

BAB IV

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Proses pemeranan tokoh Sabi dalam naskah *Emesis* karya Heneliis Notton menjadi pengalaman artistik sekaligus pengalaman personal yang memengaruhi cara penulis memandang tubuh, trauma, dan manusia. Dalam proses ini, penulis tidak hanya mempelajari aspek teknis pemeranan, tetapi juga memahami bahwa pengalaman manusia sering kali tersimpan dalam tubuh dan hadir melalui hal-hal yang tampak sederhana dalam keseharian. Tokoh Sabi menghadirkan sosok yang rapuh, terasing, dan penuh kontradiksi. Ia ingin dipahami, tetapi kesulitan menjelaskan dirinya sendiri. Ia ingin keluar dari pengalaman masa lalu yang menyakitkan, tetapi tubuh dan ingatannya terus membawanya kembali pada peristiwa yang tidak pernah benar-benar selesai. Melalui tokoh tersebut, penulis menyadari bahwa luka tidak selalu hadir dalam bentuk yang kasatmata, tetapi dapat hidup secara diam-diam dan memengaruhi cara seseorang memandang dirinya sendiri maupun orang lain.

Dalam proses penciptaannya, teknik *magic if* dan *emotional memory* menjadi perangkat utama yang membantu penulis membangun kehidupan batin tokoh Sabi. Melalui *magic if*, penulis berusaha memasuki dunia subjektif karakter dengan membayangkan berbagai kemungkinan yang membentuk pengalaman hidupnya, seperti kehilangan rasa aman, kesepian, serta kebutuhan untuk diterima dan dicintai. Sementara itu, *emotional memory* membantu penulis membangun kualitas emosi yang diperlukan untuk menghadirkan respons psikologis tokoh secara lebih organik dan berkesinambungan. Kedua teknik tersebut memungkinkan penulis tidak hanya memahami karakter secara intelektual, tetapi juga membangun hubungan emosional yang lebih mendalam sehingga tindakan, dialog, dan respons tubuh yang muncul memiliki dasar psikologis yang jelas.

Proses penciptaan *Emesis* juga memberikan pengalaman yang berbeda karena tokoh Sabi dihadirkan melalui dua medium sekaligus, yaitu teater dan film. Kehadiran medium film tidak diperlakukan sebagai elemen ilustratif semata, melainkan sebagai bagian dari proses keaktoran itu sendiri. Fragmen-fragmen film yang merekam ruang batin, ingatan, dan pengalaman subjektif Sabi menjadi perpanjangan dari tubuh aktor yang hadir secara langsung di atas panggung. Kondisi tersebut menuntut penulis untuk menjaga kesinambungan kehidupan psikologis tokoh dalam dua bahasa representasi yang berbeda. Jika medium teater menuntut kontinuitas tubuh, ritme permainan, dan hubungan langsung dengan penonton, medium film menuntut kepekaan terhadap detail ekspresi, intensitas tatapan, dan kemampuan mempertahankan kondisi emosional dalam proses pengambilan gambar yang bersifat fragmentaris. Pengalaman bekerja melalui dua medium tersebut memperluas pemahaman penulis mengenai proses keaktoran, bahwa penciptaan karakter tidak hanya berlangsung melalui tubuh yang hadir di atas panggung, tetapi juga melalui tubuh yang direkam dan dihadirkan kembali melalui bahasa visual.

Selain itu, proses penciptaan *Emesis* membuat penulis semakin sadar terhadap realitas sosial generasi muda saat ini yang hidup di tengah relasi keluarga yang rapuh, kesepian, tekanan psikologis, serta lingkungan yang tidak selalu memberikan rasa aman. Tokoh Sabi menjadi representasi dari kegelisahan seseorang yang hidup di tengah keramaian tetapi tetap merasa sendiri. Pada akhirnya, proses pemeranan ini memberikan pemahaman bahwa seni pertunjukan bukan hanya ruang representasi, melainkan ruang refleksi untuk menghadirkan pengalaman manusia secara lebih jujur dan empatik. Bagi penulis, *Emesis* bukan sekadar pengalaman memainkan karakter, melainkan perjalanan untuk memahami bagaimana tubuh menyimpan ingatan, bagaimana pengalaman masa lalu terus bekerja dalam keseharian, serta bagaimana seni dapat menjadi ruang untuk menghadirkan pengalaman-pengalaman manusia yang selama ini tersembunyi dalam diam.

B. Saran

Melalui proses penciptaan dan pemeranan tokoh Sabi dalam naskah *Emesis* karya Heneliis Notton, pengkarya menyadari bahwa proses kreatif dalam seni pertunjukan tidak hanya membutuhkan kemampuan teknis, tetapi juga kesiapan emosional, kedisiplinan tubuh, dan keberanian untuk memasuki pengalaman-pengalaman manusia yang kompleks. Oleh karena itu, terdapat beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi bahan refleksi maupun pengembangan bagi pembaca, khususnya mahasiswa seni pertunjukan, aktor, sutradara, maupun pengkarya teater lainnya.

proses pemeranan tidak seharusnya berhenti pada usaha menghafal dialog atau membangun ekspresi emosional secara permukaan. Pemeranan membutuhkan proses riset, observasi, latihan tubuh, serta pemahaman psikologis yang mendalam terhadap karakter. Dalam memerankan tokoh yang memiliki pengalaman trauma seperti Sabi, aktor perlu membangun empati dan sensitivitas agar karakter tidak jatuh menjadi sekadar representasi emosional yang berlebihan. Aktor juga perlu memahami batas antara pengalaman personal dan pengalaman tokoh agar proses kreatif tetap berjalan secara sehat dan sadar.

