

**KORELASI PENGELOLAAN LATIHAN DENGAN KECEMASAN SISWA
PADA EKSTRAKURIKULER TEATER**



PUBLIKASI ILMIAH

PENGAJIAN SENI

Untuk memenuhi persyaratan mencapai derajat Magister
Dalam bidang Seni, Minat Utama Pengkajian Teater

**Dinda Assalia Avero Pramaseilla
1921238412**

**PROGRAM PENCIPTAAN DAN PENGAJIAN
PASCASARJANA INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA
2021**

KORELASI PENGELOLAAN LATIHAN DENGAN KECEMASAN SISWA PADA EKSTRAKURIKULER TEATER

Pertanggungjawaban Tertulis
Magister Pengkajian Seni
Program Pascasarjana ISI Yogyakarta

Oleh: Dinda Assalia Avero Pramasheilla

ABSTRAK

Ekstrakurikuler seyogyanya menjadi sarana siswa dalam mengembangkan potensi yang dimiliki. Pihak sekolah sebagai penyelenggara, memfasilitasi segala kebutuhan siswa mulai dari perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi. Ekstrakurikuler teater sebagai salah satu pilihan, memberikan kesempatan siswa untuk dapat memeragakan peran. SMA N 9 Yogyakarta sebagai salah satu penyelenggara ekstrakurikuler teater. Pada tahun 2019, ditemukan sejumlah siswa yang mengeluhkan kekhawatiran dirinya dalam memahami naskah Opera Primadona. Penelitian ini berupaya menemukan hubungan antara pengelolaan latihan ekstrakurikuler teater dengan kecemasan siswa. Dengan memahami penggunaan model manajemen ekstrakurikuler, mengidentifikasi pengelolaan latihan ekstrakurikuler, dan mengidentifikasi kecemasan siswa ekstrakurikuler teater SMA N 9 Yogyakarta dalam memahami naskah tertentu. Menggunakan teori kecemasan dan manajemen ekstrakurikuler. Metode penelitian ini menggunakan penelitian campuran yakni kualitatif dan kuantitatif agar diperoleh pemahaman yang baik secara integratif, memperkuat dalam mencari konvergensi menuju penggabungan data yang sebenarnya. Melalui kuesioner dan wawancara, ditemukan 12 orang (37,50%) dari 32 responden merasakan kecemasan yang “tinggi”, 6 orang (18,75%) dari 32 responden merasakan kecemasan yang “sangat tinggi”, 9 orang (28,13%) merasakan kecemasan yang “rendah”, dan 5 orang (15,63%) merasakan kecemasan yang “rendah”, dan 5 orang (15,63%) lainnya yang merasakan kecemasan “sangat rendah” sebagai seorang peran saat proses berlatih ekstrakurikuler teater tahun 2019. Kecemasan siswa dalam memahami naskah tertentu disebabkan oleh 2 faktor yakni eksternal dan internal. Faktor eksternal meliputi beban ekspektasi naskah yang akan dibawakan, hafalan naskah, dan pengelolaan latihan. Faktor internal meliputi pengalaman, pengetahuan, dan keterampilan siswa dalam menghafalkan naskah, serta kemampuan mengelola waktunya sendiri. Pada pelaksanaannya, pelatih memahami adanya kecemasan siswa, sehingga pelatih membuat beberapa kebijakan pengelolaan untuk mengatasinya. Meskipun demikian, siswa tetap merasakan cemas. Hal ini sekaligus menambah wacana bahwa pengelolaan latihan yang mengedepankan hasil daripada proses, membuat timbulnya kecemasan siswa. Kecemasan yang timbul dapat dikatakan sebagai gangguan panik, dengan gejala khawatir, gugup, dan takut berbagai kemungkinan yang berorientasi pada pementasan.

Kata kunci: *ekstrakurikuler, pengelolaan latihan, kecemasan, teater*

CORRELATION BETWEEN EXERCISE MANAGEMENT AND STUDENT ANXIETY IN THE THEATER EXTRACURRICULAR

Dinda Assalia Avero Pramasheilla

ABSTRACT

Extracurricular activities should allow students to reach their full potential. From planning to implementation to evaluation, the school serves as the organizer for all student needs. Students who choose to participate in theater as an extracurricular activity will be able to act out roles. SMA N 9 Yogyakarta as one of the organizers of the theater extracurricular. In 2019, it was discovered that a number of students had worries about their ability to comprehend the Opera Primadona script. The goal of this study is to determine if there is a correlation between theatre extracurricular training management and student anxiety. Understanding the usage of extracurricular management models, identifying the management of extracurricular exercises, and identifying the fear of SMA N 9 Yogyakarta theater extracurricular students in understanding specific scripts anxiety theory and extracurricular management are employed. This research approach employs mixed research, which blends qualitative and quantitative research to gain a comprehensive understanding in an integrative manner, reinforcing the search for data integration. Understanding the application of extracurricular management models, identifying the management of extracurricular exercises, and identifying the fear of SMA N 9 Yogyakarta theater extracurricular students in comprehending specific scripts, by using the anxiety theory and extracurricular management. Questionnaires and interviews revealed that 12 people (37,50%) of 32 respondents felt "high" anxiety, 6 people (18,75%) felt "very high" anxiety, 9 people (28,13%) felt "low" anxiety, and 5 other people (15,63%) felt "very low" anxiety during the theater extracurricular practice process in 2019. External and internal factors contributed to students' nervousness in understanding particular scripts. The pressure of meeting expectations for the screenplay to be provided, memorizing the script, and managing the exercise are all external concerns. Students' experience, knowledge, and skills in memorizing texts, as well as their capacity to manage their own time, are all internal factors. In practice, the trainer recognizes the student's worry and implements a number of management policies to alleviate it. Students, on the other hand, continue to be concerned. This contributes to the argument that training management that stresses results over processes causes student anxiety. Anxiety that occurs is classified as panic disorder, with symptoms of worry, uneasiness, and fear of numerous performance-related possibilities.

Keywords: extracurricular management, exercise management, student anxiety, theatre

A. Pendahuluan

1. Latar Belakang

Ekstrakurikuler merupakan salah satu kegiatan sekolah yang dilaksanakan di luar jam belajar kurikulum. Terdapat 2 macam ekstrakurikuler, yakni yang bersifat wajib dan pilihan. Ekstrakurikuler wajib harus diikuti oleh semua siswa, sedangkan ekstrakurikuler pilihan secara bebas dipilih oleh siswa. Biasanya sekolah menawarkan berbagai ekstrakurikuler pilihan dengan tujuan mengembangkan potensi siswa. Berbeda dengan mata pelajaran intrakurikuler, pelaksanaan ekstrakurikuler pilihan mengedepankan pengembangan potensi yang disesuaikan dengan individual.

Memilih ekstrakurikuler pilihan harus mempertimbangkan kesadaran akan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat siswa. Seperti pada bidang seni, salah satu yang ditawarkan adalah ekstrakurikuler teater. Teater sekolah atau yang lebih sering disebut ekstrakurikuler teater sengaja diselenggarakan oleh pihak sekolah. Tujuannya untuk memberikan pengalaman berteater pada siswa. Sekolah mengakomodasi siswa untuk mengembangkan diri melalui kegiatan seni pertunjukan drama (www.kompasiana.com).

Proses pelaksanaan ekstrakurikuler teater di sekolah melibatkan guru pembina atau pelatih dan siswa. Seorang guru pembina atau pelatih biasanya memiliki kewenangan dalam pemilihan materi ajar, model pembelajaran, metode pembelajaran, dan segala yang berkaitan dengan keberlangsungan ekstrakurikuler. Bersama dengan guru pembina, siswa akan difasilitasi untuk belajar mengeksplorasi dan mengaktualisasikan potensi yang dimiliki. Hasil dari pelaksanaan ekstrakurikuler kemudian dilaporkan kepada pihak sekolah sebagai bahan evaluasi dan pengembangan pada periode selanjutnya.

