

Gambaran Organismic Involvement dan Self Regulation pada Aktor Teater yang Pernah Mendapatkan Penghargaan atau Pengakuan dari Lembaga Pemerintah

Annisa Putri Ayudya¹, Sri Rochani Soesetio², Nathanael Elnadus J. Simampouw³

Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia
Kampus Baru UI - Depok, 16424

³E-mail : naeljos@gmail.com

Diterima 5 Desember 2010, Disetujui 22 Desember 2010

Abstract : The study aims to examine the organismic involvement and self regulation on stage actors who receive awards or acknowledgment from a government institution. Organismic involvement is an imagination which is inspired by a narration affecting an actor's belief and act on the stage (Daiute & Lightfoot, 2004). Self regulation is an ability to develop, implement and regulate a planned behavior in a flexible way to achieve a desired future outcome.

This is a qualitative study based on general interviews. The subjects are two main actors and two supporting actors, each from traditional theaters and modern theaters. The finding refers to Sarbin's role theory (1954) that the third level of organismic involvement is the best level for role play on stage. The two respondents who received an award or acknowledgment from the government institution have also reached level three. An individual should better achieve level four which involve more learning process to gain optimal therapy and intervention process. Besides, acting skills, talent, empathy and self regulation are required in the process to achieve an excellent role play on the stage.

Key words: organismic involvement, self-regulation, stage actor, role play.

PENDAHULUAN

Grandey (2003) mengungkapkan dua pendekatan akting yang dilakukan oleh para aktor. Pertama adalah *deep acting* di mana aktor melakukan modifikasi emosi sesuai dengan tuntutan peran pada naskah sehingga ekspresi yang muncul bersifat *genuine* dan tulus. Kedua adalah *surface acting* di mana aktor memodifikasi ekspresinya sesuai dengan tuntutan peran pada naskah sehingga mungkin terdapat perbedaan antara ekspresi dengan perasaan sesungguhnya. Bila dilakukan terus-menerus, pendekatan ini dapat menimbulkan kelelahan emosional.

Dalam penelitiannya, Grandey (2003) juga mengungkapkan bahwa saat seorang aktor benar-benar melibatkan dirinya dalam tokoh yang diperankan, penonton pun dapat merasakan ketulusan sang aktor, sehingga pelakonan peran cenderung dipersepsi secara positif oleh penonton. Dengan demikian, manfaat akting (seni peran) bagi

aktor sebagai pelaku dan para penontonnya dapat diperoleh bila terdapat keterlibatan diri aktor yang cukup besar.

Kegiatan-kegiatan yang berkaitan dengan seni peran dan bermanfaat bagi individu ternyata juga diperoleh dari berbagai intervensi dan terapi psikologis. Salah satu contohnya adalah drama terapi yang dilakukan pada sejumlah pasien rumah sakit jiwa di Aceh oleh seorang relawan Taiwan. Terapi tersebut sudah memberikan dampak yang positif bagi para pasien. Para pasien yang tidak mau berbicara, setelah menjalani terapi mulai mau bersosialisasi dengan pasien lain, meski masih melalui tulisan. Pasien mau mengungkapkan keinginan dan harapannya dengan menggunakan pantun (dalam <http://berita.kapanlagi.com/pemik/relawan-taiwan-beri-drama-terapi-nad04j8g59.html>).

Prianggoro (2010) menyebutkan bahwa anak-anak usia 3-5 tahun sering bermain peran. Bermain peran dapat melatih kemampuan

kognisi, emosi dan sosialisasi anak yang sedang berkembang (dalam <http://www.tabloidnova.com/Nova/Keluarga/Anak/Manfaat-Bermain-Peran>). Gough (1948 dalam Sarbin, 1954) menyatakan '*deficiency in role playing means the incapacity to look upon one's self as an object or to identify with another's point of view*'. Ketika seseorang hanya memiliki sedikit peran dalam hidupnya, artinya ia tidak mampu melihat dari luar diri sebagai objek atau mengidentifikasi dirinya dari sudut pandang yang lain (selain sudut pandangnya sendiri). Kalimat tersebut mendukung pendapat Sarbin (1954) bahwa semakin banyak peran yang pernah dimiliki seseorang, maka semakin baik pula penyesuaiannya dalam kehidupan sosial.

Salah satu bentuk teater sebagai terapi telah dilakukan di Lapas anak Banceuy, Bandung. Kegiatan tersebut dapat menjadi pengalih perhatian dari obat-obatan hingga semakin lama, seseorang dapat terlepas dari obat-obatan tersebut (dalam <http://hukumham.info>). Pemanfaatan teater di lembaga masyarakat tersebut termasuk dalam bentuk terapi berkelompok. Psikoterapi berkelompok dengan bentuk dasar bermain peran yang dekat dengan masalah yang relevan dengan kehidupan aktornya disebut sebagai *psychodrama* (Wilson, 2009).

Psychodrama menjadi salah satu sarana terapi karena memberikan kesempatan pada klien untuk melihat dari sudut pandang yang berbeda dan melakukan refleksi diri. Hal ini dapat terjadi karena setiap naskah yang dibawakan dalam tiap adegan saat terapi berlangsung, merupakan pengalaman aktor sendiri. Setiap klien dituntun oleh fasilitator dalam terapi untuk mengalami proses pembelajaran sehingga dapat memperoleh *insight*. *Insight* yang dibicarakan dalam *psychodrama* serupa dengan *insight* dalam pelatihan psikologi. Teater (khususnya seni peran) dalam pelatihan diwujudkan dalam bentuk *role-play* untuk memberikan bukti perilaku yang dimiliki dan ingin diubah oleh peserta pelatihan. Dapat dikatakan bahwa proses belajar ini bisa terjadi dengan adanya keterlibatan klien sebagai aktor dalam peran yang dimainkan.

