*, MU-3 Books, Jakarta, p. x.

² Augusto Boal, *Teater Kaum Tertindas*, Jaringan Pekerja Teater Pinggiran, 1974, hal. 96.

Melalui metode partisipatoris, kelompok-kelompok tersebut diajak untuk menyuarakan dan mengekspresikan kepentingan mereka, selain juga untuk membebaskan mereka dari ketertindasan. Hampir semua komponen kreatif dikerjakan sendiri. Mulai dari naskah, pemain, penataan artistik sampai pada penyutradaraan tidak melibatkan pekerja-pekerja teater profesional. Tujuan utama dari teater penyadaran adalah pembebasan diri dari keterhimpitan sosial-politik. Teater model ini sempat populer di Indonesia era 80-90an, ketika banyak kelompok-kelompok sosial mengalami ketertekanan sosial akibat dari kebijakan-kebijakan pemerintah yang tidak berpihak pada kelompok-kelompok tertentu seperti kaum buruh, petani, pekerja dan lain sebagainya.³

Demikian juga halnya dengan teater epik Bertold Brecht. Brecht membangun kesadaran publik melalui panggungnya, melalui cerita-cerita yang disajikan. Untuk itu, dalam setiap pementasannya Brecht menggunakan aktor-aktor profesional yang terlatih. Gaya teater epik Brecht adalah teater sosial. Ide dasar teater sosial adalah bahwa teater sosial percaya bahwa kondisi manusia ditentukan oleh kekuatan ekonomi dan politik. Seperti halnya gaya naturalisme, teater sosial berusaha untuk menyadarkan manusia pada perubahan nasibnya, dan keinginan untuk merubahnya.⁴ Tujuan teater sosial adalah menghibur, mendidik sekaligus menggiring penonton untuk bertindak secara praksis di luar teater. Untuk merealisasikan tujuannya Brecht menggunakan konsep efek alienasi, yaitu memisahkan penonton dari peristiwa panggung sehingga mereka dapat melihat panggung secara kritis. Diharapkan hal

³ *Ibid.* hal. 2.

⁴ Yudiaryani, "Kata Pengantar Penterjemah", dalam *Stanislavski, Brecht, Grotowski, Brook Sistem Pelatihan Lakon*, MSPI dan Arti, Yogyakarta, 2002, p. xi.

tersebut bisa membuat penonton mengevaluasi dampak sosial ekonomi terhadap diri mereka setelah mereka menyaksikan apa yang tersaji dalam teater. Brecht percaya bahwa jika hal ini berlangsung secara efektif, penonton akan percaya pada kebutuhan untuk merubah kondisi sosial, serta berupaya melakukan perubahan yang sesuai dengan diri mereka sendiri.⁵ Teater epik Brecht memang bukan sekedar teater penyadaran, lebih dari itu teater ini mengarah pada pergerakan perubahan sosial.

Teater memang tidak bisa dipisahkan dari masyarakat yang melingkupinya. Teater tumbuh bersama masyarakat. Kompleksitas dalam teater merupakan kompleksitas yang berasal dari proses pertumbuhan hidup manusia dan dari berbagai bentuk konstelasi sosial yang tercipta dengan segala kelengkapan akan lingkungan atau alam, sifat atau watak, pemikiran, khayalan atau imajinasi, hingga problem atau permasalahannya. Sebab dalam teater yang dieksplorasi adalah watak manusia, problem manusia, dan cara mengatasi problem-problem itu.⁶ Pengaruh timbal balik antara peristiwa teater dengan peristiwa real atau nyata merupakan situasi yang saling membutuhkan, interdependen, dan mutualistik, karena lenyap yang satu akan memupuskan yang lain.⁷

Perbedaan mendasar antara teater penyadaran ala Augusto Boal maupun Brecht dengan teater terapi adalah pada tujuannya. Teater terapi bertujuan untuk menyelesaikan konflik-konflik internal dalam diri manusia. Teater terapi beroperasi dalam konteks penyembuhan dari keterhambatan-keterhambatan psikologis.

⁵ *Ibid., Loc.Cit., p. xii.*

⁶ N. Riantarno, *Menyentuh Teater: Tanya Jawab Seputar Teater Kita*, MU-3 Books, Jakarta, 2003, p. 11.

⁷ Radhar Panca Dahana, *Homo Teatricus dan Sejumlah Esai*, Yayasan Indonesia Tera, Magelang, 2001, p. 17.

