

Playback Theatre Sebagai Metode Pelepasan Ketegangan Pasca Gempa Lombok Pada Anak-Anak

Riyana Rizki Yuliatin

Pendidikan Sendratasik Universitas Hamzanwadi

Email: riyanarizki.y@gmail.com

ABSTRAK

Kegiatan ini bertujuan untuk mengurangi ketegangan pada anak-anak pasca Gempa Lombok. Untuk itu digunakan metode berteater playback theatre. Playback theatre membantu subjek melepaskan tegangan dengan membagi cerita yang mereka miliki. Partisipan terdiri atas dua subjek, mahasiswa dan siswa Paud Buaq Ate Desa Pengadangan. Langkah kerja terdiri atas pembinaan pada mahasiswa, selanjutnya melakukan playback theatre. Hasil yang diperoleh antara lain mahasiswa mendapat pengalaman baru mengenai playback theatre. Antusiasme tidak hanya terlihat dari partisipan mahasiswa tetapi juga partisipan anak-anak.

Kata kunci: *playback theatre, pelepasan ketegangan, gempa Lombok, anak-anak*

ABSTRAK / ABSTRACT

This activity aimed to ease the strain on children after Lombok earthquake. Playback theatre used as a method in this case. Playback theater helps subject release the strain by sharing the stories they have. Participants consists of two subject, students of Departemen Drama, dance, and Muis of Education og Hamzanwadi University and the students of Paud Buaq Ate Pengadangan village. In this activity, the first step taken is founding the students of Hamzanwadi University, after that playback theater was held. The results show that students have new experience about playback theatre. Enthusiasm not only seen from students participants but also children participants.

Keywords: *playback theatre, strain release, Lombok Earthquake, children.*

PENDAHULUAN

Tahun 2018 menjadi tahun bencana bagi Pulau Lombok. Gempa pertama dengan magnitudo 5.5 dan 6.4 terjadi pada 29 Juli 2018. Gempa ini merupakan rangkaian awal dari Gempa Lombok 2018. Berselang beberapa hari setelahnya, gempa dengan magnitudo 6.9 SR menggetarkan Gumi Sasak pada 5 Agustus 2018 pukul 18.46 wita. Empat hari berselang setelah gempa kedua, gempa dengan kekuatan 5.9 SR kembali dirasakan warga Lombok. Kemudian pada 19 Agustus 2018, Lombok kembali dikejutkan dengan dua gempa yaitu 6.3 SR pada pukul 12.10 WITA dan 7.0 SR pada 22.56 WITA. Setelah gempa besar itu, gempa-gempa susulan masih bisa dirasakan warga Lombok dalam bulan-bulan ke depan. BMKG mencatat terjadi lebih dari 2000 gempa susulan (Kompas, 2018).

Gempa yang terjadi di Lombok dengan 6 gempa besar dan lebih dari 2000 gempa kecil tentu meninggalkan efek kehilangan, baik nyawa maupun harta. Kejadian ini juga tentunya meninggalkan trauma atau tegangan pada kondisi kejiwaan korban. Dilansir dari JawaPos.com, trauma yang dialami korban Gempa Lombok sangat beragam, mulai dari sangat sensitif terhadap suara keras, merasa tubuh yang selalu bergoyang, hingga trauma pada tembok (2018). Trauma atau peristiwa-persitiwa yang tidak menyenangkan tidak seharusnya disimpan berlama-lama. Hal ini karena pengalaman traumatis atau tidak menyenangkan dapat menggoncangkan dan melemahkan pertahanan individu dalam menghadapi tantangan sehari-hari (Hatta, 1: 2016). Sifatnya yang *toxic* tersebut membuat hal-hal yang tidak menyenangkan harus disingkirkan atau dikeluarkan, sebab jika tidak dilakukan akan membuat ketegangan pada diri individu tersebut.