Baik seni peran di atas panggung maupun seni peran yang digunakan dalam intervensi dan terapi psikologis, membutuhkan keterlibatan diri aktornya agar dapat memberikan manfaat berupa suatu proses belajar ataupun sudut pandang baru yang positif. Sarbin (1959) menyebutkan keterlibatan diri tersebut sebagai *organismic involvement*. Keterlibatan tersebut bersifat kontinum dari yang paling rendah (*non involvement*) hingga yang paling tinggi (*high involvement*). Tingkat *organismic involvement* yang

disarankan oleh Sarbin (1954) untuk pelakonan peran di atas panggung justru merupakan tingkat awal. Perubahan kepribadian seseorang dapat terjadi bila semakin tinggi tingkat yang dicapai. Proses pencapaian *organismic involvement* pada tingkat yang tepat ini membutuhkan usaha dan kontrol diri. Sementara untuk melakukan dua hal ini dibutuhkan kemampuan atau daya.

Dalam suatu usaha tidak jarang ditemukan berbagai hambatan. Termasuk di dalam usaha untuk melibatkan diri dengan peran atau melakukan *organismic involvement*. Hambatan utama dalam proses *organismic involvement* adalah adanya perbedaan antara individu dan tokoh yang akan diperankan. Semakin besar kesenjangan antara keadaan saat ini (diri individu) dengan tujuan yang diharapkan (diri tokoh), semakin besar kemungkinan seseorang mengalami emosi negatif (Carver & Scheier, dalam Brown, 1998)

Perbedaan antara tokoh dan diri aktor menciptakan batas bagi seorang aktor untuk masuk ke dalam tokoh. Bila perbedaan atau pertentangan yang ada tidak harus dihadapi dan bisa diselesaikan dengan 'melarikan diri' (*escaping*; Sarbin & Allen 1968), maka tidak akan ada masalah yang berarti. Misalnya seorang aktor bisa saja menyerahkan peran tersebut pada aktor lainnya. Namun sebagai seorang aktor, melakoni peran (*enacting a role*; Sarbin & Allen 1968) atau seperti sebutan Blatner (1996) menghidupi (*enliven*) peran, merupakan suatu kewajiban profesi. Oleh karenanya, diperlukan suatu pemecahan untuk mengatasi perbedaan tersebut agar aktor dapat melakoni perannya dengan baik. Pemecahan tersebut berupa keterampilan bermain seni peran seperti yang disebutkan sebelumnya.

Keterampilan bermain seni peran dapat dipelajari oleh siapa saja dan dapat terus berkembang selama kehidupan (Sarbin, 1954). Keterampilan ini merupakan suatu bentuk persiapan untuk dapat mencapai tujuan yakni melakoni peran dengan *organismic involvement* yang baik sesuai dengan tokoh dalam naskah. Perlu diperhatikan bahwa untuk dapat mencapai keterampilan tersebut dibutuhkan suatu usaha. Konsep usaha ini merupakan suatu proses tersendiri yang dapat diuraikan dalam tiga bagian. Pertama adalah memilih tujuan yaitu menentukan tokoh yang akan diperankan. Berikutnya merencanakan langkah-langkah yang harus dilakukan untuk dapat mendalami tokoh tersebut. Terakhir adalah menjalankan rencana hingga tercapai tujuan. Ketiga tahap tersebut dalam ilmu psikologi merupakan komponen dari *self-regulation* (Brown, 1998).

Self-regulation adalah kemampuan seseorang untuk mengembangkan, mengimplementasikan, dan secara fleksibel mengatur perilaku terencana untuk mencapai tujuan (Carey, Neal, & Collins, 2003). Heider (dalam Brown, 1998) juga mengungkapkan usaha dalam empat hal yang mendukung kesuksesan seseorang dalam meraih tujuan. Faktor pendukung tersebut adalah kemampuan (*ability*), usaha (*effort*), strategi (*strategy*) baik secara kognitif maupun perilaku, dan keberuntungan (*luck*). Faktor-faktor ini juga mempengaruhi keberhasilan *self-regulation* seseorang, termasuk seorang aktor teater. Di atas semuanya, strategi diperlukan untuk menghadapi situasi-situasi yang berbeda.

Penelitian ini akan melihat hal yang menarik pada aktor teater seperti yang sudah dibahas di atas. Pertama adalah variabel *organismic involvement* sebagai perwujudan imajinasi yang mempengaruhi *belief* (tentang nilai, konsep diri, dan sebagainya dalam diri aktor) dan tindakan (Sarbin, dalam Daiute & Lightfoot, 2004). Pemilihan variabel ini berdasar pada kesimpulan bahwa keterlibatan diri (dalam bentuk *organismic involvement*) penting untuk mengoptimalkan manfaat teater. Kedua adalah *self-regulation* sebagai kemampuan untuk mengembangkan, mengimplementasikan, dan merencanakan perilaku terencana untuk mencapai tujuannya (Carey, Neal, & Collins, 2004). Hal ini berdasarkan fakta bahwa meski tampak bertentangan dengan stigma yang ada terhadap aktor teater, *organismic involvement* dicapai dengan suatu bentuk usaha. Selain itu, dengan adanya perbedaan di antara aktor teater tradisional dan teater modern, maka peneliti menganggap perlu mengambil data dari narasumber kedua kelompok aktor tersebut.

Berdasarkan latar belakang di atas masalah yang akan menjadi pembahasan dalam studi ini, pertanyaan utama penelitian ini adalah (a) bagaimana gambaran *organismic involvement* pada aktor teater yang mendapat penghargaan atau pengakuan lembaga di Indonesia (b) bagaimana gambaran *self-regulation* pada aktor teater yang mendapat pengakuan lembaga pemerintah di Indonesia.