Untuk tidak menimbulkan bias pemahaman tentang teater, mengingat banyaknya pengertian teater, dalam pemaparan ini merujuk pada rumusan RMA. Harymawan yaitu segala tontonan yang dipertunjukkan pada banyak orang.⁸ Perujukan pada rumusan ini semata didasari oleh luasnya cakupan kerja teater sehingga memberi ruang yang lebih leluasa terhadap aktifitas-aktifitas terapeutik seperti karnaval, menari, menyanyi serta penciptaan pernik-pernik pelengkap pertunjukan. Dengan demikian proses terapi bisa dilakukan dalam banyak cara. Keanekaragaman cara proses terapi merupakan hal yang penting untuk menghindari kejenuhan anak selama menjalani proses terapi.

Terapi merupakan prosedur untuk menyembuhkan atau meringankan suatu penyakit.⁹ Dalam hal ini adalah penyakit psikologis yang diakibatkan oleh pengalaman menakutkan yang menyebabkan organisme mengalami kerusakan secara psikologis atau trauma.¹⁰ Trauma bisa diakibatkan oleh banyak hal. Salah satu peristiwa traumatik adalah bencana alam.

Bencana alam gempa bumi 5,9 skala richter yang menimpa Jawa Tengah dan Daerah Istimewa Yogyakarta pada tanggal 27 Mei 2006 mengakibatkan dampak yang cukup luas. Tidak sekedar kerugian secara materiil tetapi juga memunculkan persoalan-persoalan psikologis. Terutama bagi anak-anak yang masih dalam proses perkembangan. Anak-anak korban bencana alam besar kemungkinan mengalami persoalan psikologis yang ringan sampai yang berat. Persoalan psikologis bisa berdampak negative bagi perkembangan anak di kemudian hari.

⁸ RMA. Harymawan, *Dramaturgi*, PT. Remaja Rosda Karya, Bandung, 1993, p. 2.

⁹ Kartono, K & Gulo, *2000 Kamus Psikologi*, CV. Pionir Jaya, bndung, 1997, p. 75.

¹⁰ *Ibid.* p. 77.

Ada beberapa kondisi bencana yang dapat menimbulkan rasa ketertekanan dan trauma pada anak-anak. Kondisi tersebut adalah:

1. Pengalaman atau melihat bencana yang menakutkan, serta mengamati tragedy kehancuran dan kematian.
2. Rumah atau tempat tinggalnya yang hancur.
3. Tinggal dipengungsian yang padat, tidak nyaman, serta penuh tekanan.
4. Harus menyesuaikan diri dengan orang-orang baru, sekolah baru, dan kawan-kawan baru.
5. Terpisah dari keluarga, atau kehilangan orang tua, dan anggota keluarga lainnya.
6. Orang tua kehilangan pekerjaan, mata pencaharian, sehingga secara ekonomi keluarga mengalami tekanan berat.
7. Orang tua yang mengalami stress berat sehingga tidak ada waktu yang cukup baik secara emosional dan fisik dalam memperhatikan anak.
8. Melakukan pekerjaan orang dewasa (menjaga adik, memasak, mendengarkan keluhan dan kesedihan orang tua, dan sebagainya) yang sebelumnya tidak pernah dilakukan.
9. Waktu untuk mengerjakan hal-hal rutin yang sebelumnya biasa dilakukan menjadi tidak ada (bermain dengan kawan-kawan, ke sekolah, ke surau, dan sebagainya).¹¹

Rentetan kejadian yang harus dialami setelah terjadinya bencana, akan mengubah sisi-sisi kehidupan anak, yang semuanya merupakan sumber dari stress dan trauma. Bahkan perubahan kehidupan yang harus dijalani anak sehari-hari dapat merupakan sumber stress yang lebih besar daripada kejadian bencana itu sendiri. Tentu saja tingkatan stress dan trauma berbeda pada masing-masing anak. Karena masing-masing individu memiliki daya tahan yang berbeda.

Ada beberapa indikasi kemungkinan anak-anak yang mengalami trauma. Indikasi-indikasi tersebut adalah: perasaan gelisah dan ketakutan, gampang mengeluh, senang menempel pada orang tua atau orang yang dianggap dekat, berkompetisi

¹¹ Ratna Megawangi & Reza Indragiri Amriel, *Membantu Anak Pulih dari Trauma Bencana (Petunjuk Praktis Bagi Guru dan Orang Tua)*, Penerbit Republika, Indonesia Heritage Foundation, Forum Radio Jaringan Indonesia, Yayasan Indera Hati, Jakarta, 2006, p. 10-11.

dengan sebaya atau saudara untuk mencari perhatian orang tua atau guru, menghindar atau malas ke sekolah, menyendiri dari kawan-kawan, mimpi buruk dan takut gelap.¹²