Bercerita adalah cara yang paling sederhana yang bisa dilakukan untuk mengurangi ketegangan pasca kejadian trumatis pada diri seseorang. Dengan mengeluarkan segala yang terpendam dalam dada atau pikiran, kelegaan akan muncul dengan sendirinya. Memendam sesuatu justru akan memperparah keadaan yang ada di dalam. Seperti suatu kerusakan, ia akan menjalar ke yang lainnya. Cerita-cerita yang berasal dari suatu trauma muncul dalam konteks yang berbeda. Dalam beberapa kasus, kita mungkin dapat menebaknya. Tetapi di lain pihak terkadang kita akan terkejut olehnya. Tidak jarang cerita-cerita yang lahir dari suatu trauma dapat menyentuh hati kita ketika mendengarkan. Hal ini dikarenakan cerita-cerita traumatis biasanya memberi kesan mendalam pada pendengarnya.

Orang dewasa bisa dengan mudah bercerita dengan sesamanya. Tetapi berbeda dengan anak-anak. Mereka memiliki kecenderungan untuk menyimpan sendiri apa yang dipikirkan dan dirasakan. Dengan demikian, anak-anak memiliki proses pulih yang jauh lebih rumit dan panjang dari orang dewasa. Melalui kegiatan bercerita, anak-anak bisa melupakan kesedihan, ketakutan, dan kekhawatiran tentang masa depan atau apapun yang sedang mereka jalani (Hasiana, 2019). Pemulihan trauma untuk

Submitted : 28 Januari 2020

Accepted : 4 Maret 2020

Published : 4 maret 2020

anak maupun orang dewasa dirasakan sangat perlu. Orang dewasa dan anak-anak pada dasarnya sama, mereka memiliki kebutuhan yang sama (Yuliatin, 2015; 2017; 2019), sehingga anak-anak juga memiliki kebutuhan dan hak untuk memulihkan trauma. Pemulihan trauma dapat mengatasi rasa bersalah, kecemasan, ketakutan, dan menyediakan *coping* (penyelesaian) terhadap pikiran dan perasaan negatif, selain itu juga dapat mencegah munculnya gangguan psikologis yang lebih berat lagi (Hasiana, 2019).

Salah satu metode dalam kesenian, khususnya teater, yang biasa diterapkan untuk membantu pemulihan pasca terjadinya peristiwa traumatis, misalnya bencana, adalah *playback theatre*. Metode berteater ini menekankan pada proses bercerita atau transformasi peristiwa dari si pemilik cerita kepada aktor dan audiens. *Playback theatre* mencakup seluruh dimensi kepribadian subjek (kognisi, afeksi, perilaku, dan motivasi) yang terwujud dalam satu pementasan (Hadriami & Samuel, 2016: 7). Metode berteater ini masih tergolong asing di kalangan padahal *playback theatre* sendiri lahir dan berkembang cukup lama di benua Amerika dan Eropa sana. Metode ini tidak hanya dapat digunakan untuk kasus-kasus pemulihan pasca bencana, tetapi dapat diterapkan pada kasus-kasus traumatis lainnya.

Playback theatre pada umumnya merupakan salah satu terapi seni yang memiliki kelebihan dapat menciptakan jarak emosi antara pemain dengan subjek yang bercerita. Dengan adanya penciptaan jarak emosi antara pemain dan subjek pencerita, pereduksian tegangan atau trauma si subjek bisa dengan mudah sebab subjek akan melihat dirinya melalui tubuh dan gerak pemain (Landy dalam Rogers, 2005). *Playback theatre* mengutamakan spontanitas sehingga tidak ada scenario cerita atau bentuk musik. *Playback theatre* berbeda dengan pertunjukan teater pada umumnya. *Playback theatre* tidak menggunakan sutradara, akan tetapi perannya diganti oleh seorang *conductor*. *Playback theatre* juga tidak membutuhkan banyak aktor, hanya saja dibutuhkan kecakapan improvisasi yang baik dari aktor-aktor yang terlibat. Begitu pula dengan pemain musik. Mereka harus memiliki kepekaan yang tinggi mengenai cerita yang disampaikan oleh subjek pencerita.

