

## MEMBUDAYAKAN TEATER DI SMA NEGERI TANJUNGSARI, SUMEDANG

**Baban Banita, Trisna Gumelar dan Indra Sarathan**

Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Padjadjaran

E-mail: b.banita@unpad.ac.id

**ABSTRAK.** Bermain teater merupakan kegiatan yang melibatkan jenis-jenis kesenian lain. Karena itu, seseorang yang hendak aktif atau berkecimpung di dunia teater perlu membekali diri dengan berbagai keahlian, misalnya akting, musik, tari, rias, dekorasi, dan lain-lain. Bermain teater bisa dilakukan oleh berbagai jenjang umur selama yang bersangkutan mampu, mau, sehat lahir dan batin. Bagi siswa SMA bermain teater sangat berguna untuk menambah ilmu pengetahuan, kecerdasan, keorganisasian, dan kemasyarakatan sebab bermain teater mengandung proses yang sejalan dengan kegunaan itu. Dalam rangka meningkatkan apresiasi dan kegiatan yang berkelanjutan di bidang teater Tim Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Padjadjaran menyelenggarakan pelatihan di SMA Negeri Tanjungsari, Sumedang khususnya pada Kelompok Teater Gulamsaka. Materi yang disampaikan pada kegiatan itu adalah Sejarah Teater Indonesia, Sastra dan Teater, Bedah Naskah, Latihan Bermain Teater (olah tubuh, olah jiwa, olah vokal). Teknik yang digunakan dalam kegiatan ini terbagi dalam tiga bentuk, yaitu penjelasan langsung, diskusi, dan praktik. Kegiatan ini diikuti terutama oleh anggota baru Gulamsaka dan beberapa panitia atau anggota senior serta dihadiri oleh guru-guru pembina ekstrakurikuler. Kegiatan dilaksanakan selama beberapa hari yang dimulai sejak pukul 14.30—17.00 WIB. Hasil yang didapat dari kegiatan ini adalah terbentuknya tim yang akan mementaskan naskah pendek.

**Kata kunci:** Teater; sastra; naskah; pentas

***ABSTRACT.** Playing theater is an activity that involves other types of art. Therefore, someone who wants to be active or involved in the world of theater needs to equip themselves with various skills, such as acting, music, dance, makeup, decoration, and others. Playing theater can be done by various age levels as long as they are able, willing, and physically and mentally healthy. For high school students, playing theater is very useful for increasing knowledge, intelligence, organizational skills, and social skills because playing theater contains processes that are in line with these uses. In order to increase appreciation and sustainable activities in the field of theater, the Community Service Team (PKM), Faculty of Cultural Sciences, Padjadjaran University held training at Tanjungsari State High School, Sumedang, specifically for the Gulamsaka Theater Group. The materials presented at the activity were the History of Indonesian Theater, Literature and Theater, Script Analysis, Theater Playing Practice (body, soul, vocal). The techniques used in this activity are divided into three forms: direct explanation, discussion, and practice. This activity was attended primarily by new members of Gulamsaka and several committee or senior members, and was attended by teachers supervising extracurricular activities. The event took place over several days, from 2:30 PM to 5:00 PM WIB. The result was the formation of a team that would perform a short play.*

**Keywords:** Theater; literature; script; stage

### PENDAHULUAN

Teater, sandiwara atau drama merupakan kesenian yang banyak digemari oleh anggota masyarakat. Sejak zaman sebelum munculnya televisi, teater termasuk ke dalam jenis tontonan yang ditunggu-tunggu oleh penggemarnya. Tidak dipungkiri jika anak-anak tingkat Sekolah Menengah Atas atau SMA menyukainya. Karena itu, mereka mengikuti kegiatan sekolah yang di dalamnya berisi teater atau drama. Rutinitas perpisahan bagi siswa yang telah lulus sekolah selalu disertai dengan semacam pesta perpisahan yang dilaksanakan di suatu aula atau gedung yang di dalamnya dilengkapi dengan panggung. Para siswa kelas 1 dan 2 yang akan berpisah dengan siswa kelas 3 biasanya diharuskan mengisi acara dalam bentuk pentas seni. Pada kesempatan inilah hadir teater dan menjadi bentuk kesenian yang digemari oleh siswa dan guru-guru. Namun, seiring berjalannya

waktu dan perkembangan teknologi pentas drama atau teater menjadi tersisihkan meskipun masih banyak peminatnya ataupun penontonnya. Hal ini, di antaranya, disebabkan oleh tidak berjalannya kegiatan ekstrakurikuler teater di SMA.