Hal-hal yang dipelajari dalam ekstrakurikuler ini disesuaikan dengan kaidah-kaidah dalam teater. Dimulai dari aspek terpenting dalam teater, yakni pemahaman atas naskah (lakon), aktor, sutradara, dan penonton. Naskah menjadi informasi yang perlu disampaikan oleh aktor dan sutradara kepada penonton (gelaran.id). Ketiganya saling berkaitan dan mempengaruhi satu sama lain. Aktualisasi naskah ditentukan oleh kerjasama antara sutradara dengan aktor. Tugas sutradara menafsirkan naskah secara keseluruhan sebagai pedoman dan aktor menafsirkan watak tokoh yang akan diperankan.

Dalam prosesnya, aktor harus mengkonstruksi intelektualitas untuk menginterpretasi perwatakan dalam naskah. Tidak ada tuntutan aktor harus memiliki pengalaman terhadap suatu peristiwa seperti yang tertulis

pada naskah. Jika aktor belum memiliki pengalaman terhadap suatu hal, maka ia hanya perlu mengimajinasikan. Tahapan ini cukup menyita waktu, karena aktor harus melibatkan imajinasi, pengetahuan, dan empirisnya.

Menginterpretasikan perwatakan dalam naskah sering menjadi hal yang membuat aktor cukup kewalahan. Tidak semua aktor memiliki kecakapan yang cukup sesuai dengan watak tokoh pada naskah. Maka pemilihan naskah yang disesuaikan dengan kecakapan aktor menjadi penting, agar setiap tahapan latihan dapat dilalui dengan baik (www.ilmuwiki.com). Akan berbeda halnya jika watak yang akan diperankan berbanding terbalik dengan kepribadian, asing bagi siswa, atau bahkan sulit untuk dilakukan pengamatan. Maka dapat menimbulkan kecemasan pada siswa ketika dirinya tidak dapat memahami perwatakan yang harus diperankan. Indikasi kecemasan yang muncul ialah gugup, khawatir melakukan kesalahan, gelisah, hingga susah berkonsentrasi.

Pada dasarnya, kecemasan merupakan prevalensi dalam dunia teater. Naskah akan menjadi masalah jika kecemasan ini berkaitan dengan proses latihan membentuk watak peran. Maka, siswa akan mengalami kesulitan dalam mengaktualisasikan watak tokoh. Umumnya akan muncul kemungkinan bahwa siswa hanya menghafal naskah, bukan mengaktualisasikan naskah. Jika teater bukan sebuah representasi peristiwa maka, teater hanya difungsikan sebagai pertunjukan naskah semata.

Hal yang demikian bisa diantisipasi dengan pertimbangan pemilihan materi ajar dan pengelolaan proses latihan. Karena didominasi oleh pembelajaran praktek maka, kegiatan ekstrakurikuler ini menuntut guru pembina untuk lebih banyak mengeksplorasi kemampuan dan pengalaman siswa. Peran guru pembina maupun pelatih penting dalam mengidentifikasi kemampuan dan pengalaman siswa untuk kemudian mempertimbangkan kebijakan dalam pembelajaran. Kerjasama antar guru pembina dengan siswa sangat diperlukan dalam upaya menyukseskan keberlangsungan ekstrakurikuler. Meski demikian, tidak menutup kemungkinan adanya kendala yang muncul saat pelaksanaan ekstrakurikuler berlangsung.

Berdasarkan fenomena yang terjadi di lapangan, salah satu teater ekstrakurikuler, yakni ekstrakurikuler teater di SMA N 9 Yogyakarta, tidak terlepas dari permasalahan dalam menginterpretasikan peran yang tertulis pada naskah. Awalnya ekstrakurikuler ini hanya dijadikan sebagai sampel karena cukup menunjukkan eksistensinya di kalangan teater sekolah. Bahkan sebagai hasil dari proses pembelajaran, aktivitas

ekstrakurikuler ini rutin menggelar pentas tahunan. Namun demikian saat menyaksikan kegiatan ini secara langsung tampak jelas fenomena kecemasan yang terjadi pada siswa yang bertindak sebagai pemain. Siswa khawatir tidak dapat mengaktualisasikan perwatakan yang ada pada naskah.

Naskah yang digunakan dalam pembelajaran berganti setiap tahunnya. Pemilihan genre naskah didasarkan pada kesepakatan guru pembina dengan siswa, namun hasil akhir ditentukan oleh guru pembina. Pada pelaksanaannya, guru pembina tidak terlibat langsung setiap harinya. Secara fungsional, guru pembina ini lebih sebagai penanggungjawab kegiatan ekstrakurikuler teater untuk kemudian berurusan dengan pihak sekolah. Guru pembina tersebut merupakan tenaga pendidikan tetap di SMA N 9 Yogyakarta. Guru pembina menunjuk 2 pelatih yang memiliki divisi masing-masing yakni, pelatih tim produksi dan melatih pemeranan.

Berdasarkan hasil pemungutan suara pada 2019, terpilih tema realis sebagai materi ajar dari naskah Opera Primadona karya Nano Riantiarno. Naskah ini pernah dipentaskan Teater Koma pada 1988. Mengusung era 1925-1935, naskah ini menceritakan peristiwa, intrik (perilaku tokoh-tokoh yang bersekongkol untuk menjatuhkan tokoh lain) dan skandal di balik layar panggung kelompok opera (teaterkoma.org).

Siswa awam dengan peristiwa, fenomena, ataupun karakteristik kehidupan yang terjadi pada latar waktu dalam naskah. Tuntutan peran mengharuskan siswa dapat mengimajinasikan dan mendapatkan pengetahuan tentang era tersebut. Salah satu cara yang bisa dilakukan seorang aktor dalam keadaan seperti ini adalah membaca literatur atau bertanya kepada orang yang pernah mengalami. Artinya siswa harus menyediakan waktu untuk melakukan ini, tetapi peran siswa bukan hanya sebagai aktor. Ini menimbulkan beragam respons siswa, seperti mengeluhkan pemilihan naskah, gugup dalam memeragakan peran, dan sering absen.

Setiap pertemuan, siswa harus mengerjakan suatu adegan atau mengaktualisasikan dialog yang menjadi bagiannya. Meski dibantu oleh pelatih, siswa mengalami kecemasan yang dampaknya menjadi kesulitan dalam mendalami peran, seperti mengimajinasikan dan menghadirkan sosok tokoh dalam naskah. Jauh dari mengaktualisasikan, untuk memahami watak yang akan dibawakan saja mereka sudah cukup kewalahan. Inilah yang membuat pelatih kerap memberi contoh hingga terkadang proses eksplorasi siswa menjadi kurang berhasil. Terlepas dengan pro dan kontra yang ada dalam ektrakurikuler teater,

perkembangan tersebut telah menggambarkan fenomena yang dan menghadirkan gerakan praktisi-peneliti tingkat pascasarjana.

2. Pertanyaan Penelitian

1. Apakah model manajemen yang digunakan dalam ekstrakurikuler teater SMA N 9 Yogyakarta cukup tepat?
2. Bagaimana pengelolaan latihan dalam ekstrakurikuler teater SMA N 9 Yogyakarta?
3. Mengapa siswa ekstrakurikuler teater SMA N 9 Yogyakarta mengalami kecemasan dalam memahami naskah tertentu?