Proses *playback theatre* dimulai dengan seorang subjek pencerita mulai menceritakan suatu kejadian yang dialaminya. Peran *conductor* pada saat ini adalah menggiring subjek pencerita untuk mengeluarkan ceritanya. Seorang *conductor* hanya boleh memancing dan mendengarkan subjek pencerita. Ia tidak boleh menghakimi subjek pencerita. Setelah subjek pencerita menyelesaikan ceritanya. Tanpa diskusi, aktor akan membuat reka adegan dari rangkaian peristiwa yang diceritakan oleh subjek tadi. Tentu saja dengan iringan musik sesuai dengan nuansa cerita yang disampaikan. Pada satu titik tertentu, subjek pencerita boleh menghentikan pertunjukan. Tujuannya adalah untuk merefleksikan kembali kejadian yang pernah dialaminya. Pada fase ini, subjek tidak hanya dapat mengekspresikan dirinya tetapi juga dapat memberikan makna baru terhadap pengalaman buruk yang pernah dialaminya tersebut (Sterm,

Submitted : 28 Januari 2020

Accepted : 4 Maret 2020

Published : 4 maret 2020

2008). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Hadriami & Samuel ditemukan bahwa *playback theatre* dapat dijadikan sebagai terapi pemaafan yang pada akhirnya mampu mengurangi sakit hati subjek (Hadriami & Samuel, 2016). Begitu pula dengan yang ditemukan dalam penelitian Hasiana yang menyatakan bahwa bercerita menjadi salah satu upaya yang bisa ditempuh untuk memulihkan trauma pasca bencana pada anak usia dini (Hasiana, 2019). Akan tetapi penelitian Hasiana tidak menggunakan *playback theatre* sebagai metode bercerita itu. Dengan demikian dari pemaparan tersebut, dapat diketahui efektivitas *payback theatre* dalam mengurangi trauma pasca terjadinya kejadian yang tidak menyenangkan.

METODE PELAKSANAAN

Langkah pertama yang dilakukan adalah mengumpulkan mahasiswa yang akan diajak terlibat dan diberikan pembinaan terlebih dahulu. Mengingat dibutuhkan improvisasi yang tinggi maka mahasiswa diminta mengenali jenis dan alur cerita agar mudah melakukan improvisasi. Selama mempersiapkan pertunjukan, pertemuan tetap dilakukan untuk memantau perkembangan mahasiswa. Pertemuan tersebut dilakukan sekali dalam seminggu. Alokasi waktu dalam setiap pertemuannya yaitu 90 menit. Kegiatan dilakukan pada hari Sabtu. Dimulai pukul 16.00 sampai dengan 17.30. Dipilih hari Sabtu sore agar proses ini tidak mengganggu kegiatan belajar mahasiswa. Akan tetapi, setiap kegiatan tetap dalam pemantauan. Jumlah peserta akan dimaksimalkan 20 orang. Partisipan yang terlibat dalam kegiatan ini yaitu mahasiswa Pendidikan Seni Drama, Tari, dan Musik Universitas Hamzanwadi dan peserta didik dari PAUD *Buaq Ate* Desa Pengadangan.

Langkah selanjutnya adalah melakukan *playback theatre* di lokasi PAUD *Buaq Ate* Desa Pengadangan. dipilihnya PAUD ini dikarenakan lokasinya menjadi salah satu daerah terdampak gempa dan tidak terlalu mendapat eksploitasi sehingga tidak banyak yang mengetahui. *Playback theatre* dilakukan dengan meminta salah satu anak bercerita. Partisipan tidak diminta secara khusus menceritakan pengalaman mereka ketika berhadapan dengan gempa. Melainkan membiarkan mereka memilih sendiri cerita apa yang akan dibagikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberian materi dilakukan dengan pretest. Pretest ini dilakukan dengan memberikan beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan *playback theatre*. Hal ini dilakukan untuk melihat dan mengukur pengetahuan mahasiswa tentang *playback theatre* itu sendiri. Misalnya dengan menanyakan pernahkah mereka mendengar istilah ini sebelumnya, pernahkah mereka memiliki pengalaman memainkan *playback theatre* sebelumnya. Dari pertanyaan-pertanyaan tersebut para peserta menunjukkan respons yang baik. Mereka tertarik dengan materi yang akan mereka pelajari, sebab bagi mereka *playback theatre* adalah hal baru. Selain itu *playback theatre* belum pernah mereka dengar sebelumnya. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dalam 3 tahap. Kegiatan dimulai dengan pemberian materi tentang *playback theatre*, kemudian dilanjutkan

Submitted : 28 Januari 2020

Accepted : 4 Maret 2020

Published : 4 maret 2020

dengan pembagian peran dan latihan, terakhir dengan mengadakan pementasan *playback theatre* di tempat yang telah disepakati.