Perubahan perilaku yang terjadi pada anak-anak yang mengalami trauma tentu tidak menguntungkan bagi perkembangannya. Adapun yang dimaksud dengan anak-anak disini adalah anak prasekolah dan anak sekolah berkisar antara usia 5 sampai 12 tahun.¹³ Pada masa anak-anak ini perkembangan sosial dan kepribadian ditandai dengan meluasnya lingkungan sosial.¹⁴ Pada rentang usia ini anak-anak mengalami perkembangan motorik dan kognitif, selain juga perubahan bentuk tubuh. Perkembangan-perkembangan inilah yang kemudian membentuk karakter anak-anak dikelak kemudian hari.¹⁵ Jika dalam usia perkembangan ini anak-anak mengalami hal yang tidak menyenangkan atau mengerikan, akan sangat mempengaruhi pembentukan karakternya. Untuk itu dibutuhkan pendekatan-pendekatan khusus untuk membantu anak-anak melepaskan diri dari trauma sehingga mereka mampu berkembang menjadi individu yang produktif. Salah satu cara pendekatan psikologis adalah dengan mengajak anak-anak untuk secara bebas mengekspresikan perasaan-perasaan dan kenangan-kenangan negatifnya melalui media seni, serta menggantikannya dengan pengalaman-pengalaman positif yang mendukung perkembangannya. Metode pendekatan ini dikenal dengan istilah *Art Therapy* atau terapi seni.

¹² *Ibid., Loc.Cit.*, p. 16. Hasil *assessment* tim Kemuning Kembar Pusat Pengembangan Diri dan Komunitas, menunjukkan indikasi yang sama dengan penjelasan di atas. Gejala yang paling mencolok adalah keengganan untuk berangkat sekolah karena takut terjadi gempa lagi, hilangnya perlengkapan sekolah seperti tas dan buku-buku serta takut jauh dari orang tua.

¹³ FJ. Monks, AMP. Knoers, Siti Rahayu Haditono, *Psikologi Perkembangan Pengantar Dlaam Berbagai Bagiannya*, Gajdah Mada University Press, Yogyakarta, 2006, hal. 178 – 179.

¹⁴ *Ibidi.*, hal. 183.

¹⁵ *Ibidi.*, hal. 255.

Terapi seni merupakan kombinasi antara seni dan psikoterapi. Terapi seni didasarkan pada suatu keyakinan bahwa proses kreatif yang terjadi dalam berkesenian berefek menyembuhkan dan meningkatkan kualitas hidup. Dengan berkreasi dan menikmati seni seseorang bisa menjadi terbantu untuk mengekspresikan perasaannya.¹⁶

Proses kreatif serta keterlibatan dalam pembuatan suatu karya seni dapat meningkatkan kesadaran diri, kemampuan mengatasi symptom-simptom negatif, stress dan pengalaman traumatik, meningkatkan kemampuan kognitif. Anak akan lebih dapat menikmati hidup melalui penikmatan dalam suatu kreatifitas artistik. Terapi seni juga dapat menyentuh persoalan-persoalan dalam pendidikan, konflik-konflik emosional, meningkatkan kesadaran dan kepercayaan diri, mengembangkan kemampuan sosial, mengelola perilaku, meningkatkan kemampuan dalam mengambil keputusan, menurunkan kecemasan, membantu seseorang untuk lebih dapat menerima kenyataan hidup.¹⁷

Karakter seni yang memiliki beragam gaya ungkap membantu anak-anak yang mempunyai kesulitan dalam mengemukakan ketakutan, harapan, kemarahan, atau emosi-emosi negative lainnya. Proses kreatif berkesenian membantu mengungkapkan perasaan yang tersembunyi jauh di dalam lubuk hati di bawah alam kesadaran. Kebebasan berekspresi merupakan salah satu metode yang ampuh untuk menemukan jati diri dan mengikis trauma masa lalu.

¹⁶ Indira L. Gamayanti, "Sekilas Tentang Terapi Seni", Makalah *Apresiasi Seni Sebagai Terapi Psikologi Bagi Penderita Kanker Anak*, dalam rangka Hari Kanker Anak Internasional 2005, Pondok Tingal, 20 Februari 2005, p.1.

¹⁷ *Ibid., oc.Cit.*, p. 2. MJA. Nashir dalam bukunya *Bela Studio Membela Anak Dengan Teater*, (2001, 20-21), menjelaskan bahwa manifestasi dari tindak emansipatoris adalah memerdekakan anak dengan mengembalikan ruang yang telah hilang kepada mereka kembali, yaitu ruang bermain. Dengan ruang tersebut, anak-anak dapat mengekspresikan dirinya secara lebih leluasa dan utuh.

Pada tataran ini, teater yang memiliki unsur seni yang kompleks seperti seni rupa, musik, gerak dan cerita, memberi wadah bagi kebutuhan-kebutuhan terapeutik seperti di atas. Teater memberi ruang ekspresi yang sangat luas. Sudah barang tentu, untuk kepentingan terapi, factor estetis dikesampingkan. Hal ini dikarenakan dalam proses terapi, proses kreatif lebih dipentingkan daripada hasil akhir.