Selain itu, penggunaan metode seperti *magic if* dan *emotional memory* perlu dilakukan dengan penuh kehati-hatian. Metode tersebut memang mampu membantu aktor membangun kedekatan emosional dengan tokoh, namun apabila tidak dilakukan dengan kontrol dan kesadaran diri yang baik, proses tersebut dapat memengaruhi kondisi psikologis aktor. Oleh karena itu, penting bagi aktor untuk memiliki ruang refleksi, komunikasi yang sehat dengan tim artistik, serta kemampuan untuk keluar kembali dari kondisi emosional karakter setelah proses latihan maupun pertunjukan selesai.

Selain itu, penggabungan medium teater dan film dalam *Emesis* menunjukkan bahwa pertunjukan teater memiliki kemungkinan bentuk yang sangat luas. Penulis berharap pembaca tidak membatasi diri pada bentuk-bentuk pertunjukan konvensional, melainkan terus berani mengeksplorasi medium,

teknologi, dan pendekatan artistik baru selama tetap memiliki relevansi dramaturgis dan konseptual terhadap karya yang dibangun.

Secara lebih luas, skripsi ini juga diharapkan dapat membuka kesadaran bahwa isu kesehatan mental, trauma, kekerasan seksual, dan keterasingan generasi muda merupakan persoalan nyata yang perlu dipahami secara lebih manusiawi. Seni pertunjukan dapat menjadi ruang untuk menghadirkan pengalaman-pengalaman tersebut secara reflektif tanpa harus mengeksploitasi luka menjadi tontonan sensasional.

Pada akhirnya, penulis menyadari bahwa proses kreatif adalah perjalanan yang tidak pernah benar-benar selesai. Setiap latihan, kegagalan, observasi, dan pengalaman emosional akan terus membentuk cara seorang seniman memahami tubuh, ruang, dan manusia. Oleh karena itu, penulis berharap pembaca dapat menjadikan proses penciptaan ini bukan hanya sebagai referensi akademik, tetapi juga sebagai dorongan untuk terus menggali kemungkinan-kemungkinan baru dalam praktik seni pertunjukan yang lebih jujur, reflektif, dan manusiawi.

DAFTAR PUSTAKA

- Brown, A. (2019). *The power of theater in addressing social issues*. New York, NY: Creative Arts Press.
- Moore, S. (2017). *Acting with the method: A guide to physical actions*. Los Angeles, CA: StageArt.
- Stanislawski, C. (2010). *An actor prepares*. New York, NY: Theatre Arts Books.
- Jean Benedetti. 2008 *Konstantin Stanislavski An' Actor's Work A Student's Diary* Routledge 2 Park Square, Milton Park, Abingdon, Oxon, OX14 4RN
- Bordwell, D., & Thompson, K. (2013). *Film art: An introduction* (10th ed.). McGraw-Hill.
- Egri, L. (1946). *The art of dramatic writing*. Simon & Schuster.
- Berger, P. L., & Luckmann, T. (1966). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. Anchor Books.
- Butler, J. (1990). *Gender trouble: Feminism and the subversion of identity*. Routledge.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Freud, S. (1955). *Beyond the pleasure principle* (J. Strachey, Trans.). Hogarth Press.
- van der Kolk, B. A. (2014). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. Viking.
- Howard, P. (2019). *What is scenography?* (3rd ed.). Routledge.
- Brown, B. (2016). *Cinematography: Theory and practice* (3rd ed.). Routledge.
- Pavis, P. (2016). *The Routledge dictionary of performance and contemporary theatre*. Routledge.

- Bay-Cheng, S., Parker-Starbuck, J., & Saltz, D. Z. (2021). *Performance and Media: Taxonomies for a Changing Field*. University of Michigan Press.
- Caruth, C. (2016). *Unclaimed Experience: Trauma, Narrative, and History* (20th anniversary ed.). Johns Hopkins University Press.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (2024). *Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (SIMFONI PPA)*.
- Kemp, R. (2019). *Embodied Acting: What Neuroscience Tells Us About Performance*. Routledge.
- UNICEF. (2021). *Preventing Violence Against Children in the Time of COVID-19*.
- World Health Organization. (2022). *Mental Health of Adolescents*. Geneva: World Health Organization.
- Edgar, D. (2015). *How Plays Work*. London: Nick Hern Books.
- Tucker, P. (2015). *Secrets of Screen Acting (Updated Edition)*. New York: Routledge.
- Nurgiyantoro, B. (2015). *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Carnicke, S. M. (2019). *Stanislavsky in Focus: An Acting Master for the Twenty-First Century* (2nd ed.). Routledge.
- Abrams, M. H., & Harpham, G. G. (2015). *A Glossary of Literary Terms* (11th ed.). Boston: Cengage Learning.