Pada kegiatan pertama diikuti oleh sejumlah mahasiswa. Pada pertemuan yang berisi materi ini dapat dilihat tingginya antusias mahasiswa untuk mengikuti kegiatan ini. Berdasarkan pertanyaan yang diberikan dapat diketahui tidak satupun mahasiswa yang mengetahui apa itu *playback theatre*, bahkan tidak ada satupun mahasiswa yang pernah mendengar istilah ini. Sebelum memasuki penjelasan mengenai *playback theatre*, mahasiswa diajak untuk menonton pertunjukan *playback theatre*. Hal ini bertujuan untuk mendapatkan referensi tentang *playback theatre*. Setelah mahasiswa mendapatkan gambaran mengenai apa itu *playback theatre*, barulah materi tentang metode berteater ini diberikan. Dengan adanya gambaran tersebut, mahasiswa bisa menangkap materi lebih mudah.

Dalam proses penyampaian materi, dilakukan dengan urutan sebagai berikut. Pertama dimuali dengan penjelasan singkat mengenai definisi *playback theatre*. Lalu dilanjutkan dengan sejarah *playback theatre* itu sendiri. Setelah itu dilanjutkan dengan bagaimana metode atau teknik memainkan jenis teater ini. Metode berteater ini memanfaatkan teknik bercerita dalam keseluruhan pelaksanaannya. Dalam metode berteater ini berbeda dari teater konvensional lainnya. Jika dalam satu pertunjukan teater dibutuhkan sutradara, dalam *playback theatre* tidak ada sutradara tetapi digantikan oleh seolah *conductor*. *Conductor* berbeda dengan sutradara. Jika sutradara memiliki peran untuk “mengomandoi” suatu pertunjukan, maka *conductor* memiliki peran untuk memancing cerita itu keluar dari si pencerita.

Dalam teater konvensional, aktor memerankan cerita yang telah direncanakan sebelumnya. Sementara dalam *playback theatre*, tidak satupun dari aktor, bahkan *conductor* yang mengetahui cerita apa yang akan mereka bawaan. Metode bermain *playback theatre* berbeda dengan teater pada umumnya. Dalam *playback theatre*, cerita datang dari penonton. Penonton yang bersedia berbagi cerita akan menceritakan kisahnya. *Conductor* berperan tidak untuk menanyai seperti sebuah interogasi. Tetapi hanya mendengarkan dengan sesekali mempertegas peristiwa. Setelah itu, *conductor* yang akan memberikan waktu pada pemain musik dan aktor untuk mereka adegankan peristiwa yang diceritakan oleh salah satu penonton tadi. Disebabkan oleh sifatnya yang langsung dan pertunjukan yang spontan, maka kemampuan acting dan ketajaman aktor dalam mereka cerita sangat dibiitihkan. Selain itu karena cerita yang keluar biasanya sangat sensitif dan bersifat sentimental bagi si pencerita atau penonton, maka aktor harus benar-beanr mampu memainkan peran dan tidak berlebihan. Hal ini agar apa yang dilihat tidak membuat si pencerita justru semakin bertambah menderita.

Setelah memberikan materi tentang playback, mahasiswa diajak untuk melakukan olah tubuh. Olah tubuh yang dilakukan tentu saja dimulai dengan pemanasan pada umumnya. Selanjutnya, mahasiswa diajak untuk melakukan olah tubuh dnegan teknik *mirroring*. Teknik olah tubuh *mirroring* agar mahasiswa memiliki kepekaan untuk meniru apa yang ada di depannya seperti yang terdapat dalam gambar berikut ini.