B. Landasan Teori

Merujuk pada topik permasalahan penelitian ini, penulis memerlukan teori untuk dapat menunjukkan ide yang mendukung dan menjawab pertanyaan penelitian. Teori juga berguna sebagai sarana memahami fenomena yang sedang diungkapkan dalam penelitian. Pemakaian teori untuk dapat menjelaskan fenomena hubungan antara pengelolaan pembelajaran dengan kecemasan siswa ekstrakurikuler teater. Adapun teori yang berkaitan dengan topik tersebut ialah kecemasan, dan manajemen ekstrakurikuler.

Kecemasan diartikan dalam beragam tahapan yang disesuaikan dengan kondisi individual. Merupakan bawaan dari sifat manusia yang dihasilkan atas dasar respons terhadap sesuatu yang dianggap berbahaya dan merugikan diri (Perotta. 2019). Serupa dengan Perotta, Sarason (1977) mengatakan bahwa kecemasan merupakan respons terhadap ketidakmampuan seseorang dalam melakukan sesuatu. Misal saja pada situasi yang dianggap sulit, merasa dirinya tidak cukup mampu menyelesaikan tugas, hingga terlalu sering mencela diri sendiri.

Kecemasan dapat disebabkan oleh 3 hal, yakni faktor biologi, psikologi, dan sosial. Faktor biologi merujuk pada genetika, faktor nutrisi, ketidakseimbangan neurotransmitter, dan penyakit. Berkaitan dengan faktor psikologis yakni karakteristik kepribadian, harga diri yang rendah, krisis perkembangan, konflik antar/intra dengan pribadi, emosi negatif, dan persepsi faktor situasional. Faktor yang terakhir yakni pengalaman hidup yang merugikan, kurangnya dukungan sosial, konflik norma sosial, stres kerja, dan kurangnya keterampilan sosial (Shri. 2010).

Dalam literatur yang sama, Shri (2010) menyebutkan bahwa gejala kecemasan umumnya memiliki dua komponen, yakni fisik dan emosional yang nantinya mempengaruhi proses kognitif individu. Gejala yang timbul dari komponen fisik ialah gugup, khawatir, takut, mudah tersinggung, merasa tidak aman, dan keinginan untuk melarikan diri. Sementara dari komponen emosional ialah sakit kepala, mual, muntah, berkeringat, gemetar, lemas, dan peningkatan tekanan darah atau detak jantung. Gejala ini merusak kognitif

seseorang yang meliputi kemampuan berpikir, membuat keputusan, pembelajaran, memori, dan konsentrasi.

Kecemasan yang diderita setiap individu memiliki penyebab dan gejala berbeda. Perbedaan ini merujuk pada tipe-tipe kecemasan. Menurut Foa, E. B., & Andrews, L. W, terdapat tujuh tipe kecemasan, yakni kecemasan sosial, kecemasan umum, kecemasan kompulsif, kecemasan pasca trauma, kecemasan perpisahan, gangguan panik, dan fobia spesifik perbedaan (2006). Namun biasanya seseorang akan didiagnosa mengidap gangguan kecemasan setelah menunjukkan gejala dalam kurun waktu 6 bulan (Masi et al. 2004).

Definisi, ciri-ciri, dan penyebab kecemasan yang dipaparkan di atas, membantu peneliti dalam mengidentifikasi dan menjelaskan kecemasan yang dialami siswa ekstrakurikuler SMA N 9 Yogyakarta. Memahami dan mengidentifikasi kebenaran gejala yang ditunjukkan oleh siswa merujuk pada kecemasan. Teori yang telah dipaparkan, juga menjadi pedoman peneliti dalam membuat butir pernyataan kuesioner yang akan diisi oleh siswa.

Dalam pembelajaran ekstrakurikuler teater ini, siswa sering mengeluhkan pemilihan naskah yang akan dimainkan. Tidak jarang mereka justru kurang bersemangat atau malah tidak datang saat pembelajaran ekstrakurikuler berlangsung. Namun, hal ini belum dapat membuktikan bahwa kecemasan siswa disebabkan oleh naskah dan juga menyebabkan kesulitan dalam proses pembelajaran. Perlu adanya penelusuran lebih mendalam perihal proses pembelajaran dari berbagai faktor internal maupun eksternal. Faktor tersebut dapat melingkupi dari model manajemen latihan dan proses latihan dalam ekstrakurikuler teater.

Untuk mengidentifikasi asumsi dari faktor tersebut, maka diawali dari model manajemen latihan yang digunakan dalam ekstrakurikuler teater pada SMA Negeri 9 Yogyakarta. Lebih spesifik lagi, manajemen kesiswaan. Manajemen kesiswaan yaitu penataan dan pengaturan terhadap aktivitas yang berkaitan dengan siswa. Manajemen kesiswaan meliputi aspek operasional untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan siswa di sekolah (Akbar. 2019). Dalam manajemen kesiswaan, terdapat manajemen ekstrakurikuler.

Manajemen yang digunakan dalam ekstrakurikuler sekolah disebut juga dengan manajemen ekstrakurikuler. Mulyono menjelaskan bahwa manajemen ekstrakurikuler merupakan keseluruhan proses yang direncanakan dan diupayakan secara terorganisasi tentang kegiatan sekolah, baik dilakukan di luar kelas maupun jam pelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan potensi sumber daya manusia milik siswa. Potensi tersebut dapat berkaitan dengan ilmu pengetahuan yang telah didapatkan siswa dari pelajaran sebelumnya maupun membimbing siswa dalam mengasah bakatnya melalui kegiatan yang wajib ataupun pilihan (Zakiah&Munawaroh. 2018).

Adapun faktor-faktor yang terdapat dalam manajemen ekstrakurikuler yaitu tersedianya fasilitas, tersedianya biaya, dan penjadwalan yang tepat (Ubaidah. 2014). Faktor pertama mengenai fasilitas, fasilitas yang dimaksud yaitu mengenai sarana dan prasarana. Sarana dan fasilitas sekolah merupakan komponen penting yang mempengaruhi dan mendukung aktivitas secara langsung proses pembelajaran di sekolah (Mukhtar&Iskandar. 2013). Faktor kedua yaitu biaya, pembiayaan ini dapat mempengaruhi kelangsungan suatu ekstrakurikuler. Alokasi pembiayaan harus disusun berdasarkan skala prioritas suatu kegiatan ekstrakurikuler (Ubaidah. 2014). Faktor terakhir mengenai penjadwalan. Penjadwalan dapat mempengaruhi kegiatan yang ada pada penyelenggaraan ekstrakurikuler, dimana penjadwalan merupakan salah satu kegiatan administrasi di sekolah. Penjadwalan berisi program belajar, praktek, program lapangan agar terselenggara secara tertib sesuai dengan peraturan yang berlaku dan memanfaatkan seluruh sumber daya yang tersedia dengan segala keterbatasannya (Surybroto. 2009).

Selain itu, terdapat fungsi manajemen ekstrakurikuler yang dapat diterapkan dari manajemen secara umum, dari yang paling sederhana yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi (Zakiyah&Munawaroh. 2018). Dari fungsi manajemen tersebut, dalam salah satu fungsi terdapat pengelolaan latihan. Pengelolaan latihan dapat dikatakan sebagai proses latihan yang termasuk ke dalam fungsi pelaksanaan manajemen ekstrakurikuler. Adanya identifikasi mengenai pengelolaan tersebut, dapat membantu guru, pelatih, dan seluruh warga di lingkungan akademis sekolah dalam menyusun dan merancang program kerja, program latihan, dan kebijakan lain yang berkaitan dengan penyelenggaraan kegiatan ekstrakurikuler teater sesuai tujuan yang diharapkan (Nurchahyo. 2013). Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler memerlukan keterlibatan dari berbagai pihak. Pengembangan ekstrakurikuler bertujuan untuk memberi arahan dan pembinaan supaya kegiatan tersebut tidak mengganggu kegiatan akademis di dalam jam belajar. Arahan dan pembinaan tersebut diberikan oleh pembina ekstrakurikuler (Ubaidah. 2014).

