

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Proses panjang terapi melalui media teater, seperti sudah diungkap sebelumnya, memang tidak menjadikan pementasan sebagai tujuan. Kegembiraan anak-anak selama menjalani proses kreatif berteater merupakan inti dari program terapi melalui media teater ini. Kembalinya keceriaan anak-anak, munculnya semangat, tumbuhnya kemampuan untuk bekerja sama, saling menghormati, serta pengalaman positif sebagai hasil dari proses terapi ini adalah tujuan utama dari terapi ini.

Proses terapi psikologi melalui media teater merupakan hal yang menarik untuk dicermati. Kompleksitas kerja dalam proses kreatif berteater mampu mewadahi berbagai keinginan anak-anak untuk berekspresi. Disamping itu, dalam proses terapi ini membuat teater memerankan fungsi sosialnya secara utuh dan berdampak langsung pada masyarakat. Fungsi social tersebut tidak hanya tampak pada saat pementasan untuk menghibur masyarakat, tetapi juga pada upaya-upaya pembentukan karakter positif dan kreatif pada anak-anak.

Terapi teater merupakan suatu pendekatan terapi psikis yang berdampak positif pula bagi perkembangan fisik dan sosial. Kesatuan antara badan dan jiwa terkelola dengan terapi seni, terutama pada seni yang memanfaatkan pula gerak olah tubuh seperti seni teater. 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.

Disamping itu, seni juga mempunyai peran penting sebagai stimulator perkembangan seorang anak dan media bagi proses belajar yang menyenangkan bagi anak. Pembentukan kepribadian, kreatifitas dan kepedulian terhadap lingkungan termasuk bagaimana bersahabat dengan alam dan kepekaan dalam membaca tanda-tanda alam penting dilakukan pada anak sejak dini. Semua ini dapat dilakukan melalui seni. Proses pendampingan pada anak pasca gempa di desa Bakulan, semakin nyata menunjukkan bahwa pendekatan seni dengan penerapan prinsip-prinsip psikologi tidak hanya mampu menghapus stress akibat gempa, tetapi juga mampu mendorong tumbuhnya kreatifitas dan terbentuknya karakter positif pada anak

Tahapan-tahapan proses terapi yang dirancang secara gradual dan berkesinambungan dengan menggunakan teater sebagai media ternyata cukup efektif untuk melakukan pembentukan karakter positif terhadap anak-anak di daerah bencana gempa bumi. Berbagai aktifitas seni hingga pada pementasan drama berhasil mengembalikan keceriaan anak-anak.

Tahap pertama atau tahap *trauma healing* yang berisikan aktifitas melukis, menari dan menyanyi mendapat reaksi yang cukup positif dari anak-anak. Melukis menjadi media pengungkapan emosi yang efektif. Selain juga untuk merangsang kreatifitas. Pada dasarnya setiap anak memiliki kreatifitas namun kadarnya berbeda-beda tergantung pada kondisi lingkungannya. Dengan bermain anak mendapat kesenangan lalu muncul kreasi-kreasi. Salah satu cara untuk

mengembangkan kreatifitas adalah dengan memberikan kesempatan pada anak untuk menggunakan pensil dan krayon sedini mungkin. Menyanyi merupakan sarana ekspresi yang menyenangkan bagi anak-anak. Setiap anak pada dasarnya bisa menyanyi. Tidak ada anak yang tidak suka menyanyi. Semakin besar anak, kemampuannya menyerap nada-nada lagu pun semakin berkembang. Menyanyi merupakan bahasa nada, bahasa gerak dan juga bahasa emosi. Dengan menyanyi anak-anak berpengalaman langsung. Menyanyi mempengaruhi perkembangan jiwanya, mereka bisa tahu salah satu cara mengendalikan emosi. Menari selain sebagai media pelepasan emosi negative melalui gerak juga merupakan salah satu pengalaman positif yang dilakukan di Pojok Dolanan. Menari juga merupakan salah satu cara untuk mengendalikan emosi. Menari juga mengembangkan rasa percaya diri pada anak.