Gambar 1. Mahasiswa melakukan *mirroring*

Gambar tersebut menunjukkan mahasiswa yang sedang melakukan *mirroring*. Teknik *mirroring* dilakukan dengan membariskan mahasiswa secara berpasangan. Salah satu baris akan menjadi subjek dan baris satunya akan menjadi cermin. Baris yang menjadi subjek akan bergerak atau berekspresi. Sementara baris yang menjadi *mirror* akan melakukan mimikri terhadap subjek. Teknik *mirroring* yang pada dasarnya melakukan peniruan akan membantu menguatkan kepekaan mahasiswa terhadap segala sesuatu yang ada di sekitarnya.

Setelah itu peserta merasa siap, mereka dibagi dalam beberapa kategori, mulai dari pemain musik, aktor sebanyak 3 orang, seorang *conductor*, dan para penonton. Nantinya formasi ini akan diganti-ganti agar masing-masing peserta mendapatkan giliran untuk memerankan satu posisi. Dalam latihan ini, seorang penonton akan menceritakan kisahnya (boleh juga dilakukan dengan rekayasa cerita), kemudian *conductor* akan meminta aktor dan pemain musik untuk bersiap. Mereka kemudian memainkan peran sesuai cerita dengan melakukan improvisasi. Hal ini dilakukan berkali-kali dan dalam beberapa pertemuan. Latihan ini dilakukan untuk membiasakan peserta untuk mengenali apa yang diinginkan oleh cerita-cerita tersebut seperti yang ada pada gambar berikut.

Submitted : 28 Januari 2020

Accepted : 4 Maret 2020

Published : 4 maret 2020



Gambar 2. Aktor memainkan adegan seorang anak yang hendak dirundung oleh teman-temannya



Gambar 3. Seorang ibu yang mengejar anak-anak yang hendak mengambil mangga miliknya



Gambar 4. Seorang perempuan yang didatangi oleh teman laki-lakinya

Ketiga gambar tersebut merupakan respons dari cerita-cerita yang disampaikan oleh penonton. Gambar 2 diceritakan oleh seorang subjek yang pernah mengalami perundungan ketika ia masuk di bangku sekolah dasar. Sementara gambar 3 diceritakan oleh subjek yang pernah dikejar oleh seorang ibu-ibu karena ketahuan mencuri mangga. Sedangkan gambar 4 diceritakan oleh subjek ketika ia didatangi oleh seorang teman prinya. Secara pelaksanaan, pertunjukan dilakukan setelah satu cerita selesai diceritakan. Setelah subjek bercerita, conductor meminta para aktor bersiap, begitu pula dengan para pemain musik. tanpa melakukan diskusi mereka sudah bisa menentukan siapa menjadi apa. Kemudian subjek diberikan waktu untuk merefleksikan kembali kejadian yang pernah dialaminya. Misalnya pada kasus perundungan yang diterima oleh pencerita pertama. Ia tidak lagi melihat kejadian itu sebagai sesuatu yang melukai hatinya. Tetapi melalui cara aktor menyampaikan cerita yang ia bagikan, ia dapat melihat sesuatu yang berbeda. Menurututnya jika dulu perundungan itu tidak terjadi, maka ia tidak akan menjadi sosok yang sekuat saat ini.

Submitted : 28 Januari 2020

Accepted : 4 Maret 2020

Published : 4 maret 2020

Pada dasarnya yang memiliki daya improvisasi tinggi bukan hanya aktor semata, melainkan juga para pemain musik. Mereka harus dengan cekatan menentukan iringan musik yang akan dihasilkan untuk menginbangi adegan yang sedang dimainkan para aktor. Uniknya, tidak ada waktu untuk melakukan diskusi dengan para aktor adegan mana yang akan dimainkan. Bagaimana penafsiran para aktor terhadap cerita tadi. Apakah akan dibawa dengan serius atau sebaliknya dengan jenaka. Sehingga untuk meminimalisasi adanya kesalahan atau ketidaksesuaian iringan musik dengan adegan yang dimainkan maka para pemain musik terlebih dahulu membangun *chemistry* antara pemain musik musik. Seperti yang terlihat pada gambar berikut ini.