Melalui media teater, proses terapi bisa dilakukan dengan cara yang menyenangkan dan memberi kesempatan pada anak untuk bermain. Bagi anak-anak bermain mempunyai arti yang penting. Selain untuk bereksplorasi dan mempelajari suatu fenomena, bermain merupakan wahana yang penting bagi anak-anak untuk mengekspresikan pikiran dan emosinya.¹⁸

Atas pemikiran-pemikiran di atas Pojok Dolanan (Tempat Bermain Anak-Anak Hebat) menggunakan teater sebagai media terapi bagi anak-anak didaerah bencana gempa. Berbagai proses kreatif dalam penciptaan teater dikembangkan dan diberdayakan sebagai aktifitas terapi. Puncak dari proses terapi ini adalah pementasan teater yang berjudul **Timun Emas (...karena alam adalah sahabat kita semua)**.

Ada empat tahap proses terapi yang dilaksanakan di Pojok Dolanan. Pertama adalah *trauma release*. Pada tahap awal ini anak-anak dibebaskan dari kenangan-kenangan negatif akibat bencana alam gempa bumi dengan cara melakukan berbagai aktifitas kesenian.

Kedua adalah *coping strategy*. Tahap ini menanamkan perilaku penganggulungan masalah pada anak-anak. Penanaman ini dilakukan melalui aktifitas penciptaan mainan dengan menggunakan bahan yang ada disekitarnya. Tahap ini dimaksudkan agar tumbuh jiwa-jiwa kreatif yang memiliki kemampuan

¹⁸ Ratna Megawangi dkk., *Op. Cit.* p. 29.

menanggulangi masalah, beradaptasi dengan situasi baru serta mampu menerima kenyataan hidup.

Tahap ketiga adalah penanaman *living value*. Melalui dolanan anak-anak tradisional, anak-anak diajak untuk membuat pertunjukan yang disajikan untuk masyarakat sekitar. Pada pertunjukan ini disisipkan nilai-nilai hidup seperti gotong royong, *tepo seliro*, *nrimo* dan sebagainya, agar anak-anak kembali memahami nilai-nilai luhur tersebut dan mampu menghadapi persoalannya secara positif.

Tahap keempat adalah proses pemanggungan drama musikal **Timun Emas (...karena alam sahabat kita semua)**. Pementasan drama ini merupakan puncak dari seluruh aktifitas terapi. Berbagai aktifitas terapi yang telah dilakukan sebelumnya dirangkai dan diramu menjadi sebuah pertunjukan teater. Pementasan ini berusaha untuk menggabungkan seluruh aspek seni seperti seni suara atau menyanyi, seni gerak atau menari, serta seni rupa untuk penataan artistik. Keseluruhan aspek melibatkan anak-anak secara langsung.

Kasus Pojok Dolanan menunjukkan bahwa teater, selain dalam fungsinya untuk menghibur dan memberi kenikmatan artistic, teater juga merupakan media terapi yang efektif. Kasus ini memunculkan rasa ingin tahu penulis untuk lebih memahami teater dalam fungsinya sebagai media terapi. Dengan alasan tersebut penulis melakukan penelitian tentang teater dan aspek-aspek penunjangnya sebagai media terapi yang efektif bagi anak-anak yang mengalami trauma akibat bencana alam gempa bumi di Bakulan Trenggeng Bantul.

B. Rumusan Masalah

Rumusan utama untuk memahami fungsi teater sebagai media terapi adalah “Bagaimana pelaksanaan teater sebagai media terapi bagi anak-anak korban bencana alam gempa bumi di Pojok Dolanan di Bakulan Tlirenggo Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta?”

C. Tinjauan Pustaka

1. Penelitian Terdahulu

Sebelum penelitian ini tidak banyak penelitian yang membahas mengenai terapi psikologis dengan menggunakan seni sebagai media. Terutama penelitian yang membahas mengenai terapi dengan menggunakan media teater. Di Indonesia terapi seni memang relatif masih baru. Penelitian-penelitian tersebut adalah:

- a. Djohan, *Terapi Musik Teori dan Aplikasinya*, (Galangpress, Yogyakarta, 2006), dalam buku ini Djohan menjelaskan berbagai pemikiran tentang terapi musik, sekaligus penerapannya. Dijelaskan bahwa terapi musik adalah upaya yang dirancang untuk membantu atau menolong orang dengan menggunakan musik dan aktifitas musik untuk memfasilitasi proses terapi dalam membantu klien.