Berbagai aktifitas yang diadakan pada tahap pertama ini, selain memberi pengalaman positif juga merangsang anak-anak untuk mengungkapkan emosi-emosi negatifnya melalui media seni. Pengalaman-pengalaman dalam berkreasi seni ini diharapkan bisa menggantikan memori-memori negative akibat bencana gempa bumi.

Tahap kedua atau *coping strategy* bertujuan untuk menumbuhkan kemampuan pengatasan masalah secara positif. Pada tahap ini anak-anak diajak untuk menciptakan mainan dari bahan-bahan yang ada disekitar, seperti kertas koran bekas. Kemampuan pengatasan masalah secara positif adalah persoalan penting yang harus sudah mulai ditanamkan pada anak-anak sedini mungkin. Terutama pada anak-anak yang mengalami perubahan keadaan lingkungan, dan

berbagai keterbatasan seperti hidup dalam tenda karena rumah ambruk, sekolah hancur, hilangnya alat-alat mainan yang biasa dipakai, atau bahkan kematian teman menuntut seseorang atau anak-anak untuk segera melakukan pengatasan masalah agar tidak sampai mengganggu kehidupannya kemudian. Namun karena pengatasan masalah tidak muncul secara otomatis maka harus dilakukan pelatihan. Untuk kepentingan ini unsur teater yang dipergunakan adalah karnaval dan pembuatan topeng serta boneka.

Tahap ketiga *living value* atau penanaman kembali nilai-nilai luhur aktifitas terapeutik lebih pada aktifitas penikmatan seni. Melalui penikmatan karya-karya seni, berbagai nilai-nilai luhur atau kebijakan lokal yang ada seperti *tepa slira, unggah-ungguh, sareh, nrima*, dan sebagainya diperkenalkan dan ditanamkan kembali pada anak-anak. Penanaman nilai-nilai luhur ini ditujukan sebagai upaya pembentukan karakter pada anak-anak. Selain juga untuk mengembangkan emosi moral anak-anak.

Tahap keempat adalah pementasan drama. Tahap ini merupakan tahap puncak dimana dipentaskan hasil dari proses terapi yang sudah dijalankan dihadapan masyarakat. Melalui pementasan anak-anak dipicu rasa percaya dirinya dengan tampil langsung dihadapan masyarakat.

Berdasarkan pelaksanaan terapi dengan menggunakan media teater yang dilaksanakan di Pojok Dolanan Bakulan, dapat disimpulkan bahwa teater memiliki keluasan wilayah kreatif sehingga mampu memberikan beragam kegiatan. Banyaknya ragam kegiatan tersebut tentu menghindarkan anak-anak dari rasa bosan selama menjalani proses terapi, anak-anak bahkan merasa senang dan

antusias menjalani semua aktifitas terapeutik. Perasaan senang selama menjalani proses terapi juga merupakan hal penting untuk keberhasilan terapi itu sendiri. Selain terapi dalam arti pengobatan, teater juga bisa memasuki wilayah edukasi yang mampu merangsang daya kreatif anak-anak. Kegiatan-kegiatan seperti karnaval dengan kostum buatan sendiri dari koran bekas, membuat topeng dan boneka, membuat set dan property untuk pementasan menjadi pengalaman kreatif bagi anak-anak. Tentu saja selain juga mengembangkan kemampuan kerja sama, toleransi dan sebagainya.

B. Saran

Pada penelitian ini dibuktikan efektifitas teater sebagai media terapi. Melalui berbagai aktifitas kreatif ber-teater, anak-anak korban bencana gempa bumi di Bakulan Bantul bisa kembali ceria dan bersemangat.

Setelah mengamati dan meneliti proses terapi melalui media teater di Pojok Dolanan Bakulan Bantul, terdapat beberapa catatan agar pelaksanaan terapi melalui media teater bisa benar-benar optimal. Pertama, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk merumuskan bagaimana sebuah pertunjukan teater terapi tetap memiliki nilai-nilai tontonan. Sekalipun proses merupakan hal yang penting dari terapi tetapi seyogyanya pertunjukannya bukan sekedar tampil dihadapan public, tetapi juga mampu hadir sebagai tontonan.