Di tengah sepihnya kegiatan teater di sekolah-sekolah menengah, SMA Negeri Tanjungsari adalah pengecualian. SMA Negeri Tanjungsari secara geografis masuk ke wilayah Kecamatan Tanjungsari, Kabupaten Sumedang dan bertetangga dengan Kecamatan Jatiningor tempat kampus Universitas Padjadjaran berdiri. Sekolah yang letaknya di pinggir Jalan raya Bandung—Sumedang ini telah berusia lebih dari 30 tahun. Mereka telah beberapa tahun ke belakang mendirikan grup teater secara formal dan tercantum sebagai bentuk ekstrakurikuler yang dipayungi sekolah. Grup teater itu bernama Gulamsaka. Kelompok teater yang rutin memberikan pelatihan-pelatihan bagi anggota baru ini mendapatkan predikat pertama pada tahun 2023

pada perhelatan lomba teater SMA se-Jawa Barat. Hal ini, bukan saja menunjukkan kualitas teaternya tetapi ‘hiruk-pikuk’ siswa-siswanya di setiap dua hari per pekan saat melakukan latihan rutin.

Dalam rangka memberikan bekal kepada anggota baru, Teater Gulamsaka bekerja-sama dengan alumminya yang bergelut di bidang teater juga dengan instansi yang mempunyai kaitan dengan ranah perteateran. Di antara kerja sama itu, mereka mengundang dosen-dosen dari Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Padjadjaran, Jatinangor untuk berbagi ilmu memberikan materi pada pelatihan khusus bagi anggota baru Gulamsaka. Pelatihan ini dilaksanakan pada November 2024.

## METODE

Metode pelatihan yang digunakan dalam kegiatan ini ada tiga, yaitu ceramah, diskusi, dan praktikum. Metode ceramah dilakukan ketika memberikan materi yang berkaitan dengan sastra dan teater. Metode diskusi terutama digunakan ketika membedah naskah drama yang akan dipentaskan. Sedangkan metode praktikum terutama dilaksanakan ketika melakukan latihan teater bersama. Metode pengolahan data kegiatan ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode partisipatif. Dalam hal ini, peneliti terlibat langsung sebagai pelatih sekaligus peserta dalam kegiatan ekstrakurikuler teater. Penelitian kualitatif bertujuan untuk mengumpulkan data di lingkungan alami dengan maksud untuk menafsirkan fenomena. Sedangkan metode partisipatif menempatkan peneliti berperan sebagai instrumen utama. Peneliti mengumpulkan data secara sistematis melalui umpan balik yang diperoleh dari kegiatan pelatihan ekstrakurikuler teater ini. Penyimpulan hasil penelitian ini dilakukan dengan analisis data secara induktif yang menekankan pada makna generalisasi (Anggito & Setiawan, 2018).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Sastra dan Teater

Pada tahap awal, materi yang diberikan kepada anggota baru adalah kaitan sastra dan teater. Dalam hal ini, teater memiliki sekurang-kurangnya empat unsur penting dalam setiap pementasan, yaitu pertama, lakon atau cerita yang ditampilkan, bisa berwujud sebuah naskah atau skenario tertulis, skenario tak tertulis (dalam teater kerakyatan). Kedua, pemain adalah orang yang membawakan lakon tersebut. Ketiga, sutradara sebagai penata pertunjukan di panggung. Keempat, penonton adalah sekelompok orang yang menyerahkan sebagian dari kemerdekaannya

untuk menjadi bagian dari tokoh yang tampil dalam suatu lakon dan menikmatinya.

Lakon ditulis oleh seorang penulis naskah lakon berdasarkan yang dilihat, yang dialami, dan yang dibaca atau diceritakan kepadanya oleh orang lain. Penulis kemudian menyusun rangkaian kejadian, semakin lama semakin rumit, sehingga pada puncaknya masuk ke dalam penyelesaian cerita. Penting sekali bahwa dalam menyusun kejadian-kejadian atau peristiwa-peristiwa seorang penulis haruslah bersabar untuk melangkah dari satu kejadian ke kejadian lain dalam suatu perkembangan yang logis, tetapi semakin lama semakin gawat sehingga akhirnya ia sampai ke puncak yang disebut klimaks.

Dalam lakon akan dijumpai dua hal yang sangat penting, yaitu pertama, konflik. Kedua, tokoh atau tokoh yang terlibat dalam kejadian-kejadian dalam lakon. Peristiwa atau kejadian dibuat oleh penulis naskah sebagai kerangka besar yang mendasari terjadinya suatu lakon. Peristiwa lakon tersebut menuntun seseorang untuk mengikuti laku kejadian mulai dari pemaparan, konflik hingga penyelesaian. Konflik dalam lakon merupakan inti cerita. Tidaklah menarik sebuah cerita disajikan di atas panggung tanpa adanya konflik. Konflik dalam lakon bisa rumit bisa juga sederhana. Gagasan utama atau pesan lakon termaktub dalam konflik yang merupakan pertentangan antara satu pihak terhadap pihak lain mengenai sesuatu hal. Jalinan cerita menuju konflik dan cara penyelesaiannya inilah yang menjadikan lakon menarik.