Benang merahnya, muncul indikator sebagai berikut. Pertama, mengenai perencanaan kegiatan ekstrakurikuler, di mana guru maupun pelatih sebelum membina kegiatan tersebut merencanakan rancangan dan pedoman yang jelas dalam melatih kegiatan ekstrakurikuler. Kedua, pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler. Pelaksanaan ini melingkupi proses latihan ekstrakurikuler. Ketiga, mengenai evaluasi kegiatan ekstrakurikuler, dimana apabila suatu program selesai perlu diadakan evaluasi sebagai tindak lanjut, meninjau program tersebut cukup untuk dipertahankan atau tidak (Ubaidah. 2014). Dengan demikian, antara model manajemen latihan dan pengelolaan latihan dalam ekstrakurikuler teater memiliki keterkaitan. Sintesis dari keduanya

menghasilkan perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan ekstrakurikuler yang dalam kegiatan pelaksanaan terdapat proses latihan ekstrakurikuler teater.

C. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian campuran yakni kualitatif dan kuantitatif agar diperoleh pemahaman yang baik secara integratif, memperkuat dalam mencari konvergensi menuju penggabungan data yang sebenarnya. Pemilihan metode campuran didasarkan pada kebutuhan penelitian yaitu pada subjektivitas siswa yang digeneralisasikan dalam menunjukkan korelasi antara kecemasan dengan proses pembelajaran. Hasil ini didapatkan dengan menggunakan kuantitatif, sementara akan dilengkapi informasi mendalam untuk secara bisa didapatkan dengan kualitatif.

Strategi yang dipilih ialah metode campuran bertahap, dengan menyebar kuesioner terlebih dahulu sebelum melakukan wawancara. Melalui survei untuk mengumpulkan respons kecemasan siswa. Kemudian kualitatif untuk mengidentifikasi dan memperkuat makna kecemasan dalam proses latihan ekstrakurikuler.

1. Jenis Data

Penelitian ini menggunakan dua jenis data, yakni data primer dan data sekunder. Data primer didapat dari hasil survei terhadap 34 siswa yang menjadi aktor, digunakan dalam menjawab kecemasan siswa. Untuk melakukan pengumpulan data dari sudut pandang lain, dilakukan wawancara dengan 1 pelatih dan 2 siswa yang terlibat menjadi aktor dalam kegiatan ekstrakurikuler teater SMA N 9 Yogyakarta. Hasil wawancara bersama dengan pelatih dan siswa menjadi data utama dalam menjawab kebijakan pengelolaan latihan dan hal yang berkaitan dengan proses pembelajaran.

Data sekunder, diperoleh dari sumber-sumber pustaka, seperti jurnal, buku, maupun literatur lain yang relevan dengan topik penelitian. Gunanya adalah untuk mengkonsepsikan kerangka berpikir dalam menganalisa data yang telah didapatkan. Memastikan bahwa analisis sesuai dengan kerangka teoritis yang sesuai.

2. Teknik Pengumpulan Data

Adanya kebijakan melaksanakan pembelajaran sekolah secara daring (dalam jaringan) selama pandemi Covid-19, berimbas pada penelitian ini. Seluruh siswa belajar dari rumah, sehingga peneliti tidak bisa melakukan tatap muka secara langsung dengan para siswa saat melakukan pengumpulan data. Oleh karenanya, pengumpulan data siswa berdasarkan survei dilakukan melalui laman *google form*. Dibantu pelatih, sebanyak 34 siswa yang mengikuti teater diminta untuk mengisi

kuesioner. Informasi pengisian kuesioner dilakukan secara daring, menggunakan aplikasi pengiriman pesan. Gunanya ialah untuk mendeskripsikan kecenderungan, perilaku, atau opini dari siswa ekstrakurikuler teater SMA N 9 Yogyakarta. Hasil dari survei digunakan untuk menggeneralisasi populasi, sehingga dapat dijadikan sebagai kesimpulan atau dugaan tentang kecemasan siswa dalam proses latihan teater.

Kedua, wawancara dilakukan dengan 1 pelatih dan 2 siswa dalam waktu yang berbeda. Sebagai teknik tambahan, wawancara ini digunakan untuk memberikan bantuan interpretatif pendekatan kritis dan detail terhadap temuan survei. Wawancara dilakukan menggunakan aplikasi telepon. Diajukan pertanyaan seputar interpretasi pelatih terhadap respons siswa saat memerankan tokoh dalam naskah, pertimbangan pemilihan naskah, dan manajemen pengelolaan latihan ekstrakurikuler. Siswa diwawancarai dengan pertanyaan seputar proses latihan, kecemasan dan hal yang mempengaruhinya, sistem latihan, serta kenyamanan siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler.

Ketiga, studi pustaka yang dilakukan dalam rangka mengkonsepsikan kerangka teoritis. Pemilihan literatur disesuaikan dengan relevansi pada topik penelitian. Dilakukan sebelum penelitian, saat menganalisis hasil, dan penarikan kesimpulan.

3. Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini, terdapat 2 kategori subjek, yakni siswa yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler teater di SMA N 9 Yogyakarta pada tahun 2019, dan pelatih. Penting untuk mengetahui subjektivitas siswa atas dirinya sendiri. Membantu peneliti untuk menunjukkan persentase kecemasan dalam proses latihan ekstrakurikuler. Berbagai kemungkinan dari timbulnya kecemasan siswa baru bisa diketahui dengan menanyai siswa. Serta menjawab pertanyaan dari bentuk kecemasan yang timbul.

Peran pelatih cukup penting dalam sebuah ekstrakurikuler teater. Pengalamannya dalam kegiatan teater membuat pelatih mampu memberikan saran maupun mengarahkan siswa untuk lebih baik dalam bermain peran. Pelatih tahu betul keadaan fisik, emosional siswa, dan situasi lingkungan saat proses. Maka, pelatih menjadi salah satu orang yang dapat memberikan gambaran secara rinci dari keadaan para siswa.

4. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ini tidak ditentukan, mengingat teknik pengumpulan data yang dilakukan secara daring (dalam jaringan). Siswa, dan pelatih ikut serta dalam penelitian ini di rumah masing-masing atau di beberapa

tempat yang mereka kehendaki. Dilakukan kunjungan ke SMA N 9 Yogyakarta yang terletak di Jl. Sagan No. 1 Terban, Gondokusuman, Yogyakarta. Kunjungan dilakukan dengan maksud meminta izin penelitian. Waktu yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah 3 bulan, terhitung sejak pembuatan kuesioner, perizinan, dan dilakukannya survei maupun wawancara. Dalam mengisi kuesioner, siswa diberikan waktu selama 2 minggu atau 14 hari kerja. *Google form* ditutup pada hari terakhir pukul 23.59 WIB. Waawancara dilakukan setelah siswa mengisi kuesioner. Berikut ini adalah tabel waktu untuk setiap narasumber.

5. Teknik Analisis Data

a. Kuantitatif

- 1) Melakukan perhitungan dengan tabulasi data yang dibantu SPSS 20 *for Windows* atau Ms. Excel.
- 2) Menranskripsikan hasil survei ke dalam bentuk kategori (Mardapi, 2013) sebagai berikut.