Kedua, proses terapi dengan menggunakan media teater yang dilaksanakan di Pojok Dolanan berhasil mengembalikan keceriaan anak-anak, menumbuhkan rasa percaya diri serta meningkatkan kemampuan komunikasi. Hal ini

membuktikan bahwa seni teater memiliki fungsi yang langsung berdampak pada masyarakat. Untuk itu diperlukan pengembangan dan penelitian lebih lanjut agar metode-metode terapi teater bisa mencakup persoalan-persoalan social yang lebih luas.



DAFTAR PUSTAKA

- A. Subandi, editor, *Psikoterapi Pendekatan Konvensional dan Kontemporer*, Pustaka Pelajar dan Unit Publikasi Fakultas Psikologi UGM, Yogyakarta, 2002
- Augusto Boal, *Teater Kaum Tertindas*, Jaringan Pekerja Teater Pinggiran, 1974
- Djohan, *Terapi Musik Teori dan Aplikasinya*, Galangpress, Yogyakarta, 2006
- FJ. Monks, AMP. Knoers, Siti Rahayu Haditono, *Psikologi Perkembangan Pengantar Dlaam Berbagai Bagiannya*, Gajah Mada University Press, Yogyakarta, 2006
- Hadari Nawawi, *Metode Penelitian Bidang Sosial*, Gajah Mada University Press, Yogyakarta, 1990
- Judith Aron Rubin, editor, *Approaches to Art Therapy Theory and Technique*, Brunner-Routledge, Philadelphia, 2001
- Kartono, K & Gulo, *2000 Kamus Psikologi*, CV. Pionir Jaya, Bandung, 1997
- Koentjaraningrat, *Metode-Metode Penelitian Masyarakat*, Gramedia, Jakarta, 1990
- MJA. Nashir, *Bela Studi Membela Anak dengan Teater*, Kepel Pres, Yogyakarta, 2001.
- Masaru Emoto, *The True Power of Water Hikmah Air Dalam Olah Jiwa*, MQ Publishing, Bandung, 2006
- N. Riantiarno, *Menyentuh Teater: Tanya Jawab Seputar Teater Kita*, MU-3 Books, Jakarta, 2003
- Paul Holmes & Marcia Karp, editor, *Psychodrama: Inspiration and Technique*, Tavistock/Routledge, London and New York, 1991
- Radhar Panca Dahana, *Homo Teatricus dan Sejumlah Esai*, Yayasan Indonesia Tera, Magelang, 2001.
- Ratna Megawangi & Reza Indragiri Amriel, *Membantu Anak Pulih dari Trauma Bencana (Petunjuk Praktis Bagi Guru dan Orang Tua)*, Penerbit Republika, Indonesia Hertage Foundation, Forum Radio Jaringan Indonesia, Yayasan Indera Hati, Jakarta, 2006

- RMA. Harymawan, *Dramaturgi*, PT. Remaja Rosda Karya, Bandung, 1993.
- Robert Coles, *Menumbuhkan Kecerdasan Moral Pada Anak*, Jakarta, Penerbit PT. Gramedia Pustaka Utama, 2003
- 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
- Shinta Rahmawati, ed., *Mencetak Anak Cerdas & Kreatif*, Penerbit Buku Kompas, Jakarta, 2001
- Shomit Miller, *Stanislavski, Brecht, Grotowski, Brook: Sistem Pelatihan Lakon*, terjemahan Yudiaryani, MSPI dan Arti, Yogyakarta, 2002
- Steve Biddulph, *The Secret of Happy Children Membesarkan Anak Agar Bahagia Melalui Komunikasi yang Harmonis*, Penerbit PT. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta, 2004
- Prof. Drs. Sutrisno Hadi. M.A., *Metodologi Research Jilid 2*, Penerbit Andi, Yogyakarta, 2004
- William B. Davis, Ph.D., Kate E. Gfeller, Ph.D., Michael H. Thaut., Ph.D., *An Introduction to Music Therapy Theory and Practice*, McGraw-Hill, New York, 1999.
- Winarno Surakhmad, *Penelitian-Penelitian Ilmiah, Dasar Metode Teknik*, Tarsito, Bandung, 1990
- Yustinus Semiun, OFM., *Teori Kepribadian & Terapi Psikoanalitik Freud*, Penerbit Kanisius, Yogyakarta, 2006