Tidak ada acuan yang pasti terhadap konflik dalam lakon yang dapat membuat cerita menjadi menarik. Terkadang konflik yang kecil dan sederhana jika diselesaikan secara cerdas akan membuat penonton takjub. Sementara, konflik yang berat, berliku, dan bercabang-cabang jika tidak disajikan secara baik justru akan membosankan dan membuat laku lakon menjadi lamban. Jadi, kalau ada anggapan bahwa semakin rumit konflik lakon semakin menarik adalah anggapan yang salah, karena peristiwa yang mengarahkan cerita kepada konflik membutuhkan tokoh sebagai pelaku. Tokoh adalah orang yang menghidupkan kejadian atau peristiwa yang dibuat oleh penulis naskah. Jadi dalam lakon ada dua hal penting yang diciptakan oleh seorang penulis lakon, yaitu konflik dan tokoh yang terlibat dalam kejadian.

Pada kesempatan ini disampaikan, bahwa lakon atau naskah yang baik akan menghasilkan pementasan yang baik pula selama naskah diperlakukan dengan baik sesuai dengan nilai-nilai kesastraannya. Karena itu, memilih naskah atau menulis naskah merupakan kegiatan yang memerlukan ilmu pengetahuan,

terutama yang berhubungan dengan kesastraan. Pada bagian ini disampaikan bahwa perkembangan teater merupakan perkembangan sastra (naskah drama) karena keduanya memiliki hubungan timbal balik yang sangat erat.

### Membedah Naskah Drama

Setelah penyampaian materi dalam bentuk ceramah dan dipungkas dengan tanya jawab selesai, materi yang disampaikan kemudian adalah praktik membedah naskah drama. Dalam hal ini, diambil contoh naskah pendek atau kutipan dari naskah panjang dan teori yang mudah dipahami oleh siswa (struktur naskah: tema, plot, konflik, karakter, latar)

Langkah pertama dalam bedah naskah adalah membaca 'keras-keras' atau semacam 'dramatik reading' bersama-sama. Pada kegiatan ini secara tidak langsung para pembaca telah menentukan atau mengapresiasi karakter tokoh, yaitu dari cara naskah yang berbentuk dialog itu diucapkan. Pada kesempatan ini, karakter dan konflik menjadi bagian yang menarik untuk didiskusikan dan dipraktikkan.

Naskah yang dijadikan bahan diskusi dan bahan pembacaan adalah "Terdakwa" karya Hikmat Gumelar. Naskah ini bercerita tentang misteri kematian seorang seniman besar. Seorang pematung yang telah menciptakan banyak karya dan karya-karyanya sering menjadi perbincangan kritikus dan pemerintah. Hal ini karena karya pematung tersebut penuh dengan muatan-muatan kritik terhadap penguasa. Diceritakan juga sikap penegak hukum yang jujur dengan segala macam masalah tekanan yang dihadapinya sehingga mempengaruhi situasi dan kondisi keluarganya. Sebagai pegawai pemerintah, hakim tersebut tidak mau terseret ke dalam arus kekuasaan yang memandang persoalan hukum bisa ditentukan oleh kekuasaan. Karena itulah, hakim itu hidupnya penuh tekanan dan ancaman dari banyak penjurur. Dihadirkan juga dalam naskah itu situasi dan kondisi penegak hukum yang tunduk pada perintah kekuasaan. Apapun yang dilakukannya harus sesuai dengan komando dari atasannya. Maka jadilah penegak hukum itu sebagai kepanjangan tangan dari penguasa yang keputusan-keputusannya sering tidak menggambarkan tugas dan kewajiban penegak hukum atau penegak keadilan. Berikutnya digambarkan situasi dan kondisi para wartawan yang sibuk menyampaikan berita-berita yang benar dan bertentangan dengan keinginan kekuasaan. Karena itu, mereka juga menghadapi teror dari pihak yang berseberangan dengan kewajibannya dalam menyampaikan kebenaran. Ada banyak sindiran terhadap

perilaku penguasa yang sewenang-wenang ketika menghadapi masalah yang merongrongnya atau yang mengkritisnya.

Secara struktur naskah drama itu bertemanan perlawanan atau sikap kritis terhadap kekuasaan. Tokoh utamanya hakim yang jujur dan selalu dalam tekanan. Tokoh lainnya yaitu istri hakim yang kehidupannya kesepian karena sering ditinggal bekerja oleh suaminya bahkan saat di rumah sekalipun. Sebagai wakil kekuasaan dihadirkan polisi yang bekerja keras untuk melenyapkan nada kritis terhadap pemerintah. Para jurnalis adalah tokoh-tokoh yang kritis dan selalu menentang kekuasaan yang sewenang-wenang. Tokoh pematung adalah seniman terkenal dan ada yang membunuh, dia kritis terhadap pemerintah dalam karya-karyanya. Latar yang digunakan dalam naskah ini yaitu masa pemerintahan Orde Baru. Naskah ini mempunyai alur atau perjalanan satu peristiwa ke peristiwa lainnya. Ada banyak peristiwa yang berbeda yang tampak berdiri sendiri namun peristiwa-peristiwa itu sebagai bagian yang akan memperkuat dalam menuju klimaks.