Organismic involvement. Definisi *organismic involvement* adalah 'by means through which narrative-inspired imaginings can influence belief and actions' (Daiute & Lightfoot, 2004). Dalam penelitian ini yang disebut sebagai imajinasi adalah bayangan sosok ideal tokoh (karakter yang berasal dari naskah) yang dimiliki oleh aktor. Sementara *belief* adalah keyakinan seseorang mengenai nilai-nilai, konsep diri, segala pengetahuan tentang dirinya sendiri. Sedangkan tindakan yang dimaksud

adalah aksi panggung yang dilakukan aktor. Maka dapat disimpulkan, definisi operasional dari *organismic involvement* adalah perwujudan bayangan sosok ideal tokoh di mata seorang aktor teater yang mempengaruhi apa yang diyakini mengenai nilai-nilai, konsep diri, dan segala pengetahuan mengenai dirinya, dan mempengaruhi tindakan di atas panggung.

Organismic involvement merupakan komponen dari pelakonan peran yang digagas oleh Sarbin (1964). Ada tiga komponen yang berkontribusi terhadap pelakonan peran yaitu jumlah peran yang dimainkan (*number of roles*), keterlibatan organismik (*organismic involvement*), dan *preemptiveness (time)*. Komponen pertama adalah komponen yang bersifat kuantitatif yang menjelaskan banyaknya peran yang pernah dimainkan. Komponen kedua adalah mengenai keterlibatan organismik, dalam hal ini adalah diri aktor, terhadap tokoh yang dimainkan. Tidak hanya secara kuantitatif dari berapa banyaknya indera dan aspek yang terlibat, komponen ini juga melihat seberapa besar keterlibatan sehingga melibatkan dimensi kualitatif. Komponen ketiga menerangkan perbandingan banyaknya waktu yang dibutuhkan untuk mempelajari hingga dapat melakoni sebuah peran, dengan waktu yang dibutuhkan untuk mempelajari dan melakoni peran yang lain. Dapat dilihat lamanya waktu lebih menekankan segi kuantitatif. Lebih lanjut, studi ini akan membahas komponen kedua yaitu *organismic involvement*.

Tingkatan Organismic Involvement. Keterlibatan organismik ini dibagi lagi menjadi beberapa tingkatan (*level*) yang merupakan satu kontinum (berkesinambungan dari yang paling rendah hingga paling tinggi). Setiap tingkatan saling terkait satu sama lain sehingga terkadang sulit dibedakan. Pembedanya dapat dilihat dari semakin tingginya intensitas dan kualitas keterlibatan. Ada empat dimensi skala yang dapat menjadi ukuran besar kecilnya keterlibatan yakni a) perbedaan diri dengan peran (*role and self differentiated*), b) keterlibatan emosi (*involvement*), c) keterlibatan fisik (*organics*), dan d) usaha (*effort*).

Dimensi yang pertama, perbedaan diri dan peran. Hal ini dapat ditandai dengan adanya perbedaan *self-awareness* pada diri aktor dan *self-awareness* pada diri tokoh. Semakin tinggi keterlibatan, kesadaran diri aktor terhadap dirinya sebagai aktor semakin lemah dan digantikan dengan kesadaran diri aktor sebagai tokoh yang dimainkan. Bila *organismic involvement* terlalu

tinggi, bisa saja kesadaran diri aktor sebagai pribadi menghilang, tidak ada ciri pribadi dan digantikan oleh ciri tokoh. Dimensi ini dapat diwakili dengan pembahasan aspek kognitif.

Dimensi kedua yaitu keterlibatan emosi, menunjukkan seberapa jauh emosi tokoh menguasai diri aktor selama berada di atas panggung. Emosi yang diekspresikan di atas panggung, sesuai dengan keadaan tokoh yang dimainkan berdasarkan tuntutan naskah. Semakin tinggi tingkat *organismic involvement*, aktor semakin terlibat secara emosional dengan tokoh dan *setting* cerita. Dimensi ini dapat diwakili dengan pembahasan aspek afektif.

Dimensi ketiga yakni keterlibatan fisik. Semakin banyak kemampuan dan keterampilan fisik yang digunakan untuk menghayati suatu tokoh, semakin besar keterlibatan fisik seorang aktor. Semakin tinggi tingkat *organismic involvement*, biasanya semakin besar kemampuan dan keterampilan fisik yang digunakan. Dalam hal ini termasuk pada kontrol gerakan dan mengeluarkan gerakan. Dimensi ini dapat diwakili dengan aspek psikomotor.

Dimensi usaha menjelaskan seberapa besar keseluruhan usaha yang dilakukan untuk dapat menghayati suatu tokoh. Usaha ini dilakukan dengan tujuan tertentu yakni dapat menghayati peran dengan baik. Untuk menjelaskan usaha ini akan digunakan *self-regulation*.

Tingkatan berdasarkan dimensi skala tersebut menurut Sarbin dan Allen (1968) adalah:

1. **Tingkat satu (*casual role enactment*);** derajat keterlibatan ini melibatkan ekspresi emosi dan usaha seminimal mungkin. Biasanya peran dalam tingkat ini hampir bersifat otomatis dan mungkin tidak disadari karena biasanya tindakan dilakukan sambil lalu. Tingkat peran ini dapat diberi label 'pembedaan diri dan peran'.
2. **Tingkat dua (*ritual acting*);** dalam tingkatan ini, seorang aktor mulai melibatkan kognisi karena di tingkat ini seseorang mulai memikirkan tindakan berdasarkan perintah. Namun aktor dalam tingkat ini belum menggunakan pemikiran yang cukup kompleks karena tidak perlu memahami motivasi tindakan tokoh yang diperankan. Ia hanya melakukan tepat seperti yang diperintahkan oleh sutradara. Sehingga keterlibatan emosi dalam tingkat ini juga masih rendah. Aktor dengan pendekatan mekanis biasanya berada dalam tingkat keterlibatan ini.
3. **Tingkat tiga (*engrossed acting*);** terkadang disebut '*heated acting*'. Aktor benar-benar melakukan sesuai dengan tuntutan naskah. Pada tahap ini, aktor melibatkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Aktor mulai mencari alasan

atau motivasi dari tindakan yang dilakukannya di atas pentas sesuai dengan tuntutan naskah. Aktor panggung yang sukses pada tingkatan ini tidak menyerahkan seluruh dirinya dalam peran. Ia harus tetap memiliki kesadaran atas dirinya (*self-awareness*) sebagai aktor untuk bereaksi terhadap lawan main dan kondisi di atas panggung. Derajat keterlibatan ini menuntut penampilan motorik dan penampilan afektif yang sama baiknya. Menurut Sarbin (1964), tingkatan ini adalah derajat kewajaran *organismic involvement* seorang aktor panggung dalam memerankan suatu tokoh. Tingkat keterlibatan ini sekaligus dianggap keterlibatan yang muncul pada aktor-aktor berpengalaman yang diakui kemampuannya.