Sumber Lain:

- Dian Anggrainny, *Mengenal dan Memahami Ragam Emosi Balita*, makalah dalam seminar Tumbuh Kembang Anak di Bontang 16 September 2006, tidak diterbitkan

- I.L. Gamayanti, *Stress, Coping, and Adaptational Outcome In Children Patients Acute Lymphoblastic Leukemia*, Desertasi Doktorat, Fakultas Pasca Sarjana Universitas Gajah Mada Yogyakarta, tidak diterbitkan, 2006
- I.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
- I.L. Gamayanti, *Pendampingan Terhadap Anak Setelah Kejadian Gempa*, Makalah, 2006, tidak diterbitkan.
- I.L. Gamayanti *Pendampingan Terhadap Anak Setelah Kejadian Gempa*, Makalah, tidak diterbitkan
- I.L. Gamayanti, *Mengenal Emosi Anak*, makalah pelatihan terhadap guru di lokasi bencana, Aceh, tidak diterbitkan
- Nur Iswantara, *Apresiasi Seni Sebagai Terapi Psikologi Bagi Penderita Kanker Anak*, Laporan Penelitian kepada Lembaga Penelitian Institut Seni Indonesia Yogyakarta, 2005
- Data SATKORLAK Penanganan Bencana Propinsi DIY s/d tanggal 3 Juni 2006
- Data Posko Pertamina Peduli, SPSI UP IV Patra Wijayakusuma Cilacap di Dusun Bakulan Tlirenggo Bantul DIY.
- <http://www.spinelessbooks.com/theatertherapy/burkhardt.html>

Responden:

1. Cintia Vindi Cahyani (12 tahun)
2. Putri Wijaya (12 tahun)
3. Domas Indri P. (12 tahun)
4. Utami Anggraeni (12 tahun)
5. Aris Nuryanti (10 tahun)
6. Ida Pujiastuti (8 tahun)
7. Etri Kandari (11 Tahun)
8. Krisbiana (11 tahun)
9. Herdi (10 tahun)
10. Nurcahyo (11 tahun)
11. Hapi Nurochmah (7 tahun)
12. Fadila Damayanti (7 tahun)

13. Anisa Ndaru Putranti (7 tahun)
14. Aprilia Dwi Larasati (6 tahun)
15. Wisadang (9 tahun)
16. Yogi Dwi Cahyo (12 tahun)
17. Bayu Setyo Nugroho (7 tahun)
18. Sri D. (9 tahun)
19. Taufik Suntoro (10 tahun)
20. Wisnu Wasono (10 tahun)
21. Ibu Sumiati (29 tahun), warga RT 05 Bakulan kidul
22. Bpk. Ponijo (32 tahun), Warga RT 05 Bakulan kidul
23. Bpk. Agus (30 tahun), Warga RT 04 Bakulan kidul
24. Ibu Rubiati (27 tahun), Warga RT 04 Bakulan kidul
25. Mbah Mujiharjo (52 tahun), Warga RT 04 Bakulan kidul
26. Bpk. Katiman (50 tahun), Warga RT 03 Bakulan kidul
27. Ibu Anisa (26 tahun), Warga RT 03 Bakulan kidul
28. Pak Yarjo (50 tahun), Tokoh Masyarakat Bakulan.
29. Pak Bedjo (49 tahun), tokoh masyarakat Bakulan,