*Dramatic reading* dan diskusi itu berjalan penuh dengan kegembiraan dan para siswa turut mengkritisi naskah juga mengkritisi situasi dan kondisi kekinian kekuasaan. Dengan demikian, membaca naskah drama juga menjadi bagian dalam hal belajar tentang kehidupan. Mereka belajar tentang seluk-beluk kekuasaan, penegak hukum, jurnalistik, kesenian, rumah tangga, dan lain-lain. Dalam pembacaan di beberapa bagian terdapat pengulangan-pengulangan sambil dibarengi penjelasan-penjelasan yang berhubungan dengan karakter tokoh. Membaca teks drama merupakan bagian dari interpretasi pembaca yang juga menggambarkan bentuk-bentuk akting yang kelak dilakukan oleh aktor.

Diskusi yang menarik dari naskah drama itu adalah unsur intertekstualnya. Para siswa dibawa pada kekritisannya dalam menghadapi kehidupan nyata atau kekuasaan nyata. Meskipun latar naskah itu masa kekuasaan zaman Orde Baru tetapi masih relevan dengan kekuasaan kekinian. Misalnya banyak siswa yang menyoroti kinerja alat-alat penegak kekuasaan, penegak keadilan, jurnalistik, dan para seniman. Mereka dengan bersandar dari berita-berita, berusaha kritis terhadap kejanggalan-kejanggalan tindakan penguasa. Selain itu, mereka juga tertarik untuk menjadi tokoh tertentu dalam kehidupan nyata seperti seniman, wartawan, polisi, jaksa, hakim.

### Latihan atau Praktik Bermain Teater

Latihan bisa dikatakan terdiri dari dua tahap, yaitu tahap pertama tanpa naskah dan tahap kedua

dengan menggunakan naskah. Tahap pertama dibagi dalam empat bentuk, yaitu olah tubuh, olah vokal, olah jiwa, dan olah napas. Tahap menggunakan naskah, yaitu membaca, bedah naskah, dan mengeksekusi naskah dalam bentuk pentas.

Bagi sebagian penggiat teater, latihan teater merupakan olahraga yang bobotnya sama dengan jogging atau bentuk permainan seperti sepak bola. Dikatakan demikian karena latihan teater diantaranya adalah mengusahakan tubuh agar tetap sehat, bugar, kokoh, kuat, lentur sehingga siap untuk memerankan berbagai hal saat bermain drama.

## 1. Olah Tubuh

Agar tubuh mempunyai fungsi yang maksimal untuk bermain drama maka tubuh itu harus dilatih secara teratur dan konsisten. Latihan olah tubuh dapat dikatakan mudah bagi orang yang suka latihan rutin namun sulit bagi orang yang latihannya tidak teratur. Berikut adalah latihan olah tubuh yang diberikan atau dilaksanakan oleh anggota teater Gulamsaka SMA Negeri Tanjungsari.

Seperti halnya olahraga, olah tubuh biasa diawali dengan peregangan. Peregangan ini berguna untuk mencegah cedera sekaligus juga melatih kelenturan. Dalam olah tubuh latihan peregangan akan dimulai dari bagian atas (kepala terutama leher), bagian bahu, lengan, jari-jari, dada, perut, paha, betis, hingga pergelangan kaki. Proses peregangan dihitung dari satu hingga delapan dalam dua kali hitungan per gerakan. Setelah peregangan maksimal tubuh siap untuk diajak melakukan gerakan-gerakan sulit. Namun, ada baiknya jika peserta melakukan lari terlebih dahulu dalam beberapa waktu atau dalam hitungan jarak tempuh, misalnya, berlari 5 menit atau 1000 meter.

Dalam olah tubuh ada istilah latihan atas dan latihan bawah. Latihan atas adalah latihan yang dilakukan dengan kaki tetap berdiri sedangkan latihan bawah dilakukan dengan tumpuan bukan pada kaki. Latihan olah tubuh berguna untuk melatih gestur ketika diperlukan dalam adegan-adegan tertentu. Supaya tidak membosankan saat latihan olah tubuh semua peserta dilibatkan dengan cara menghitung gerakan bergantian. Misalnya, saat menggerakkan kepala si A menghitung gerakan itu hingga 16, kemudian saat gerakan diganti dengan menggerakkan bahu si B yang menghitungnya hingga 16. Jadi, setiap peserta akan mendapatkan giliran meneriakkan hitungan. Dalam hal ini, secara tidak disengaja mereka yang menghitung sekaligus melatih dua materi, yaitu olah tubuh dan olah vokal.

Olah tubuh selain membuat gerakan yang monoton juga melakukan gerakan kreatif seperti

menari, meniru gerakan tertentu dari yang ditemui dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini juga sekaligus melakukan dua latihan sekaligus, yaitu olah tubuh dan olah sukma yang ujungnya melatih konsentrasi atau melatih fokus.

Olah tubuh latihan bawah adalah olah tubuh dengan kaki tidak dijadikan tumpuan atau berdiri. Jadi, gerakan ini bisa dalam keadaan duduk dan tiduran atau terlentang. Gerakannya misalnya sit-up, pull-up, push-up, gerakan mengayuh sepeda, membuat tulisan atau lukisan dengan menggunakan kaki sebagai pengganti tangan dan lain-lain. Olah tubuh bawah berguna untuk menguatkan otot-otot dan membangun kelenturan.