4. **Tingkat empat (*classical hypnotic role taking*);** seperti namanya, dalam tingkatan ini subjek mengalami hipnotis. Mekanisme psikologis yang digunakan adalah pengandaian dengan kata 'seperti'. Cakupan dengan tingkat III sangat besar, keterlibatan diri pada *heated acting* sangat besar sama dengan ketika mengalami hipnotis. Keterlibatan diri yang begitu besar ini dapat dilihat dari penjelasan retrospektif (Hilgard, 1965; Sarbin, 1956). Tingkatan ini digunakan pada terapi dan intervensi psikologis.
5. **Tingkat lima (*histrionic neurosis*);** para psikiater klinis melaporkan bahwa seolah-olah pasien mereka mengaku mengalami disfungsi organik tanpa adanya penyakit. Beberapa pihak masih menggunakan istilah *conversion hysteria*. Keterlibatan diri dalam tingkat ini meliputi keseluruhan tingkatan terutama dua tingkatan terakhir. Keterlibatan organik dalam tingkatan ini lebih membebaskan diri (tidak *self-limiting*) dibandingkan dengan *classical hypnotic role*. Derajat keterlibatan diri dan peran sangat tinggi; usaha dan afeksi juga sangat tinggi. Biasanya dilakukan oleh seseorang yang memerankan orang lain yang sudah dikenalnya atau terlibat secara emosional dalam pengalaman nyata.
6. **Tingkat enam (*ecstasy*);** dalam tingkatan ini biasanya terjadi penanggulangan terhadap tindakan sukarela. Pelakonan peran dalam tahap ini biasanya tidak terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Bila dilakukan dalam waktu lama, kondisi ini dapat merusak fungsi tubuh. Aktivitas di atas biasanya hanya dapat dihentikan dengan ritual tertentu yang terorganisir, perasaan kelelahan, dan kekuatan teratur sistem biologis atau kombinasi dari semuanya.
7. **Tingkat tujuh (*bewitchment*);** tingkatan tertinggi ini mengacu pada subjek yang merasa dirinya

menjadi objek ilmu magis, seperti penyihir, dan kutukan. Kontrol terhadap efek psikologis dan biologis yang tadinya ada pada tingkatan di bawah tingkatan ini menghilang; efek yang timbul bisa tidak dapat dihilangkan dan mungkin mengakibatkan kematian.

Self-regulation. Carey, Neal, dan Collins (2004) mendefinisikan *self-regulation* sebagai, *the ability to develop, implement, and flexibly maintain planned behavior in order to achieve one's goals*. Sementara Vohs dan Baumeister (2009) menyatakan bahwa *self-regulation* mengacu pada, *many processes by which the human psyche exercises control over its function, states, and inner processes*. Vohs dan Baumeister juga mengungkapkannya sebagai proses memanusiasikan sisi hewani dalam diri manusia sehingga dapat menyesuaikan dengan lingkungan sosialnya.

Komponen dalam *self-regulation* dapat dijelaskan sebagai berikut.

1. Pemilihan tujuan (*goal selection*)

Banyak teori yang berasumsi bahwa tujuan muncul dalam konteks adanya kerangka *expectancy-value* (Atkinson, 1964; Rotter, 1954 dalam Brown 1998). *Expectancy-value model* berasumsi bahwa seseorang memilih tujuannya berdasarkan pada harapan mereka untuk meraih tujuan tersebut sesuai dengan kesesuaian antara nilai positif dan nilai negatif yang dapat mempengaruhi tujuan tersebut. Faktor harapan dan nilai ini akan dikalikan dan bukan ditambahkan. Dengan kata lain, bila salah satu diantaranya bernilai nol maka tujuan sama sekali tidak akan tercapai. Tujuan dalam istilah luas memiliki nilai lebih dibandingkan dengan tujuan sebagai suatu istilah spesifik. Misalnya saja, membaca tulisan ini. Tujuan spesifiknya adalah untuk 'mempersiapkan kelulusan' atau 'mendapat nilai baik dalam ujian'. Sementara tujuan dalam arti luasnya adalah untuk 'mempelajari materi' (Vallacher & Wegner, 1987). Pada taraf yang paling umum, tujuan seseorang adalah untuk menjadi apa atau siapa di masa depan sesuai dengan keinginan mereka. Contohnya adalah seseorang mungkin akan berjuang untuk 'menjadi bebas' atau 'menjadi orang yang baik'. Tujuan-tujuan yang berkaitan dengan diri ini telah banyak diteliti dan memiliki nilai yang sangat tinggi dalam kehidupan. (Brown, 1998).

2. Persiapan bertindak (*preparation for action*)

Setelah menentukan tujuannya, seseorang akan berusaha untuk meraih tujuan tersebut. Dalam tahap ke dua proses *self-regulation* ini seseorang akan mengumpulkan informasi, membangun

skenario berdasarkan keluaran atau hasil yang mungkin terjadi, dan melakukan latihan. Singkat kata, setiap orang akan melakukan persiapan dan mendesain sebuah persiapan untuk melaksanakan rencana untuk mencapai tujuan mereka. Tentunya tidak semua perilaku sesuai dengan model ini. Terkadang seseorang akan bereaksi secara impulsif tanpa pertimbangan yang baik atau pemikiran lebih lanjut. Namun perilaku impulsif tidak menjadi bagian dalam pembahasan pada kerangka teoritik ini.