Tabel 1. Kategorisasi Sikap atau Minat Siswa

Skor Siswa	Kategori Sikap atau Minat
$X \geq \bar{X} + 1.SBx$	Sangat positif/sangat tinggi
$\bar{X} + 1.SBx > X \geq \bar{X}$	Positif/tinggi
$\bar{X} > X \geq \bar{X} - 1.SBx$	Negatif/rendah
$X < \bar{X} - 1.SBx$	Sangat negatif/sangat rendah

Keterangan:

X adalah nilai yang dicapai oleh siswa

Sbx adalah simpangan baku nilai keseluruhan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler teater

\bar{X} adalah rerata nilai keseluruhan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler teater

- 3) Merangkum hasil survei.
 - 4) Menentukan kecenderungan dalam hasil yang didapat.
- ### b. Kualitatif
- a) Data yang telah dirangkum kemudian diberi kode.
 - b) Dilakukan pengkodean tahap kedua dengan membaca dan menganalisis ulang setiap kode
 - c) Tahapan selanjutnya ialah mengelompokkan tema ke dalam kode yang lebih umum dengan kerangka konseptual tertentu.
 - d) Pada tahapan terakhir adalah mendeskripsikan dan menarasikan hubungan antara tema dengan kerangka teoritis yang relevan.

D. Hasil, Analisis, dan Pembahasan

1. Hasil

Upaya mengetahui kecemasan siswa dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada siswa yang memiliki kriteria terlibat sebagai aktor dalam proses latihan ekstrakurikuler teater SMA N 9 Yogyakarta pada 2019 lalu dengan naskah Opera Primadona. Dari 34 siswa yang terdaftar menjadi aktor, hanya 32 siswa yang mengisi kuesioner ini. Dikarenakan sudah lulus dan sulit untuk dihubungi. Berikut ini karakteristik dari responden.

Tabel 2. Jumlah Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Jenis Kelamin	Jumlah (Orang)	Prosentase
1.	Laki-laki	8	25
2.	Perempuan	24	75
	Jumlah		100

Tabel 3. Jumlah Responden Berdasarkan Kelas

No.	Kelas	Jumlah (Orang)	Prosentase
1.	X	15	46.9
2.	XI	15	46.9
3.	XII	2	6.3
	Jumlah		100

Berdasarkan hasil perhitungan, didapati nilai pada setiap siswa dan dihitung intervalnya. Berdasarkan hitungan didapatkan rerata (mean) 42,78 dan standar deviasi 9,076. Interval ini berpengaruh terhadap sebaran kategori dan frekuensi kecemasan siswa. Berikut ini adalah persentase hasilnya:

Tabel 3. Presentase Hasil

Kategori	Interval	Frekuensi (orang)	Persentase
Sangat Tinggi	$X > 51,86$	6	18,75%
Tinggi	$51,86 > X > 42,78$	12	37,50%
Rendah	$42,78 > X > 33,71$	9	28,13%
Sangat Rendah	$X < 33,71$	5	15,63%
Total		32	100%

Setelah mendapatkan hasil dari kuesioner dan upaya mendapatkan penjelasan hasil secara lebih dalam, maka dilakukan wawancara bersama dengan 1 pelatih dan 2 siswa. Berdasarkan wawancara ini, didapati beberapa temuan, yakni:

a. Perencanaan Ekstrakurikuler

Ekstrakurikuler dimulai dengan perencanaan yang dilakukan oleh guru pembina, pelatih, dan pihak sekolah melalui rapat. Dihadiri oleh seluruh pelatih dan pembina ekstrakurikuler yang ada di SMA N 9

Yogyakarta. Agendanya yakni membahas jumlah siswa yang akan mengikuti ekstrakurikuler dan kebutuhan selama pelaksanaannya. Dalam rapat tersebut, tidak menekankan dan mengharuskan pelatih untuk menggunakan metode, media, atau materi pembelajaran tertentu. Dengan pendampingan dari guru pembina, pelatih diberi kewenangan untuk memilih dan melaksanakan pengelolaan ekstrakurikuler. Adapun hal-hal yang berkaitan dengan jadwal, fasilitas, dan kebutuhan selama pelaksanaan, sepenuhnya diatur oleh sekolah.

b. Pelaksanaan Ekstrakurikuler

Memasuki masa pelaksanaan ekstrakurikuler, guru pembina dan pelatih berdiskusi untuk memilih naskah. Ada peran orang lain yang terlibat dalam pertimbangan pemilihan naskah ini. Beliau adalah kerabat dari guru pembina, yang selalu dimintai berbagai pertimbangan terkait pelaksanaan ekstrakurikuler teater.

Referensi naskah yang diberikan untuk kemudian dipilih oleh pihak sekolah ini, sering bergantung pada kerabat guru pembina. Kerabat guru pembina memberikan beberapa pilihan, kemudian guru pembina mendengarkan secara singkat cerita dari naskah yang akan dibawakan. Jika dirasa sesuai oleh guru pembina, itulah naskah yang akan dijadikan sebagai materi pembelajaran. Proses ini ditempuh dalam menentukan materi pembelajaran tahun 2019 yakni naskah Opera Primadona karya Nano Riantiarno.

Tahapan awal pelaksanaan ekstrakurikuler dimulai dengan persiapan. Setelahnya diadakan pertemuan pertama ekstrakurikuler teater dengan agenda perkenalan. Saat perkenalan, siswa ditanyai perihal alasannya memilih ekstrakurikuler teater. Latihan terus berlanjut pada minggu berikutnya bersamaan dengan pembagian tugas. Cara yang dilakukan ialah meminta siswa untuk mengikuti *casting*. Tidak semua siswa akan berperan sebagai aktor, karena adanya keterbatasan waktu, tempat, dan pelatih. Siswa yang dirasa tidak cukup kompeten menjadi aktor, diarahkan menjadi tim produksi. Tidak jarang justru beberapa siswa memilih menjadi tim produksi sejak awal.

Siswa yang terpilih menjadi aktor diberi waktu untuk mempelajari naskah dan diminta mempersiapkan diri mengikuti pemilihan peran. Pelatih memberikan instruksi pada siswa untuk mempelajari dan mengikuti *casting* peran sesuai dengan yang mereka suka. Proses ini melibatkan pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman siswa untuk dapat mengeksplorasi kemungkinan yang dapat menstimulus perannya.

Pada tahap penentuan, tidak semua siswa mendapatkan peran sesuai yang mereka senangi saja. Siswa diberi pemahaman bahwa ada

pertimbangan-pertimbangan dalam pemilihan peran. Beberapa diantaranya disesuaikan dengan karakter, warna suara, dan dimensi fisiologis penokohan. Pelatih memberikan pilihan kepada beberapa siswa untuk memainkan peran yang telah dipertimbangkan.

Setelah mendapatkan perannya, siswa diajak untuk mendalami peran dengan cara membaca naskah bersama maupun berkelompok sesuai adegan. Membaca naskah atau yang sering disebut dengan *reading* ini membutuhkan waktu sekitar 4 kali pertemuan. Saat pelatih merasa cukup, agenda selanjutnya adalah memperagakan di depan teman-teman yang lain. Memperagakan peran ini membutuhkan waktu cukup lama sekitar 8-12 kali pertemuan, karena siswa harus dapat menghafal naskah dan *blocking*. Peran pelatih dalam proses ini cukup penting, karena banyak siswa yang belum hafal dan belum paham. Pelatih menggunakan metode imitasi untuk menyampaikannya.

Terutama pada tingkat X, siswa baru yang belum pernah ikut serta dalam proses latihan ekstrakurikuler teater. Siswa baru perlu menyesuaikan diri dengan proses latihan. Temuan pada penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman pertama berpengaruh pada fokus siswa.