Latihan olah tubuh kadang dilakukan berpasangan dengan teman-temannya, kadang berkelompok. Hal ini, selain melatih otot dan kelenturan juga melatih kekompakkan.

## 2. Olah Vokal

Olah vokal adalah latihan dalam mengolah suara yang dikeluarkan melalui alat-alat artikulasi. Pada bagian ini para siswa dilatih membunyikan vokal dan konsonan mulai dari /a/ hingga /z/. Misalnya siswa memulai latihan dengan membunyikan vokal /a/ kemudian /i/, /u/, /e/, /o/. Saat latihan akan terdengar suara a yang panjang saat huruf itu dibunyikan. Satu bunyi vokal dilakukan dalam satu tarikan napas dan diulang-ulang hingga tiga sesi tarikan napas. Setelah selesai membunyikan vokal satu per satu, latihan dilakukan dengan membunyikan semua vokal satu per satu dalam satu tarikan napas. Jadi, akan terdengar bunyi /a, i, u, e, o/ yang terus bergantian dalam satu rangkaian. Satu tarikan napas adalah menarik napas melalui hidung sebanyak-banyaknya kemudian mengeluarkannya sambil membunyikan huruf-huruf tadi.

Latihan berikutnya adalah membunyikan konsonan satu-satu dalam satu tarikan napas. Setelah tiap konsonan selesai dibunyikan kemudian dilanjutkan dengan membunyikan sebuah kata, misalnya kucing, utara, langit dan lain-lain. Latihan dilanjutkan dengan membunyikan frase, lalu kalimat. Dalam latihan vokal dilakukan juga membunyikan satu kata dengan beragam nada sesuai dengan maksud kata tersebut. Misalnya, kata pisang dibunyikan dengan beragam maksud. Latihan vokal ini sering juga disertai dengan bernyanyi dan lagu yang dipilih adalah lagu yang dikuasai oleh semua peserta, misalnya lagu Balonku.

Latihan olah vokal bagi siswa berguna untuk melatih lafal, melatih nada, emosi, kekuatan atau volume dan lain-lain. Latihan ini bertujuan agar aktor mempunyai suara yang kuat, bulat, dan jelas

kedengarannya oleh penonton meskipun dalam jarak yang jauh dan tanpa bantuan penguat suara. Dalam olah vokal disertakan juga latihan pernapasan, biasanya disebut pernapasan perut.

Ketika melakukan latihan vokal, tubuh bisa sambil berdiri tegak, sambil jongkok, tiduran, lari-lari dan lain-lain. Tapi yang paling sering dilakukan adalah sambil duduk bersila dan berdiri tegak. Untuk mengatasi kebosanan atau kemonotonan, latihan bisa dilakukan dengan membuat sebuah permainan. Dalam hal ini, yang diutamakan adalah membangun kualitas vokal agar tetap prima dan punya karakter sesuai dengan yang diinginkan peran saat bermain drama.

Pada tahap akhir latihan olah vokal adalah menerapkan atau praktik membaca naskah drama dengan penekanan pada artikulasi peserta. Latihan ini memilih dialog yang pendek dan mudah dihafal sebab pada sesi berikutnya naskah itu dijadikan bahan untuk saling berbicara dari jarak yang berjauhan. Hal ini dimaksudkan untuk melatih kekuatan dan kejelasan vokal saat berdialog di panggung. Dalam olah vokal sekaligus juga melatih penjiwaan atas kalimat dan kata saat diucapkan juga melatih gestur dan mimik.

### 3. Olah Jiwa

Olah jiwa sering disebut juga olah sukma yakni melakukan fokus pada imaji tertentu yang sebelumnya sudah ditentukan. Jadi, para peserta diajak untuk membayangkan sesuatu, membayangkan kejadian tertentu dan menumpahkannya dalam bentuk suara, gerakan, dan mimik. Olah jiwa merupakan latihan yang menggali kembali pengalaman yang sudah dialami secara langsung atau pengalaman yang tidak langsung. Biasanya sebagai yang mendasar peserta diajak membayangkan kegembiraan, kesedihan, dan kemarahan lalu merealisasikannya ke dalam bentuk suara atau kata-kata.

Latihan olah jiwa memerlukan fokus yang lebih kuat. Karena itu latihan awal dilakukan dengan duduk bersila dengan jarak satu meter antarpeserta. Latihan olah jiwa sekaligus melatih pernapasan dan gestur-gestur kecil. Dalam hal ini peserta perlu mendapat pengawasan yang ketat. Karena itu, kami mengajak para mahasiswa untuk membantu membimbing peserta dalam melakukan latihan ini.