3. Siklus perilaku *cybernetic* (*cybernetic cycle of behavior*)

Cybernetics yang dimaksud adalah sebuah studi tentang bagaimana manusia menggunakan informasi yang diperolehnya untuk meregulasi tindakan mereka (Wieners dalam Brown, 1998). Hal tersebut disebut juga dengan teori kontrol sebagaimana Wieners menekankan adanya kontrol umpan balik yang negatif terhadap mesin-mesin, seperti binatang yang melakukan penyesuaian terhadap lingkungan untuk mencapai standar tertentu. Umpan balik negatif yang dimaksud bukanlah sesuatu yang buruk, melainkan berkurangnya kesenjangan antara keadaan masa kini dan keadaan yang diharapkan sehingga semakin menadekati tujuan. Contohnya adalah *thermostat* yang akan menyeimbangkan suhu ruangan. Bila suhu ruangan terlalu dingin, *thermostat* akan mengaktifkan pemanas. Ketika suhu standar sudah tercapai, pemanas akan mati.

Secara formal proses di atas dikenal dengan singkatan TOTE (*test operate-test-exit*) yang terdiri dari empat tahap yakni 1) fase tes (*test phase*), dimana nilai yang ada dibandingkan dengan nilai yang diinginkan (standar nilai). Contohnya saat pemanas mendeteksi adanya diskrepansi antara suhu ruangan dengan suhu standar yang diharapkan; 2) fase operasi (*operate phase*), ada suatu tindakan untuk mulai mensejajarkan nilai yang ada dengan standar yang diharapkan, terbentuk nilai yang baru. Misalnya ketika pemanas menyala; 3) fase tes lain (*another test phase*), nilai baru dibandingkan dengan standar nilai. Contohnya saat suhu ruangan yang baru dibandingkan dengan suhu standar; dan 4) keluar atau berhenti (*an exit, quit phase*), terjadi bila tujuan telah tercapai seperti saat pemanas mati ketika suhu standar telah tercapai. Contoh di atas yang merupakan langkah baku, hanya berlaku untuk mesin. Sementara dengan adanya organisme yang kompleks seperti manusia, ditambahkan lagi dua langkah.

Kedua langkah tersebut berkaitan dengan harapan dan reaksi emosional, bila pada langkah ke empat tujuan yang diharapkan sejak semula tidak tercapai. Fase selanjutnya adalah reaksi emosional dan harapan mengenai adanya cara dan/atau kemungkinan-kemungkinan untuk mereduksi kesenjangan dari tujuan yang ingin dicapai (standar nilai). Pada saat yang sama seseorang membentuk harapan kognitif ia akan mengalami reaksi emosi terhadap performanya. Reaksi emosional ini bisa berupa emosi positif seperti bangga dan kepuasan diri atau emosi negatif seperti kekecewaan dan kesedihan. Keputusan akan tindakan selanjutnya bergantung pada harapan dan emosi yang dialami. Bila harapan untuk sukses tinggi dan reaksi emosinya positif, maka ia akan melanjutkan usahanya meraih tujuan (Brown, 1998). Jika yang terjadi sebaliknya, seseorang bisa memutuskan untuk menyerah.

Brown dan koleganya melakukan penelitian lebih lanjut. Miller dan Brown (1991; Brown, 1998) menciptakan model tujuh langkah *self-regulation* untuk menyempurnakan teori sebelumnya, yakni:

1. *Receiving*, pada langkah ini seseorang menerima informasi yang relevan dengan tujuan. Kata 'menerima' berarti juga memilih karena ketika diberikan sesuatu (penawaran berupa tujuan) seseorang dapat menolak sehingga dapat dikatakan penerimaan informasi pada langkah pertama ini bersifat selektif.
2. *Evaluating*, seseorang mengevaluasi informasi yang masuk dan membandingkannya dengan norma. Norma yang dimaksudkan dalam hal ini adalah nilai standar atau bayangan ideal yang ingin dicapai pada suatu hal.
3. *Triggering*, seseorang melakukan hal-hal yang memicu perubahan. Dalam hal ini bisa berupa membayangkan suatu usaha atau memunculkan keinginan untuk memulai usaha.
4. *Searching*, seseorang mencari alternatif pilihan. Dalam keputusan seseorang untuk melakukan usaha, ia mencari alternatif cara atau informasi yang dapat digunakan untuk mencapai tujuan dan melakukan perubahan.
5. *Formulating*, seseorang memformulasikan rencana yang akan digunakan. Informasi yang sudah terkumpul kemudian dipilah dan disusun sehingga menjadi suatu rencana kerja yang *visible*. Formulasi rencana ini sebaiknya dibuat secara tertulis.
6. *Implementing*, mengimplementasikan atau melaksanakan rencana. Seseorang yang sudah memiliki rancangan kegiatan untuk melakukan usaha atau membuat rencana, melaksanakan

rencana yang sudah dibuatnya. Dalam penerapannya bisa terjadi berbagai hal, baik yang mendukung maupun yang menghambat. Perencanaan pun bisa berubah bila diperlukan. Pada akhirnya pelaksanaan rencana ini bisa berhasil, berubah di tengah jalan, atau sama sekali tidak berjalan.

7. *Assessing*, pada tahap ini seseorang menilai efektivitas rencana yang telah dibuat. Bila hasil penilaian tidak berhasil dengan baik, maka keseluruhan langkah dapat diulang kembali dari langkah awal. Namun kembali yang dimaksud tidak harus pada langkah pertama, bisa jadi hanya kembali pada perencanaan atau pelaksanaan.

Langkah-langkah di atas merupakan pengembangan dari tiga komponen dalam proses *self-regulation* yang diajukan oleh Markus dan Wurf (1987 dalam Brown, 1998). Komponen-komponen tersebut yaitu pemilihan tujuan (*goal selection*), persiapan bertindak (*preparation for action*), dan siklus perilaku *cybernetic* (*cybernetic cycle of behavior*).