Manajemen waktu siswa ini berpengaruh terhadap proses penerimaan materi. Saat kegiatan lain yang dirasa lebih prioritas daripada ekstrakurikuler, siswa izin tidak mengikuti latihan. Menyebabkan siswa terlambat, tidak bisa menerima materi secara langsung dari pelatih, dan harus mengejar materi.

Telah dijelaskan sebelumnya, naskah ini populer dengan Teater Koma. Sebuah grup teater yang telah memiliki eksistensi dan bergengsi. Sejarah naskah inilah yang menjadi beban ekspektasi bagi siswa. Siswa takut nantinya tidak bisa membawakan naskah dengan baik. Ada kemungkinan bahwa penonton yang akan menyaksikan, pernah menyaksikan Opera Primadona dari teater lain yang lebih profesional.

Strategi pelatih dalam upaya membantu proses latihan siswa ialah melakukan pemotongan adegan dan konflik yang disesuaikan dengan kemampuan siswa. Pelatih menyadari bahwa naskah ini banyak, yakni 40 adegan dalam 117 halaman. Pertimbangan lain ialah penggunaan kosakata yang dirasa cukup asing dalam keseharian siswa dan kesanggupan memvisualisasikan naskah. Pemotongan dilakukan dengan pedoman konflik yang coba disampaikan oleh penulis naskah.

Selama latihan pelatih memosisikan diri sebagai teman, sehingga siswa tidak segan untuk bertanya. Tidak ada kesenjangan yang

terbangun antara pelatih dan siswa. Siswa merasa nyaman dengan cara pelatih memposisikan diri. Pelatih juga mau menerima pendapat dari siswa dan bersama-sama mendiskusikannya.

Strategi lain yang dilakukan oleh pelatih adalah dengan memberikan motivasi siswa. Motivasi ini disampaikan untuk meningkatkan semangat dan mendorong siswa untuk terus berjuang. Bentuk motivasi yang diberikan berupa ucapan, baik yang bersifat meningkatkan kepercayaan diri siswa maupun perihal pentas yang akan sukses terlaksana. Bahkan tidak hanya motivasi yang berisikan kalimat semangat, tetapi juga evaluatif dan membuat siswa berjuang untuk menjadi lebih baik. Motivasi ini dirasa cukup mampu membuat siswa kembali bersemangat.

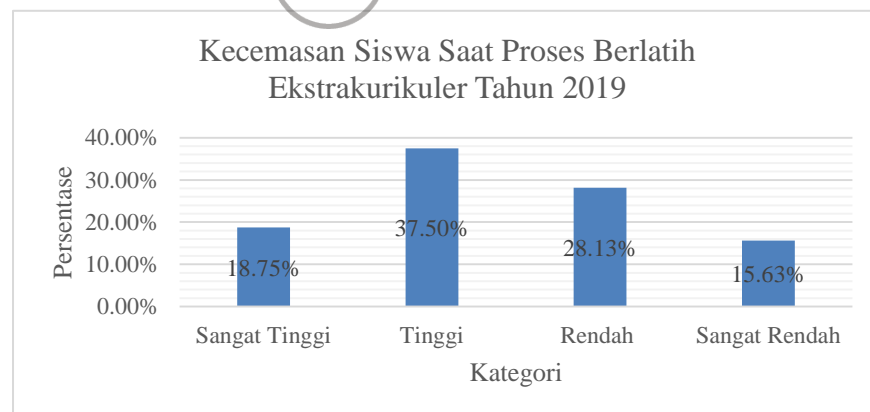
c. Evaluasi

Pada akhir proses latihan, pelatih kerap memberikan hasil evaluasinya. Harapannya ialah siswa bisa mengetahui kekurangan dan yang harus dipertahankan dalam perannya. Evaluasi tidak sekedar dilakukan dari sudut pandang pelatih, tetapi siswa juga dapat melakukannya sendiri setelah melihat rekaman video. Artinya, siswa memposisikan dirinya sebagai seorang pengamat. Menyaksikan dan menilai perannya sendiri untuk kemudian disesuaikan dengan ajaran pelatih.

2. Analisis

a. Kuantitatif

Gambar 1. Grafik Kecemasan Siswa



Berdasarkan grafik di atas, dapat diinterpretasikan bahwa sebanyak 12 orang (37,50%) dari 32 responden merasakan kecemasan yang “tinggi” sebagai seorang peran saat proses berlatih ekstrakurikuler teater tahun 2019. Sebanyak 6 orang (18,75%) dari 32 responden merasakan kecemasan yang “sangat tinggi” sebagai seorang peran saat proses berlatih ekstrakurikuler teater tahun 2019. Sebanyak 9 orang

(28,13%) merasakan kecemasan yang “rendah” sebagai seorang peran saat proses berlatih ekstrakurikuler teater tahun 2019. Begitu pula dengan 5 orang (15,63%) lainnya yang merasakan kecemasan “sangat rendah” sebagai seorang peran saat proses berlatih ekstrakurikuler teater tahun 2019.

Hasil menunjukkan bahwa cukup banyak siswa yang mengalami kecemasan selama mengikuti ekstrakurikuler teater. Siswa menyatakan ada rasa khawatir, gugup, dan takut yang terjadi saat diminta untuk memperagakan peran di hadapan teman-temannya, memahami peran, menguasai materi, dan menghafalkan naskah. Tiga hal ini menunjukkan gejala kecemasan yang timbul dari komponen fisik (Shri. 2010). Dalam arti, hanya ditunjukkan dengan perubahan fisik siswa, bukan perubahan emosional.

Munculnya kecemasan ini atas dasar respons siswa terhadap kemampuannya membawakan naskah. Sesuai dengan yang dikatakan Sarason, bahwa timbulnya kecemasan sebagai respons ketidakmampuan seseorang dalam melakukan sesuatu (1977). Gejala yang ditunjukkan siswa berimbas pada kinerja kognitif yang merujuk kemampuan berpikir dan konsentrasi.

b. Kualitatif

Berdasarkan hasil dan temuan, manajemen pelaksanaan ekstrakurikuler teater di SMA N 9 Yogyakarta sama seperti manajemen pada umumnya. Secara sederhana, fungsi manajemen secara umum ialah perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi (Zakiyah & Munawaroh. 2018). Lebih spesifik pada manajemen ekstrakurikuler. Keseluruhan prosesnya dirancang secara terorganisasi dalam wujud kegiatan sekolah. Hadirnya ekstrakurikuler teater sebagai aktivitas yang dirasa dapat membantu meningkatkan potensi siswa.

Dalam pelaksanaannya, penjadwalan yang dilakukan pihak sekolah berupa penentuan hari ekstrakurikuler. Program belajar sepenuhnya dilimpahkan pada pelatih. Melalui guru pembina, peran manajerial sekolah dilaksanakan dengan cara memilih materi ajar dan mengumpulkan laporan harian pelatih. Laporan ini berisi tentang materi yang disampaikan pada setiap pertemuan. Perihal masalah dalam pelaksanaan yang berkaitan dengan pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman siswa, diselesaikan oleh pelatih.

Kewenangan yang diberikan pada pelatih dalam pengelolaan latihan, disadari sebagai bentuk kepercayaan pihak sekolah kepada pelatih. Memberikan kebebasan pada pelatih untuk mengajar dengan kemampuannya. Pelatih menjadi salah satu pihak yang paling

mengetahui dan memahami siswa. Berdasarkan setiap pertemuan, pelatih dapat mengidentifikasi pengalaman, keterampilan, dan pengetahuan siswa. Pengetahuan ini penting bagi pelatih untuk menentukan materi dan cara-cara yang ditempuh dalam menyampaikannya.