Proses latihan ini cukup menarik para peserta, mereka diasah kepekaannya melalui pembayangan-pembayangan dan merasakan hal yang dibayangkan itu. Mereka bisa tertawa saat membayangkan hal yang lucu, mereka bisa menangis saat membayangkan hal yang menyedihkan dalam hidupnya, mereka bisa berteriak marah saat membayangkan sesuatu yang

menjengkelkan. Dalam hal ini, pelatih bisa memilah antara yang berhasil dalam olah jiwa dan yang masih kurang dalam penjiwaan. Latihan ini akan diakhiri dengan sesi diskusi dan membocorkan pengalaman masing-masing yang dalam latihan dijadikan objek imajinasi.

### 4. Olah Napas

Olah napas adalah latihan mengelola pernapasan dengan langkah-langkah yang menyerupai yoga, yakni menggabungkan pernapasan dan gerakan. Latihan ini biasa dilakukan dengan berdiri, duduk, dan tidur. Latihan ini bisa dilakukan dengan disertai gerakan-gerakan kecil, suara-suara tertentu dan lain-lain. Fokus yang dilakukan dalam proses latihan ini adalah pengenalan pernapasan perut untuk membantu kekuatan vokal.

Latihan pernapasan perut secara sederhana dimulai dari membuat posisi tubuh yang rileks. Tahap pertama tarik napas melalui hidung sebanyak-banyaknya hingga paru-paru penuh udara, tahap kedua memindahkan atau menekan paru-paru yang penuh ke perut atau bagian bawah sehingga perut lebih keras dari biasa. Napas ditahan sebentar di perut kemudian dengan sangat pelan dan sedikit-sedikit dikeluarkan melalui hidung sampai habis atau sampai perut itu tidak gembung lagi. Setelah selesai lalu mengulang gerakan yang pertama hingga selesai. Satu bentuk gerakan bisa dilakukan dengan delapan kali tarikan napas. Olah napas yang disertai gerakan misalnya saat menarik napas tangan didekatkan ke dada hingga menempel. Gerakan disesuaikan dengan perjalanan tarikan napas. Setelah tangan menempel napas ditahan sejenak atau napas ditahan di perut. Kemudian ketika napas dikeluarkan satu tangan bergerak ke depan sesuai dengan kecepatan napas yang disertai juga dengan pandangan mata fokus pada ujung jari yang digerakkan ke depan. Setelah habis napasnya, gerakan diulang-ulang hingga delapan sesi.

Olah napas juga bisa disertai dengan latihan vokal. Misalnya latihan sambil duduk bersila. Napas ditarik hingga penuh kemudian ditekan ke bawah atau ke perut kemudian saat dikeluarkan disertai dengan vokal, misalnya vokal /a/. Bunyinya bisa bervariasi antara rendah, sedang, tinggi. Latihan ini bisa juga disertai dengan membayangkan huruf /a/ atau huruf yang dibunyikan saat mengeluarkan napas.

Latihan olah napas bisa menyatukan seluruh latihan yang sudah dilakukan sebelumnya. Jadi, saat menarik napas bisa dengan gerakan tertentu, bisa sambil membayangkan imaji yang sesuai dengan gerakan, bisa sambil mengeluarkan bunyi vokal atau bunyi dari kata tertentu. Jadi, gerakan tubuh, bunyi

kata, imajinasi bisa dikumpulkan dalam satu tarikan napas.

### 5. Merencanakan Pementasan

Kesuksesan suatu pementasan tidak lepas dari bersatunya berbagai unsur yang sama-sama berupaya dalam mewujudkannya. Pementasan teater adalah kerja kolektif yang bisa dibagi ke dalam dua bagian utama, yaitu tim produksi dan tim artistik. Keduanya mempunyai fungsi dan peran yang berbeda namun mempunyai satu tujuan, yakni terwujudnya pementasan yang hebat dan layak untuk dinikmati oleh penonton.

### 6. Membentuk Tim Produksi

Tim produksi dipimpin oleh seorang pimpinan produksi yang sering disebut pimpro. Dibentuknya tim produksi bagi anak SMA atau peserta pelatihan sangat berguna bagi kehidupan di masa depan sebab dalam tim ini mereka belajar cara mengelola pekerjaan kolektif, mereka belajar berorganisasi, belajar memahami karakter orang yang berbeda-beda, belajar menyelesaikan konflik dan permasalahan-permasalahan lainnya yang banyak muncul dalam suatu organisasi.

Para peserta diberi penjelasan tentang organisasi atau tim di belakang panggung beserta dengan tugas-tugasnya. Dalam teater, tim produksi merupakan bagian penting dari proses penggarapan pentas. Tim produksi terdiri dari tim yang bertanggung jawab dalam menggarap aspek-aspek teknis, logistik, dan administratif dari pementasan.