METODE

Sesuai dengan tujuan penelitian ini untuk mendapatkan gambaran *organismic involvement* dan *self-regulation* pada aktor teater yang pernah mendapatkan penghargaan atau pengakuan dari lembaga pemerintah, maka tipe penelitian ini adalah kualitatif. Cresswel (2003) mendefinisikan penelitian kualitatif sebagai proses untuk memahami lingkungan sosial atau manusia yang didasarkan pada kompleksitas, gambaran secara holistik (menyeluruh), berdasarkan informasi yang diperoleh dari subyek (narasumber) secara mendetil, dan dilakukan dalam *setting* yang alamiah.

Menurut Patton (dalam Poerwandari, 2001), pengambilan sampel atau pemilihan narasumber dalam penelitian kualitatif disesuaikan dengan masalah dan tujuan penelitian. Kasus tipikal dalam penelitian ini adalah para aktor teater yang pernah mendapatkan penghargaan atau pengakuan oleh lembaga pemerintah. Oleh karena itu, peneliti mengambil sampling secara purposif.

Subyek berjumlah dua orang sebagai narasumber utama dari teater modern dan teater tradisional, dengan karakteristik sebagai berikut:

1. **Aktor teater yang telah berpengalaman;** dalam hal ini adalah aktor yang telah berlatih teater selama minimal 10 tahun. Berdasarkan standar pendidikan formal, tiga tahun pertama adalah latihan dasar, sementara untuk tujuh tahun dianggap sebagai waktu yang cukup untuk

melakukan eksplorasi.

2. **Aktor teater yang masih aktif bermain teater;** hingga saat ini masih aktif bermain teater. Berhenti di tengah diperbolehkan namun harus tetap berhubungan dengan dunia teater, baik memperdalam di bidang tertentu seperti tari, menyanyi, dan produksi (membuat *setting*, properti, dan sebagainya)
3. **Aktor yang telah memerankan minimal tiga tokoh;** tiga tokoh yang diperankan harus memiliki karakter yang berbeda dan dalam pementasan yang berbeda pula. Adanya perbedaan karakter tersebut memberikan kesempatan pada aktor untuk melakukan elaborasi.
4. **Aktor teater yang mendapat penghargaan atau pengakuan dari lembaga pemerintah yang berkompetensi;** mendapat pengakuan lembaga tertentu berdasarkan prestasinya sebagai pemain teater. Prestasi yang dimaksud bisa dalam arti dedikasi dan keberhasilannya melakoni suatu tokoh.

Data dikumpulkan dengan cara wawancara menggunakan pedoman wawancara umum (*semi structured interview*). Setiap narasumber utama diwawancarai dalam dua kali pertemuan. Pada pertemuan pertama ditanyakan pertanyaan *rapport* untuk melihat kesamaan persepsi. Pada pertemuan kedua, pertanyaan mengarah pada variabel penelitian.

Validasi penelitian di lakukan dengan *alloanamnesa*. Wawancara yang berkenaan menggunakan pedoman wawancara serupa dengan subjek pembicaraan narasumber utama digunakan. Dua orang narasumber pendukung juga berasal dari teater modern dan teater tradisional dipilih berdasarkan karakteristik

sebagai berikut:

1. Aktor teater yang berpengalaman; dalam hal ini adalah aktor yang telah berlatih teater selama minimal 10 tahun. Berdasarkan pada pendidikan formal seni peran, tiga tahun untuk melatih kemampuan dasar dan tujuh tahun untuk melakukan eksplorasi.
2. Berada di lingkungan yang sama dan terlibat dengan narasumber utama; berada di tempat latihan yang sama diasumsikan mengetahui perkembangan dari latihan hingga pementasan.
3. Memiliki kompetensi untuk menilai perkembangan narasumber utama; dalam hal ini, yang dimaksud dengan berkompetensi adalah aktor yang lebih senior dari narasumber utama atau sutradara pementasannya yang dapat melihat perilaku narasumber satu dalam keseharian dan saat melakoni suatu peran atau tokoh.

Selain pedoman wawancara, peneliti menggunakan alat bantu berupa pensil, kertas, dan alat perekam suara (*voice recorder*) untuk menunjang kelancaran proses wawancara.

HASIL

Organismic involvement

Meski dengan cara yang berbeda, kedua narasumber memiliki keterlibatan yang tinggi dalam semua aspek. Baik aspek kognitif, afektif, maupun psikomotornya sangat tinggi. Kedua narasumber berusaha memberikan lebih dari sekedar tuntutan naskah. Walaupun masih berpegang pada keterangan dalam naskah sebagai patokan, mereka berdua memberikan nyawa atau roh dalam tokoh masing-masing.

Tabel 1. Perbandingan *organismic involvement* N1 dan N2

Narasumber 1	Narasumber 2
<p><i>Organismic Involvement (OI)</i> A. Aspek Kognitif: pahami karakter, <i>gesture</i> mengikuti - Memahami karakter : <i>gesture</i> mengikuti - Membayangkan Profesor Realman - Membuat latar belakang - Keterlibatan Tinggi B. Aspek Afektif: kesedihan adalah kenikmatan - Perbedaan nilai: terpengaruh</p>	<p><i>Organismic Involvement (OI)</i> A. Aspek Kognitif: pahami tokoh secara menyeluruh - Memahami karakter - Membuat bayangan mengenai sosok Abimanyu - Mengetahui latar belakang - Keterlibatan Tinggi B. Aspek Afektif: masalah lupa</p>

Hal tersebut tidak ada di dalam naskah. Bahkan gerakan-gerakan kecil atau ekspresi-ekspresi wajah yang tidak diungkapkan mendetail, dihadirkan dalam pementasan. Namun perlu diperhatikan bahwa baik N1 maupun N2, masih memiliki kendali atas dirinya sebagai aktor dan menyadari sedang melakukan suatu kerja kolektif dan koordinasi yang baik antar lawan main. Sesuai dengan ciri-ciri tersebut, N1 dan N2 menempati tingkat tiga dalam *organismic involvement*. Hal ini sesuai dengan Sarbin dan Allan (1954) yang mengajukan keterlibatan tingkat tiga dalam *organismic involvement* sebagai tingkatan optimal bagi seorang aktor yang sukses melakoni suatu tokoh.