Terapi musik digunakan secara komprehensif untuk mengatasi rasa sakit, manajemen stres, atau stimulai pertumbuhan dan perkembangan bayi. Seperti halnya pengobatan dalam profesi kesehatan, maka metode dan teknik terapi musik juga bervariasi sesuai dengan kebutuhan klinisnya. Terapi musik ini bisa diterapkan dan dipergunakan untuk penyandang cacat fisik untuk pengembangan ketrampilan motorik, ketrampilan komunikasi, ketrampilan

kognitif, ketrampilan sosial, ketrampilan emosi, serta tentu saja ketrampilan musik. Untuk penyandang autisme, terapi musik dipergunakan untuk pengembangan kemampuan sensori motorik, pengembangan kemampuan bahasa, pengembangan konsep kognitif, dan pengembangan kemampuan sosial dan emosional. Untuk penderita gangguan sensorik, terapi musik untuk mengembangkan ketrampilan komunikasi dan bahasa, serta kemampuan sosioemosional. Sedangkan intervensi terapi musik bagi penderita stroke adalah untuk pengembangan aspek kognitif, pengembangan kemampuan komunikasi, peningkatan kemampuan fisik, serta untuk mengatasi gangguan sosioemosional.

Lebih lanjut penelitian ini menjelaskan mengenai proses dan langkah-langkah terapi musik, ragam model terapi musik serta aplikasi terapi musik. Menyerupai penelitian tersebut diatas adalah buku yang ditulis oleh Willian B. Davis, Ph.D., RMT., Kate E. Gfeller, Ph.D., RMT., dan Michael H. Thaut, Ph.D., RMT., *An Introduction to Music Therapy Theory and Practice* (McGraw-Hill College, Boston, 1999). Buku ini juga menuliskan secara rinci teori, penerapan, kegunaan serta sasaran-sasaran terapi musik.

b. Nur Iswantara, *Apresiasi Seni Sebagai Terapi Psikologi Bagi Penderita Kanker Anak*, (Laporan Penelitian kepada Lembaga Penelitian Institut Seni Indonesia Yogyakarta, 2005, tidak diterbitkan). Penelitian ini lebih menekankan pada aspek apresiasi terhadap seni sebagai terapi psikologi. Dijelaskan dalam penelitian tersebut bahwa aktifitas berkesenian maupun penikmatan terhadap karya seni mampu meringankan penderitaan anak-anak pengidap kanker.

Berbagai aktifitas seperti melukis, menyaksikan pertunjukan drama, pertunjukan badut, sampai pada permainan balon harapan bisa menjadi media terapi bagi anak-anak penderita kanker. Melalui penikmatan karya seni anak-anak bisa mengekspresikan emosi-emosi yang tak terungkap menjadi energi positif hingga anak-anak mencapai kepuasan dan ini membantu proses penyembuhan kanker yang dideritanya. Penelitian ini ditulis berdasarkan peristiwa *Sharing and Gathering* Hari Kanker Anak Internasional yang diselenggarakan oleh Yayasan Onkologi Anak Indonesia di Pondok Tingal Magelang pada tanggal 20 Pebruari 2005.

Kedua penelitian tersebut banyak memberikan inspirasi bagi penulis terutama pemahaman perihal terapi yang menggunakan seni sebagai media. Termasuk juga bagaimana unsur-unsur seni seperti seni musik dan seni lukis diberdayakan sebagai media terapi.

Namun kedua penelitian tersebut hampir tidak menyentuh wilayah teater sebagai media teater. Penelitian Nur Iswantara sedikit mengulas perihal pertunjukan drama sebagai sarana terapi, sekalipun lebih pada tataran penikmatan atau apresiasi.

2. Landasan Teori

Untuk lebih memperdalam perihal terapi teater dalam penelitian ini digunakan beberapa acuan untuk disimpulkan sebagai landasan teori. Acuan-acuan tersebut dipilih berdasar kepentingan penelitian ini.

Penelitian ini menyangkut keadaan anak-anak yang mengalami trauma akibat bencana alam gempa bumi. Untuk kemudian mengungkap proses terapi yang menggunakan teater sebagai media. Ada beberapa faktor yang harus diperhatikan

perihal keadaan anak-anak di daerah bencana ini. Secara psikologis bencana mengakibatkan dampak yang negatif pada anak-anak. Anak-anak belum mampu memahami bencana sebagai bagian dari gejala alam dan memiliki keterbatasan dalam mengatasi persoalan tersebut. Sebagai akibatnya anak-anak bisa sangat tertekan.¹⁹ Ada dua penyebab stress bagi anak-anak pasca bencana. Pertama adalah stress akibat dari bencana itu sendiri, kedua, stress karena adanya perubahan dalam kehidupan sehari-hari sebagai akibat dari bencana.²⁰ Seperti juga yang diungkapkan oleh Ratna Megawangi perihal kondisi anak-anak pasca bencana.²¹