Tim produksi diketuai oleh Pimpinan Produksi yang dibantu oleh asistennya. Pimpinan Produksi mempunyai tugas mengarahkan tim produksi agar pementasan berjalan lancar dan sesuai dengan konsep. Dia membuat perencanaan, penggarapan, dan pengawasan aspek-aspek teknis, logistik, dan administratif. Berada di belakang panggung dan bekerja sama dengan tim artistik untuk memastikan pentas berjalan lancar. Pimpinan produksi dibantu oleh Asisten Pimpinan Produksi yang tugasnya membantu pimpro dalam mengarahkan produksi. Membuat perencanaan, penggarapan, dan tugas-tugas utama pimpro lainnya. Kadang untuk keperluan tertentu diangkat juga seorang produser yang tugasnya hampir sama dengan pimpro. Produser mempunyai tugas mengawasi aspek-aspek keuangan, pemasaran, dan promosi. Dia juga mengatur anggaran, membuat strategi pemasaran, dan mempromosikan pementasan. Dia berada di belakang panggung dan bekerja sama dengan tim artistik untuk memastikan pementasan sukses.

Tim produksi intinya terdiri dari sekretaris, bendahara, hubungan masyarakat, perlengkapan, dokumentasi, dana usaha, konsumsi, dan lain-lain. Semuanya mempunyai tugas yang berbeda sesuai dengan kesepakatan yang telah ditentukan bersama dalam rapat produksi. Mereka selalu siap dalam upaya menyukseskan pementasan.

Tim produksi diberikan kepada para siswa yang lebih menyukai mengelola organisasi dan kurang menyukai pada bidang artistik. Jadi, mereka akan berkonsentrasi di bidang administrasi, pengadaan uang, publikasi dan lain-lain. Dalam hal ini dijelaskan kepada para siswa bahwa kesuksesan pementasan tidak hanya bergantung kepada aktor atau sutradara tapi tim produksi pun berperan penting dalam mewujudkan kesuksesan itu.

### 7. Membentuk Tim Artistik

Dalam teater, tim artistik terdiri dari berbagai peran yang fokus pada aspek kreatif dari pementasan. Setiap anggota tim artistik memainkan peranan penting dalam menciptakan pertunjukan yang menarik dan bermakna. Dalam merencanakan pementasan para peserta diberi penjelasan tentang tim artistik yang ada dalam suatu pementasan teater. Pemberian materi ini dilakukan dengan disertai diskusi yang melibatkan semua peserta. Berikut adalah tim kreatif dan tugasnya dalam pementasan.

Seorang sutradara mempunyai posisi sangat penting dalam sebuah pementasan. Tidak sembarang orang yang bisa melakukannya. Dia harus punya kemampuan dan wibawa yang kuat saat memimpin tim artistik untuk mewujudkan beragam ide yang dimiliki oleh tim. Seorang sutradara mempunyai tugas mengarahkan keseluruhan pementasan, mulai dari interpretasi naskah, pengarahan aktor, hingga menentukan gaya dan visi artistik dari pertunjukan. Sutradara berkolaborasi dengan semua anggota tim artistik untuk memastikan bahwa pementasan sesuai dengan visi yang diinginkan. Biasanya seorang sutradara dibantu oleh asisten sutradara yang tugasnya mendampingi sutradara dan memimpin latihan saat sutradara berhalangan hadir. Saat menentukan sutradara, semua diberi kesempatan untuk mendapatkan posisi tersebut tetapi tidak ada seorang pun yang mau. Barulah setelah diberi penjelasan yang lebih detail tentang tugas dan wewenang sutradara seorang siswa mau berposisi sebagai sutradara dengan beberapa catatan darinya sebagai syarat atas kemauannya. Jadi, sutradara itu akan masih terus dibantu dalam proses latihannya.

Memainkan drama berarti memainkan naskah drama. Drama modern biasanya mengharuskan adanya naskah. Naskah ditulis oleh siapapun yang

bisa menulisnya, baik dari kelompok teater yang bersangkutan maupun dari luar kelompok itu. Jika ingin mengambil dari kelompok teater bersangkutan maka tugas penulis naskah adalah menulis naskah yang akan dipentaskan. Ini meliputi pembuatan dialog, karakter, dan pengembangan alur cerita. Penulis naskah biasanya terlibat dalam proses diskusi dengan sutradara dan aktor untuk memastikan bahwa visinya tercapai dalam pementasan. Dalam hal ini, ada anak SMA yang mau menjadi penulis naskah untuk bahan pementasan.

Kami menjelaskan keaktoran kepada peserta pelatihan, bahwa aktor adalah orang yang memerankan peran tertentu dalam pementasan. Aktor bertugas memerankan karakter dalam pementasan. Aktor bertanggung jawab untuk menghidupkan naskah melalui penghayatan karakter, pengucapan dialog, dan interaksi dengan aktor lain di panggung. Mereka juga berlatih dan mengikuti arahan dari sutradara.