Self-regulation

Baik N1 maupun N2 memiliki *self-regulation* yang baik melihat dari hasil yang dicapai dan semua tahapan yang dilalui. Namun perlu diperhatikan bahwa keduanya tidak memiliki perencanaan tertulis melainkan langsung melakukannya. Ada kemungkinan bahwa baik N1 dan N2 bahkan tidak memiliki perencanaan matang dalam setiap aksi yang diambilnya. Semua tindakan lebih bersifat spontanitas dan baru dipikirkan sampai pada segi keterkaitan usaha yang akan ditempuh atau tindakan yang akan diambil berdasarkan kesesuaian dengan tujuan. Namun faktor-faktor pendukung dalam

self-regulation pada N1 dan N2 relatif sama baiknya. Mereka memiliki *self-efficacy beliefs* yang tinggi, *positive possible self* yang kuat, dan *self-awareness* yang baik. Melalui data dari dua narasumber ini dapat dikatakan perolehan tujuan didukung oleh faktor-faktor dalam diri dan *self-regulation* yang baik.

SIMPULAN

Tingkat *organismic involvement* N1 dan N2

Baik N1 maupun N2 mengalami keterlibatan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik yang sangat besar dalam perannya. Ciri keterlibatan pola pikir, menjalankan perintah naskah dan sutradara serta memasukkan unsur motivasi menunjukkan bahwa keduanya sudah memasuki tingkat tiga sebagai level optimum dalam *organismic involvement* yang dikemukakan oleh Sarbin (1954). Namun adanya efek residual bagi keduanya menunjukkan bahwa ada nilai dan karakter tokoh yang terbawa. Hal ini dapat merubah pribadi aktor seperti pada N1 yang menjadi lebih tegas ataupun menguatkan seperti N2 yang menjadi semakin yakin bahwa bersikap tegas, bertanggung jawab, dan cekatan diperlukan. Pada N1, bahkan gaya berjalan Profesor Realman belum dapat dihilangkan hingga saat ini. Ciri berupa adanya proses pembelajaran atau pemerolehan *insight* ini serupa dengan ciri pada tingkat empat *organismic involvement*.

Tabel 2 Perbandingan *Self-Regulation* N1 dan N2

Narasumber 1	Narasumber 2
<i>Self-Regulation (SR)</i>	<i>Self-Regulation (SR)</i>
A. Goal selection	A. Goal selection
- Tokoh ditentukan	- Tokoh ditentukan
- Bermain sebaik-baiknya	- Bermain sebaik-baiknya
- Menghayati tokoh	- Menghayati tokoh
- Memuaskan harapan diri aktor dan penonton	- Memuaskan harapan diri aktor dan penonton
B. Preparation for action	B. Preparation for action
- Membuat bayangan sosok Profesor Realman	- Membuat bayangan sosok Abimanyu
- Mengumpulkan informasi: membaca, observasi, bertanya	- Mengumpulkan informasi: membaca, observasi, bertanya
- Berlatih	- Berlatih
C. Cybernetic cycle of behavior	C. Cybernetic cycle of behavior
- Membandingkan diri N1 dengan Profesor Realman	- Membandingkan diri N1 dengan Abimanyu
- Melakukan usaha untuk mengurangi kesenjangan: berlatih	- Melakukan usaha untuk mengurangi kesenjangan: berlatih, membaca
- Membuat penawaran pada sutradara	- Memvisualisasikan karakter saat pementasan
- Reaksi emosional: tidak dijelaskan	- Reaksi emosional: bila belum berhasil seperti utang, bila berhasil: tidak bisa dibayar dengan uang
- Harapan: tidak dijelaskan, pasti positif, kembali ke awal	- Harapan: tidak dijelaskan, pasti positif, kembali ke awal
D. Kesimpulan SR: tanpa perencanaan tertulis, baik.	D. Kesimpulan SR: tanpa perencanaan tertulis, sangat baik.

Self-regulation N1 dan N2

Kedua narasumber memiliki *self-regulation* yang baik. Siklus perilaku terus berputar selama proses pencapaian tujuan berlangsung. Perlu diperhatikan bahwa pada N1 ada tenggat waktu yang harus dipenuhi. Sementara N2 memiliki waktu lebih panjang. Baik N1 maupun N2 tidak memiliki perencanaan tertulis. Spontanitas tampaknya terjadi pada keduanya dalam menyikapi langkah-langkah yang diambil dan kondisi yang terjadi selama proses pencapaian tujuan berlangsung. Dilihat dari pencapaian tujuan, kedua N1 dan N2 memiliki *self-regulation* yang baik.

DISKUSI

Berdasarkan hasil analisa data, kualitas, jumlah, dan variasi data hasil penelitian dapat meningkat bila ditambah dengan:

1. Observasi; sejauh ini peneliti telah melakukan observasi namun belum dilakukan secara sistematis. Sebaiknya disiapkan *behavioral check list* untuk mencatat perilaku yang muncul di atas panggung. Data ini dapat memvalidasi hasil wawancara.
2. Pedoman wawancara; sebaiknya *draft* pertanyaan dibuat lebih rinci. Peneliti sempat menemukan kesulitan untuk menyampaikan pertanyaan yang dituliskan dalam bahasa akademis berdasarkan kerangka teori.
3. Jumlah subyek; semakin banyak jumlah subyek diharapkan akan meningkatkan reliabilitas penelitian. Penambahan variasi subyek sebaiknya juga dilakukan karena dapat meningkatkan variasi data.