Perubahan perilaku ini tentu saja tidak menguntungkan bagi perkembangan anak-anak. Pengalaman anak-anak sangat menentukan perkembangan selanjutnya. Gangguan-gangguan psikologis sering kali sudah ditanamkan pada tahun-tahun awal pertumbuhan anak-anak melalui berbagai pengalaman.²² Untuk itu perlu dilakukan pendekatan-pendekatan psikologis secara khusus untuk membantu anak-anak melepaskan diri dari trauma sehingga mereka mampu berkembang menjadi individu yang produktif. Salah satu cara pendekatan psikologis adalah dengan mengajak anak-anak untuk secara bebas mengekspresikan perasaan-perasaan dan kenangan-kenangan negatifnya melalui media seni, serta menggantikannya dengan pengalaman-pengalaman positif yang mendukung perkembangannya. Metode pendekatan ini dikenal dengan istilah *Art Therapy* atau terapi seni. Terapi seni merupakan kombinasi

¹⁹ Satoshi Takada & Hajime Nakamura, *Supporting Families With Small Children in Disaster Situations (A Handbook Based on the Experience of the 1995 Great Hanshin Awaji Earthquake)*, 1999, tidak diterbitkan, hal. 1.

²⁰ *Ibid.* hal. 12.

²¹ Ratna Megawangi dkk., *Op. Cit.* p. 29

²² Yustinus Semiun, OFM., *Teori Kepribadian & Terapi Psikoanalitik Freud*, Penerbit Kanisius, Yogyakarta, 2006, hal. 11.

antara seni dan psikoterapi. Terapi seni didasarkan pada suatu keyakinan bahwa proses kreatif yang terjadi dalam berkesenian berefek menyembuhkan dan meningkatkan kualitas hidup. Dengan berkreasi dan menikmati seni seseorang bisa menjadi terbantu untuk mengekspresikan perasaannya.²³

Prosedur terapi seni ini berbasis pada sistem terapi psikoanalitik Sigmund Freud; pelepasan keterhambatan psikologis dilakukan dengan melalui ekspresi-ekspresi spontan.²⁴ Persoalan-persoalan emosional dibebaskan melalui berbagai media seni. Mimpi, fantasi, atau pengalaman lain yang tak terungkap atau tak terkatakan bisa diekspresikan secara langsung melalui seni. Proyeksi dari gambaran-gambaran bawah sadar lebih mudah diekspresikan melalui seni daripada melalui ekspresi-ekspresi verbal. Memori-memori negatif diungkapkan melalui melukis, menari atau menyanyi sebagai sarana pembebasan.²⁵

Kesatuan antara badan dan jiwa terkelola dengan terapi seni, terutama pada seni yang memanfaatkan pula gerak olah tubuh. Seni dapat merefleksikan susunan emosi secara utuh, “menyentuh” konflik-konflik emosional, menurunkan kecemasan, membantu seseorang untuk lebih dapat menerima kenyataan hidup, meningkatkan kepercayaan diri, mengembangkan kemampuan sosial dan mengelola perilaku. Paolo Knill, secara khusus menggunakan teater sebagai media terapi karena dalam teater terdapat unsur-unsur seni seperti melukis, piano, tari dan puisi yang berguna untuk menselaraskan antara perasaan dan pikiran. Dengan menggunakan unsur-unsur seni tersebut terjadi proses imajinasi kreatif yang diyakini memiliki kekuatan untuk

²³ Indira L. Gamayanti, *Op. Cit.* hal.1.

²⁴ Judith Aron Rubin, ed, *Approaches To Art Therapy*, Philadelphia, Brunner Routledge, 2001, hal. 290.

²⁵ *Ibid.*, hal. 291.

menyembuhkan berbagai penyakit psikis.²⁶ Kualitas karya seni dalam proses terapi bukanlah hal yang terpenting. Tetapi bahwa terapi ini menyentuh seluruh aspek kehidupan merupakan hal yang utama.²⁷ Juga membantu untuk mengembangkan kemampuan penyelesaian masalah serta kemampuan penyesuaian diri terhadap masalah tersebut.²⁸

Terapi dengan menggunakan media teater berbeda dengan psikodrama. Terapi dengan menggunakan media teater adalah terapi yang dijalankan dengan sarana unsur-unsur seni yang terdapat dalam seni teater. Psikodrama memiliki pemahaman dan metode terapi yang berbeda dengan terapi teater. RMA. Harymawan secara ringkas menjelaskan tentang psikodrama. Dijelaskan bahwa orang-orang yang tidak bisa menahan konflik-konflik dikumpulkan, kemudian disusun suatu naskah permainan dengan tujuan menyelidiki dan menemukan problem-problem yang ada pada mereka. Hasil yang dapat dicapai cukup menajubkan. Keraguan pertama untuk mengekspresikan diri berkurang karena para pasien merasa dibebaskan, konflik-konflik mereka tidak lagi kuat mengganggu, dan seing tercapailah penyembuhan jiwa.²⁹ Psikodrama yang diciptakan dan dikembangkan oleh J.L. Moreno sebagai satu metode psikoterapi yang menggunakan format dramatik dan unsur-unsur teaterikal. Ada beberapa hal yang disyaratkan oleh Moreno berkaitan dengan psikodrama yaitu: Protagonis yang menjadi fokus drama, merupakan anggota kelompok yang hendak mengeksplorasi persoalan-persoalan personal mereka; sutradara yang sekaligus

²⁶ Judith Aron Rubin, *Op. Cit.*, hal. 319

²⁷ *Ibid.*, hal. 320.