Kami kemudian menjelaskan beberapa tugas yang diemban oleh beberapa penata artistik seperti penata panggung, penata musik, penata kostum, penata cahaya, penata gerak dan lain-lain. Penata panggung akan merancang dan menciptakan latar panggung yang sesuai dengan naskah dan suasana pertunjukan. Penata panggung bekerja sama dengan sutradara dan tim produksi untuk memastikan bahwa desainnya mendukung visi artistik. Penata busana bertugas mendesain dan menciptakan kostum yang akan digunakan oleh para aktor. Dia bertugas untuk membuat pilihan warna, gaya, dan bahan yang sesuai dengan karakter dan konteks cerita. Penata cahaya akan merancang dan mengontrol pencahayaan untuk menciptakan suasana dan rasa yang sesuai dengan berbagai adegan dalam pementasan. Penata cahaya bekerja sama dengan sutradara untuk mencapai efek yang diinginkan. Penata musik bertugas merancang dan mengatur efek suara serta musik yang akan digunakan dalam pertunjukan. Penata musik bertanggung jawab untuk menciptakan pengalaman audio yang menyatu dengan pementasan. Penata gerak akan mengatur dan menciptakan gerak atau tarian dalam pementasan. Dia bekerja sama dengan sutradara dan aktor untuk memastikan bahwa gerakan dan tarian mendukung cerita dan tema pertunjukan. Setelah mendapat penjelasan masing-masing fungsi penata, peserta mengambil posisinya sesuai dengan minat dan bakatnya dalam bidang teater.

Setiap anggota tim artistik berkontribusi dalam penciptaan pengalaman teater yang utuh. Mereka harus bekerja sama, berkomunikasi, dan berkolaborasi dengan baik agar pementasan dapat berjalan lancar dan memberikan dampak yang kuat bagi penonton. Keterlibatan dan kreativitas masing-

masing anggota sangat penting untuk mencapai kesuksesan dalam pementasan teater.

## SIMPULAN

Pelatihan teater yang diselenggarakan di SMA Negeri Tanjungsari telah berlangsung dengan baik, memberikan banyak manfaat dan pengalaman berharga bagi para siswa. Pelatihan teater disampaikan dengan metode yang praktis dan interaktif, siswa diajak langsung berpartisipasi dalam berbagai latihan, seperti olah vokal, olah sukma, olah tubuh, bedah naskah, improvisasi, dan pengembangan karakter.

Selain latihan praktik, dilakukan juga sesi *workshop* dan diskusi yang memfasilitasi siswa untuk memahami berbagai aspek teater, termasuk proses kreativitas, teknik akting, dan pengembangan naskah. Latihan teater meningkatkan kemahiran cara berkomunikasi siswa, baik verbal maupun non-verbal, membantu mereka dalam menyampaikan ide dan gagasan lebih ekspresif. Melalui latihan kelompok, siswa belajar untuk bekerja sama, saling menghargai pendapat, dan membangun tim.

Latihan teater juga membantu siswa untuk mengenali dan mengekspresikan emosi mereka, yang dapat meningkatkan kepercayaan diri saat berbicara di depan umum. Selain itu, bermain teater memberikan siswa ruang untuk mengekspresikan kreativitas mereka, mengeksplorasi berbagai karakter, dan menyampaikan cerita yang beragam. Hal ini mendorong pengembangan imajinasi dan ekspresi. Melalui pementasan berbagai naskah, siswa dapat memahami dan menggali isu-isu sosial, budaya, dan kemanusiaan.

Teater mendorong siswa untuk berpikir kritis tentang lingkungan mereka. Dengan terlibat dalam pementasan, siswa mendapatkan pengalaman berharga yang dapat menjadi landasan untuk kegiatan artistik lainnya, baik di sekolah maupun di luar sekolah. Pelatihan teater di SMA Negeri Tanjungsari bukan hanya meningkatkan keterampilan artistik siswa, tetapi juga memberikan pengembangan kepribadian yang signifikan. Pelaksanaan program ini diharapkan dapat terus berlanjut untuk memberikan manfaat lebih lanjut bagi generasi muda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggito, A. & Setiawan, J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jejak Publisher.
- Fachrul, A. (2018). *Berlatih Teater: Panduan Praktis untuk Pemula*. Jakarta: Tarakanita.

- Santo, D. A. (2015). *Membangun Karakter Melalui Teater*. Yogyakarta: Penerbit Ombak.
- Saputra, Y. (2014). *Teater dan Perubahan Sosial*. Semarang: Unnes Press.
- Sarmidi, A. (2016). *Dasar-Dasar Teater*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sukardi, K. (2010). *Teater untuk Pendidikan: Sebuah Pengantar*. Jakarta: Pustaka Obor Indonesia.
- Surnia, E. & Hidayat, H. A. (2023). "Upaya Meningkatkan Minat Siswa terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Seni Teater dengan Menerapkan Metode Drill di SMAN 4 Tebo". *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development* Vol. 5, No. 3, Mei 2023. DOI <https://doi.org/10.38035/rrj.v5i3>
- Syafi'i, M., Fathurohman, I., & Fardani, M. A. (2022). "Metode Pelatihan Teater untuk Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Anak Usia Sekolah Dasar". *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan* Vol. 6, No. 1, April 2022. hlm. 88-96 DOI <https://doi.org/10.23887/jppp.v6i1.44954>
- Tirto, S. (2012). *Teater dan Pendidikan Karakter: Peranan Teater dalam Pembentukan Karakter Siswa*. Jakarta: De La Hastor.