Dalam menjawab adanya korelasi antara pengelolaan latihan dengan kecemasan, hasil menunjukkan kecemasan yang meliputi siswa ini tidak bisa dikatakan sebagai gangguan. Meski merasakannya, kecemasan siswa justru merujuk pada tipe kecemasan gangguan panik. Mereka hanya cemas sebagai bagian dari panik terhadap situasi tertentu (Foa, E. B., & Andrews, L. W. 2006). Siswa panik saat akan memperagakan perannya. Selebihnya dalam keseharian, mereka tetap melakukan kegiatan secara normal tanpa ada kecemasan.

Tipe kecemasan ini dipengaruhi oleh beberapa faktor. Pada kasus siswa ekstrakurikuler teater SMA N 9 Yogyakarta, kecemasan disebabkan oleh 2 faktor yakni eksternal dan internal. Faktor eksternal meliputi beban hafalan naskah, ekspektasi naskah, dan pengelolaan latihan. Faktor internal meliputi pengalaman, keterampilan dan pengetahuan siswa, serta manajemen waktu siswa.

Faktor eksternal didominasi oleh persoalan naskah. Pertama, siswa bermasalah dengan hafalan naskah yang cukup panjang. Kedua, perihal ekspektasi naskah. Siswa telah mengetahui sebelumnya, bahwa naskah ini populer dengan Teater Koma yang memiliki eksistensi di kalangan kelompok teater Indonesia. Siswa takut jika pementasan yang dilakukan nantinya akan jauh dari keinginan penonton. Atau mungkin penonton akan merasa kecewa dengan pementasan yang mereka bawakan.

Ketiga, berkaitan dengan pengelolaan latihan. Telah dipaparkan sebelumnya pengelolaan latihan dalam ekstrakurikuler ini. Mengenai pengelolaan waktu yang membuat ekstrakurikuler ini bertabrakan jadwal dengan ekstrakurikuler lain. Menjadi salah satu penyebab kurang efektifnya penyampaian materi.

Beralih dengan faktor internal yang membuat siswa merasakan cemas. Pada poin pertama yakni perihal pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman siswa. Faktor yang terakhir ialah manajemen waktu dari siswa sendiri. Berkaitan dengan klasifikasi responden berdasarkan jenis kelamin, justru kategorisasi sangat tinggi dan tinggi didominasi oleh siswa perempuan. Hal ini ada hubungannya dengan konflik naskah, salah satunya ialah memperebutkan salah satu aktor pria. Para

siswa perempuan diminta untuk berperan menjadi wanita penggoda, ini menjadi salah satu faktor siswa merasa cemas.

c. Pembahasan

Kecemasan siswa dalam ekstrakurikuler teater SMA N 9 Yogyakarta muncul karena berbagai faktor. Salah satunya berhubungan dengan pengelolaan latihan. Baik dari segi pemilihan materi, maupun saat proses pelaksanaan. Hasil penelitian dan analisis menunjukkan kecemasan siswa terjadi selama proses ekstrakurikuler. Ketika jurnal-jurnal (McCammon et al. 2012, Corbett, Blain, & Ioannou. 2016) berbicara mengenai hal positif mengikuti kegiatan teater, menurut penulis hal itu muncul karena mempertanyakan manfaat dan hasil dari keikutsertaan individu. Tidak dijelaskan mengenai permasalahan-permasalahan yang muncul dalam keikutsertaan individu pada kegiatan teater.

Meskipun tidak sepenuhnya hanya kecemasan yang dirasakan, karena melalui teater siswa diajak untuk tampil di depan umum dengan nyaman. Dibuktikan dengan niat salah satu siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler teater ini, yakni ingin menanggulangi sifat pemalu. Pada hasil akhirnya, siswa menjadi cukup terbantu karena pelaksanaan ekstrakurikuler teater menuntut dirinya untuk terbiasa berbicara di depan umum.

Kecemasan siswa dalam ekstrakurikuler teater SMA N 9 Yogyakarta muncul karena berbagai faktor. Salah satunya berhubungan dengan pengelolaan latihan. Baik dari segi pemilihan materi, maupun saat proses pelaksanaan. Hasil penelitian dan analisis menunjukkan kecemasan siswa terjadi selama proses ekstrakurikuler. Ketika jurnal-jurnal (McCammon et al. 2012, Corbett, Blain, & Ioannou. 2016) berbicara mengenai hal positif mengikuti kegiatan teater, menurut penulis hal itu muncul karena mempertanyakan manfaat dan hasil dari keikutsertaan individu. Tidak dijelaskan mengenai permasalahan-permasalahan yang muncul dalam keikutsertaan individu pada kegiatan teater.

Meskipun tidak sepenuhnya hanya kecemasan yang dirasakan, karena melalui teater siswa diajak untuk tampil di depan umum dengan nyaman. Dibuktikan dengan niat salah satu siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler teater ini, yakni ingin menanggulangi sifat pemalu. Pada hasil akhirnya, siswa menjadi cukup terbantu karena pelaksanaan ekstrakurikuler teater menuntut dirinya untuk terbiasa berbicara di depan umum.

Ektrakurikuler yang berorientasi pada pementasan, membuat timbulnya kecemasan siswa. Dalam memahami kecemasan, digunakan rujukan literatur dari Shri (2010), Perotta (2019), Sarason (1977), dan Foa, E. B., & Andrews, L. W (2000). Keempatnya berguna sesuai dengan porsi masing-masing. Shri sebagai upaya menjelaskan gejala dan faktor kecemasan, Perotta untuk memaknai arti kecemasan, kuesioner Sarason yang kemudian diadaptasi untuk kuesioner penelitian ini, dan Foa & Andrews untuk menunjukkan tipe kecemasan yang dialami siswa.

Kecemasan dalam hal ini diduga gangguan panik yang menyerang saat akan memperagakan peran. Dengan gejala khawatir, dan takut yang muncul hanya ketika diminta untuk memperagakan peran di depan teman-teman lain. Gejala yang muncul sebagai wujud dari respons siswa, mendakan bahwa ada perasaan kurang mampu dalam diri siswa. Penemuan ini sekaligus sebagai kebaruan dari penelitian Lemasson et. al. (2018) yang menjelaskan adanya kecemasan seorang aktor karena jumlah penonton.

Setiap pelaksanaan ekstrakurikuler pasti memiliki hasil akhir sebagai tujuannya. Pada ekstrakurikuler teater SMA N 9 Yogyakarta, pementasan menjadi hasil akhirnya. Ternyata orientasi pada pementasan ini memberikan cukup banyak pengaruh dalam pengelolaan latihan. Konsepsi yang terbangun dalam diri siswa kemudian melulu soal pementasan. Dengan hadirnya faktor-faktor lain, siswa merasakan cemas saat berlatih.

Melalui pelatih, peran manajerial sekolah dilakukan dalam pelaksanaan ekstrakurikuler ini. Pengelolaan latihan terus diupayakan untuk mengantisipasi, meminimalisir, dan menangani kecemasan yang dirasakan siswa. Tidak jarang, kebijakan yang dibuat dalam pelaksanaan ekstrakurikuler justru dari sikap yang ditunjukkan siswa. Saat siswa menunjukkan adanya kecemasan, pengelolaan latihan dibenahi agar membuat siswa lebih nyaman. Ini sekaligus menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengelolaan latihan dengan kecemasan siswa pada ekstrakurikuler teater.