Adapun beberapa hal yang menjadi perhatian peneliti berkenaan dengan hasil yang diperoleh yakni:

1. Penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan bagi dunia teater dan menjadi salah satu pertimbangan bagi materi di kelas-kelas akting untuk mencapai kualitas aktor bagi pelakonan peran yang baik. Perlu diperhatikan pula bahwa pelatihan seni peran dapat dilakukan bagi berbagai usia dengan pengawasan khusus, terutama bagi anak-anak dan remaja yang masih mencari identitasnya. Pemahaman terhadap diri merupakan hal yang harus dicapai terlebih dahulu sebelum seorang aktor diijinkan untuk mencari atau mempelajari sendiri sebuah tokoh.
2. Pintrich dan Schunk (1996) mendefinisikan minat sebagai aspek penting dari motivasi yang mempengaruhi perhatian, belajar, berpikir,

dan berprestasi. Perlu dikaji lebih lanjut peran minat dalam *organismic involvement* dan *self-regulation* yang mungkin dimiliki oleh seorang aktor.

3. Peneliti menggunakan aspek-aspek dalam *organismic involvement* perlu adanya tambahan kajian teori-teori baru lagi. Mengingat teori tersebut sudah dikembangkan sejak lama, perlu didukung pula oleh teori-teori baru yang relevan. Hal ini dapat dilihat pada aspek kognitif, afektif, dan psikomotor yang dapat dikaji dengan teori taksonomi Bloom. Menurut Bloom (1965), aspek kognitif terdiri dari *evaluation, sintesis, analisis, aplikasi, comprehension, knowledge*. Menurut Kratwohl, Bloom, & Masja (1964) aspek afektif terdiri *characterizing by value or value concept, organizing and conceptualizing, valuing, responding, dan receiving*. Sementara Dave (1975) menyatakan aspek psikomotor terdiri atas *naturalization, articulation, precision, manipulation, imitation*. (dalam http://www.learningandteaching.info/learning/bloom_tax.htm)
4. Pembahasan juga dapat dilakukan dengan teori-teori psikologi positif seperti teori *flow* yang diajukan Csikszentmihalyi (dalam Compton, 2005). *Flow* ini dapat terjadi pada semua budaya (Csikszentmihalyi & Csikszentmihalyi, dalam Compton, 2005). Dengan demikian teori ini dapat digunakan untuk menjelaskan keterlibatan diri seseorang pada suatu kasus unik seperti aktor teater pada penelitian ini, baik di Indonesia maupun di luar negeri.

Sesuai dengan hasil penelitian, peneliti berpendapat bahwa ada beberapa hal yang bisa dilakukan untuk memberikan manfaat lebih luas dari penelitian berikutnya.

1. Penambahan jumlah subyek penelitian
Penelitian kualitatif memang tidak membutuhkan terlalu banyak subyek. Bahkan Poerwandari menyatakan, kasus tunggalpun dapat menjadi sebuah penelitian yang bermanfaat. Namun dengan adanya berbagai perbedaan dan kesamaan orang-orang di suatu komunitas dengan ketertarikan serupa, perlu adanya perbandingan yang cukup untuk memperoleh hasil penelitian yang lebih berkualitas.
2. Kontrol jenis kelamin subyek penelitian. Kedua hal ini sebenarnya sangat penting bagi seorang aktor. Terutama berkenaan dengan ekspresi emosi yang pada umumnya lebih mudah dilakukan oleh wanita. Menariknya, sebagian besar aktor teater yang masih aktif dan konsisten bermain teater

justru berjenis kelamin pria.

3. Alloanamnesa

Meski sudah dilakukan alloanamnesis dari rekannya di teater, peneliti perlu juga melakukan wawancara dengan pihak keluarga atau orang terdekat yang mengetahui keseharian subyek penelitian di luar keaktorannya.

4. Penggunaan teori-teori yang lebih baru; Karena teori peran Sarbin sudah cukup lama (*Role theory* dipublikasikan pada tahun 1954), teori-teori baru yang mendukung akan sangat membantu dalam proses analisis dan mengatasi perkembangan zaman.

DAFTAR PUSTAKA

- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2004). *Handbook of self-regulation. Research, theory and application*. New York: Guilford Press.
- Blatner, A. (1996). *Acting in practical applications of psychodramatic methods (3rd ed.)*. USA: Springer Publishing Company.
- Learning and Teaching info. Bloom. Diunduh 28 Juni 2010 dari http://www.learningandteaching.info/learning/bloom_tax.htm.
- Brown, J. D. (1998). *The self*. USA: Mc Graw-Hill
- Carey, K. B., Neal, D. J., & Collins, S. E. (2004). A psychometric analysis of the self-regulation questionnaire. *Addictive Behavior, 29*, 253-260.
- Cresswell, J. D. (2003). *Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (2nd ed.)*. USA: SAGE Publication.
- Compton, W.C. (2005). *An introduction to positive psychology*. USA: Thomson Wadsworth.
- Daiute, C., & Lightfoot, C. (2004). *Narrative analysis, studying the development individuals in society*. USA: Sage Publication.
- Grandey, A. A. (2003). 'When 'the show must go on': Surface acting and deep acting as determinants of emotional exhaustion and peer-rated service delivery. *Academy of Management Journal, 46*, 89-96.
- Pintrich, P., & Schunk, D. (1996). *Motivation in education: Theory, research and applications*, Ch. 3. NJ: Prentice-Hall.
- Poerwandari, E.K. (2001). *Pendekatan kualitatif untuk penelitian manusia*. Jakarta : LPSP3 UI.
- Sarbin, T.R. (1954). Role theory. Dalam G. Lindzey (1st ed.). *Handbook of social psychology. Theory and method*, hlm. 223-258. Cambridge, MA: Addison-Wesley Publishing Company.
- Sarbin, T. R., & Allen, V. L. (1968). Role theory. Dalam G. Lindzey & E. Aronson. *Handbook of social psychology (2nd ed.)*, hlm.488-567. Reading, MA: Addison-Wesley.