²⁸ <http://www.spinelessbooks.com/theatertherapy/burkhardt.html>

²⁹ RMA. Harymawan, *Op. Cit.*, hal. 43.

terapis, yang mengarahkan dan memfasilitasi seluruh aktifitas terapi; Sosok pembantu, adalah anggota kelompok yang bermain sebagai sosok yang membantu dan menolong protagonis untuk menyelesaikan persoalannya; Penonton, kelompok lain yang tidak terlibat secara langsung dalam drama tetapi bisa mendapatkan manfaat dari pertunjukan; dan yang terakhir adalah panggung atau ruangan yang cukup luas untuk penyelenggaraan drama.³⁰

Dalam pelaksanaan terapinya, psikodrama menampilkan pertunjukan drama yang mengambil cerita dari kisah kehidupan klien (protagonis) yang mengakibatkan munculnya persoalan tersebut. Melalui drama dimunculkan tokoh (sosok pembantu) yang berperan untuk memberi solusi atas persoalan-persoalan yang ada dalam diri klien.³¹ Pada tahap akhir dari psikodrama adalah *sharing* atau berbagi. Dalam *sharing* tersebut seluruh anggota grup berbagi tentang pikiran dan perasaan masing-masing tentu yang terkait dengan persoalan protagonis.³²

Pada prakteknya, psikodrama relatif cukup rumit untuk dilaksanakan bersama anak-anak dalam kelompok besar atau berjumlah banyak. Tugas terapis hanya bisa dilakukan oleh sutradara. Sementara jika kelompok besar dipecah menjadi kelompok kecil-kecil, dibutuhkan banyak terapis. Psikodrama kurang mengena jika dipraktikkan untuk kelompok besar. Hal ini dikarenakan proses terapi tidak akan menyentuh tiap individu.

Berbeda dengan terapi teater. Terapi dengan menggunakan media teater memiliki beragam aktifitas terapeutik, melukis, menyanyi, menari, karnaval dan

³⁰ Paul Holmes & Marcia Karp, editor, *Psychodrama: Inspiration and Technique*, Tavistock/Routledge, London and New York, 1991, hal. 8-9.

³¹ *Ibid.*, hal. 12.

³² *Ibid.*, hal. 12.

sebagainya sehingga bisa mencegah kebosanan anak-anak selama menjalani proses terapi. Keterlibatan anak-anak secara langsung dalam proses kreatif akan membuat proses terapi ini bisa menyentuh tiap individu.

Atas pemahaman tersebut penelitian ini sengaja tidak menggunakan psikodrama sebagai landasan pemikiran tetapi lebih pada terapi teater, agar tidak terjadi bias dalam mengupas pelaksanaan terapi di Pojok dolanan. Hal ini dikarenakan proses terapi yang terjadi di Pojok Dolanan menggunakan unsur-unsur seni dalam teater, dan pertunjukan yang diselenggarakan sebagai bagian dari terapi tersebut tidak mengambil cerita dari pengalaman-pengalaman individu anak-anak yang terlibat terapi di Pojok Dolanan.

Landasan yang dipergunakan adalah anak-anak mengalami gangguan psikologis setelah terjadi bencana alam gempa bumi. Gangguan tersebut bisa merugikan perkembangan anak-anak. Untuk mengoptimalkan pertumbuhan anak-anak perlu dilakukan pendekatan-pendekatan psikologis secara khusus dengan melalui terapi seni atau khususnya terapi teater karena dengan terapi teater sarana yang ada menjadi lebih banyak sekaligus berarti mampu menyentuh segala persoalan pada anak yang diakibatkan oleh bencana tersebut.

D. Tujuan Penelitian

Ada dua tujuan utama penelitian ini adalah:

1. Untuk lebih memahami fungsi teater sebagai media terapi.
2. Mendokumentasikan proses terapi yang dilakukan di Pojok Dolanan secara tertulis.
3. Sebagai syarat untuk menyelesaikan studi S-1 di Jurusan Teater Fakultas Seni Pertunjukan Institut Seni Indonesia Yogyakarta.

E. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah metode deskriptif. Metode deskriptif bertujuan untuk mendapatkan kejelasan dan gambaran yang benar dari suatu obyek, sebagaimana adanya. Menurut Hadari Nawawi, metode penelitian deskriptif yaitu suatu penelitian yang mengungkapkan keadaan atau peristiwa sebagaimana adanya, sehingga sekedar mengungkapkan fakta dengan memberikan gambaran secara obyektif tentang keadaan yang sebenarnya dari obyek yang diteliti, serta diperkuat dengan interpretasi yang ada.³³ Dalam metode deskriptif pemaparan data bersifat nonstatistik. Langkah penelitian dilakukan melalui tiga tahap, yaitu:

1. Tahap pengumpulan data

Metode yang digunakan pada tahap ini adalah:

- a. Studi Pustaka

Mengumpulkan, membaca dan memahami data-data dan informasi melalui buku-buku, artikel-artikel surat kabar terutama yang terkait dengan obyek penelitian.

- b. Studi Lapangan

Studi lapangan dilakukan dengan cara:

1. Observasi

Observasi biasa diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan dengan sistematis atas fenomena-fenomena yang diteliti. Dalam penelitian ini, penulis memilih untuk turut ambil bagian secara langsung dalam proses terapi ini³⁴.

³³ Hadari Nawawi, *Metode Penelitian Bidang Sosial*, Gajah Mada University Press, Yogyakarta, 1990, p. 73.

³⁴ Prof. Drs. Sutrisno Hadi. M.A., *Metodologi Research Jilid 2*, Penerbit Andi, Yogyakarta, 2004, hal. 158.

Keterlibatan secara langsung ini peneliti bisa mendapatkan data secara langsung dari narasumber, secara langsung melihat perkembangan perilaku anak-anak.

2. Wawancara

Wawancara dilakukan dengan anak-anak korban bencana yang terkumpul di Pojok Dolanan, Orang tua dari anak-anak tersebut, masyarakat sekitar posko dan pakar bidang terapi seni. Wawancara bersifat longgar dan memberi kesempatan pada narasumber untuk memberikan tanggapan dengan caranya sendiri. Metode ini dipakai agar didapat data yang obyektif dengan cara mendapatkan keterangan lisan dari narasumber yang diwawancarai. Wawancara dilakukan untuk mendapatkan keterangan secara lisan dan langsung.³⁵

3. Kuesioner

Kuesioner dilakukan untuk mengetahui lebih lanjut perkembangan tiap anak sebagai responden dari penelitian ini. Metode kuesioner dalam bentuknya yang langsung mendasarkan diri pada *self report* atau pelaporan diri sendiri atau setidaknya pengetahuan dan atau keyakinan pribadi.³⁶

4. Dokumentasi Data

Mengumpulkan sumber informasi penting berupa dokumen-dokumen seperti foto, rekaman video. Dokumen juga mengacu pada catatan-catatan informal dan laporan-laporan yang memiliki nilai kesahihan secara factual.

2. Tahap Analisis Data

³⁵ Koentjaraningrat, *Metode-Metode Penelitian Masyarakat*, Gramedia, Jakarta, 1990. p. 129.

³⁶ Prof. Drs. Sutrisno Hadi. M.A, *Op. Cit.*, hal. 178.

Pada tahap ini data yang sudah terkumpul disusun, dijelaskan dan kemudian di analisa. Metode ini sering disebut sebagai metode analitik.³⁷

3. Tahap Penulisan

Seluruh hasil analisis diatas kemudian diwujudkan dalam tulisan yang penjabarannya dilakukan secara sistematis berdasarkan kaidah-kaidah ilmiah.

F. Sistematika Penulisan

Untuk memberikan gambaran secara jelas terhadap penyajian hasil penelitian yang berupa tulisan ini, bisa dipaparkan sebagai berikut:

- BAB I PENDAHULUAN**
- Merupakan pendahuluan yang memuat tentang latar belakang masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian, dan sistematika penulisan.
- BAB II POJOK DOLANAN, TERAPI SENI DAN PEMENTASAN DRAMA
TIMUN EMAS (...KARENA ALAM SAHABAT KITA SEMUA)**
- Menguraikan secara lebih mendalam tentang Pojok Dolanan Bakulan, Terapi Seni, Teater Terapi dan Latar Belakang Pemilihan Lakon Timun Emas.
- BAB III TEATER SEBAGAI MEDIA TERAPI DI POJOK DOLANAN**
- Berisi penjelasan lebih detail dan mendalam perihal proses terapi dengan media teater, hingga proses pemanggungan lakon **Timun Emas (...karena alam sahabat kita semua)** sebagai puncak dari terapi.

³⁷ Winarno Surakhmad, *Penelitian-Penelitian Ilmiah, Dasar Metode Teknik*, Tarsito, Bandung, 1990, p. 140.

BAB IV PENUTUP

Adalah penutup yang berisikan kesimpulan dan saran dari hasil penelitian.