E. Penutup

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan analisis yang telah dipaparkan, dapat diambil kesimpulan bahwa

- a. Manajemen yang dipakai pihak sekolah dalam pelaksanaan ekstrakurikuler perlu dievaluasi dan ditinjau ulang. Penerapan

manajemen yang sekarang dipakai, berimbang pada pelaksanaan ekstrakurikuler. Penyampaian materi menjadi sedikit terhambat dan kurang maksimal terlaksana.

- b. Pengelolaan latihan ekstrakurikuler ini sepenuhnya menjadi wewenang pelatih. Keterlibatan pihak sekolah melalui guru pembina, dalam hal menentukan naskah dan *controlling*. Pelatih mengelola latihan dengan berorientasikan pada pementasan. Pada pelaksanaannya, pelatih memahami adanya kecemasan siswa, sehingga pelatih membuat beberapa kebijakan pengelolaan untuk mengatasinya.
- c. Kecemasan siswa dalam memahami naskah tertentu disebabkan oleh 2 faktor yakni eksternal dan internal. Faktor eksternal meliputi beban ekspektasi naskah yang akan dibawakan, hafalan naskah, dan pengelolaan latihan. Faktor internal meliputi pengalaman, pengetahuan, dan keterampilan siswa dalam menghafalkan naskah, serta kemampuan mengelola waktunya sendiri

2. Saran

- a. Hendaknya dilakukan evaluasi dan perbaikan terhadap manajemen ekstrakurikuler yang dipakai oleh pihak sekolah. *Controlling* hendaknya diupayakan untuk dilakukan sebaik mungkin. Salah satunya dengan meningkatkan peran manajerial sekolah melalui guru pembina. Pelatih sebagai pihak yang bersinggungan secara langsung dengan siswa, hendaknya dapat memberikan solusi yang disesuaikan dengan kondisi siswa. Dengan harapan bahwa ke depannya, ekstrakurikuler yang memiliki banyak manfaat bagi siswa ini dapat terus menjadi lebih baik. Lebih banyak siswa tingkat SMA, khususnya SMA N 9 Yogyakarta yang turut merasakan manfaat dari keikutsertaan pada teater.
- b. Bagi peneliti berikutnya dengan topik yang sama, hendaknya mengeksplorasi lagi kemungkinan terhadap manajemen dan faktor yang mempengaruhi kecemasan siswa. Sebaiknya melibatkan guru pembina yang mewakili pihak sekolah, agar informasi yang disampaikan dapat lebih akurat dan menjelaskan dari berbagai sudut pandang.

DATAR PUSTAKA

Sumber artikel jurnal dan buku:

- Ahlstrand, P. (2020). A Method Called Action (Re) Call. How and Why We Use It. *Research in Drama Education: The Journal of Applied Theatre and Performance*, 25(4), 505-525.
- Akbar, A. (2019). "Penerapan Manajemen Berbasis Sekolah (MBS) Di SDN No. 5 Lembang Cina Kabupaten Bantaeng". *Doctoral Dissertation, Universitas Negeri Makassar*.
- Corbett, B. A., Blain, S. D., Ioannou, S., & Balsler, M. (2017). Changes In Anxiety Following A Randomized Control Trial Of A Theatre-Based Intervention For Youth With Autism Spectrum Disorder. *Autism*, 21(3), 333-343.
- Creswell, John. W. (2009). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches, Third Edition*. Terjemahan Fawaid, Achmad. (2012). Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Foa, E. B., & Andrews, L. W. (2006). *If Your Adolescent Has an Anxiety Disorder: An Essential Resource for Parents*. Oxford University Press, USA.
- Goldstein, T. R. (2011). Correlations Among Social-Cognitive Skills in Adolescents Involved in Acting or Arts Classes. *Mind, Brain, and Education*, 5(2), 97-103.
- Göthberg, M., Björck, C., & Mäkitalo, Å. (2018). From Drama Text To Stage Text: Transitions Of Text Understanding In A Student Theatre Production. *Mind, Culture, and Activity*, 25(3), 247-262.
- Harymawan, R. M. A. (1988). *Dramaturgi*. CV Rosda. Bandung.
- Kazragytė, V. (2019). The Initial Educational Content Of Theatre As A Subject Implemented In 11th Or 12th Grades By Pre-Service Theatre Teachers: Relevant And Broad. *Pedagogika*, 109-125
- Lemasson, A., André, V., Boudard, M., Lippi, D., & Hausberger, M. (2018). Audience Size Influences Actors' Anxiety And Associated Postures On Stage. *Behavioural processes*, 157, 225-229.
- Maloney Leaf, B., & Ngo, B. (2020). "Fear Of What We Don't Know": Grappling With Diversity In A Youth Theatre Program. *Youth Theatre Journal*, 34(1), 78-94.
- Mardapi, D. (2013). *Pengukuran, Penilaian dan Evaluasi Pendidikan*. Yogyakarta: Parama Publishing.
- Masi, G., Millepiedi, S., Mucci, M., Poli, P., Bertini, N., & Milantoni, L. (2004). Generalized Anxiety Disorder In Referred Children And Adolescents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 43(6), 752-760.
- McCammon, L. A., Saldaña, J., Hines, A., & Omasta, M. (2012). Lifelong Impact: Adult Perceptions Of Their High School Speech And/OR Theatre Participation. *Youth Theatre Journal*, 26(1), 2-25.
- McCammon, L. A., & Østerlind, E. (2011). "Drama Has Given Me A Home": Perspectives of Experienced Secondary School Drama/Theatre Students in Two Countries. *NJ*, 34(1), 85-100.

- Mukhtar dan Iskandar. (2013). *Orientasi Baru Supervisi Pendidikan*. Jakarta: Referensi.
- Mulyasa. (2014). *Manajemen Berbasis Sekolah*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Perrotta, G. (2019). Anxiety Disorders: Definitions, Contexts, Neural Correlates And Strategic Therapy. *J Neur Neurosci*, 6, 046.
- Riantiaro, N. (2011). *Kitab Teater*. Gramedia Widiasarana. Jakarta
- Santrock, J. W. (1996). *Adolescence atau Perkembangan Remaja*. Terjemahan Adelar, Shinto B & Sherly Saragih. (2003). Erlangga. Jakarta.
- Sarason, I. G. (1977). The Test Anxiety Scale: Concept and research.
- Suryosubroto, B. (2009). *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ubaidah, S. (2014). Manajemen Ekstrakurikuler Dalam Meningkatkan Mutu Sekolah. *Al-Fikrah: Jurnal Kependidikan Islam IAIN Sulthan Thaha Saifuddin*, 5, 56738.
- Zakiyah, Q. Y., & Munawaroh, I. S. (2018). Manajemen Ekstrakurikuler Madrasah. *Jurnal Isema: Islamic Educational Management*, 3(1).

Webtografi:

- Hartono, Juni. (20 April 2016), Cara Memilih Lakon, Cerita, dan Peran dalam Teater | Memilih Naskah & Pemain Teater (Cara Merancang Pertunjukan Teater).
<https://www.ilmuwiki.com/2018/04/cara-memilih-lakon-cerita-dan-peran.html>
- Koma, Teater. (13 Oktober 2008), Opera Primadona.
<https://www.teaterkoma.org/index.php/produksi/53-produksi/buku-acara/83-1988-03-opera-primadona>
- Santosa, Eko. (10 Januari 2018), Teks, Aktor dan Sutradara: Catatan Mengenai Proses Transformasi Teks.
<https://gelaran.id/catatan-mengenai-proses-transformasi-teks/>
- Ulum F.S, Alfanul. (7 Mei 2014), Teater Sekolah: Sebuah Gambaran Umum.
<https://www.kompasiana.com/kang-alfan/54f75cada3331189338b4709/teater-sekolah-sebuah-gambaran-umum>