Gambar 5. Pemain musik mengiri para aktor

Para pemain musik yang sedang membangun *chemistry* di antara mereka saling membagi peran. Siapa yang memainkan alat musik apa. Melalui diskusi yang dilakukan ditentukan bahwa 2 orang memainkan biola, 1 orang memainkan gitar, dan 1 orang lainnya memainkan suling. Selain itu mereka juga menentukan seperti apa jika musik harus sedih, tegang, jenaka, atau pada situasi biasa saja. Hal ini dilakukan untuk memudahkan para pemain musik untuk mengiringi adegan yang dimainkan para aktor.

Setelah latihan dalam 14 pertemuan, mahasiswa diajak untuk melakukan *playback theatre* di luar lingkungan mereka. Pementasan *playback* dilakukan di PAUD Buaq Ate seperti yang telah disepakati sebelumnya.

Submitted : 28 Januari 2020

Accepted : 4 Maret 2020

Published : 4 maret 2020



Gambar 6. *Conductor* mengondisikan para partisipan



Gambar 7. Dua orang partisipan maju secara bersamaan

Gambar 6 memperlihatkan *conductor* yang sedang menyiapkan partisipan. Para partisipan yang merupakan anak-anak sangat sulit dikondisikan untuk duduk dan diam. Dalam mengatasi hal itu, maka *conductor* terlebih dulu mendongengkan sebuah cerita pada partisipan. Hal ini terbukti mampu membuat para partisipan duduk karena menyimak cerita yang disampaikan *conductor*. Setelah para partisipan dirasa siap melakukan *playback theatre*, barulah kegiatan dimulai.

Para partisipan ditanya apakah ada yang ingin bercerita di depan. Pada mulanya tidak ada yang ingin maju ke depan untuk bercerita, sehingga untuk mengakali itu *conductor* meminta satu mahasiswa untuk bercerita. Hal ini dilakukan untuk memancing para partisipan yang berasal dari Paud Buaq Ate untuk berani maju ke depan untuk bercerita. Setelah partisipan dari mahasiswa bercerita, *conductor* kemudian meminta para aktor dan pemain musik untuk bersiap-siap melakukan *playback theatre*.

Setelah para partisipan mahasiswa melakukan *playback* berdasarkan cerita yang disampaikan subjek (partisipan mahasiswa), *conductor* kembali bertanya apakah ada dari partisipan (siswa Paud Buaq Ate) yang ingin bercerita. Pada percobaan kedua ini, partisipan anak-anak masih tidak ada yang ingin maju untuk bercerita. Hal ini sangat wajar karena mereka masih melihat *conductor*, para aktor, dan pemain musik sebagai orang asing. Untuk memancing para partisipan anak-anak, maka untuk kedua kalinya subjek pencerita berasal dari partisipan mahasiswa.

Kali ketiga rupanya berbeda. Seorang partisipan anak-anak bersedia maju, akan tetapi diikuti oleh temannya yang juga ingin bercerita bersama-sama. Disebabkan oleh keinginan bercerita bersama-sama *conductor* kemudian memutuskan untuk keduanya bercerita secara bergiliran akan tetapi tetap maju bersama-sama. Kedua partisipan

Submitted : 28 Januari 2020

Accepted : 4 Maret 2020

Published : 4 maret 2020

tersebut rupanya tidak menceritakan tentang pengalaman mereka berhadapan dengan gempa, melainkan menceritakan pengalaman masing-masing saat mengunjungi kota Mataram bersama orang tua masing-masing. Setelah kedua partisipan menyelesaikan cerita, *conductor* kemudian meminta para aktor dan pemain musik untuk bersiap-siap melakukan *playback theatre*. Ketika partisipan mahasiswa melakukan *playback theatre*, partisipan anak-anak terlihat sangat terhibur. Mereka semua tertawa ketika ada adegan jenaka. Beberapa di antaranya memang masing sulit dikondisikan untuk duduk, terutama ketika ada subjek yang bercerita. Akan tetapi, setelah *playback theatre* dimulai, mereka duduk dan menyaksikan.

Ketika melakukan *playback* di Paud Buaq Ate partisipan mahasiswa juga terlihat sangat antusias. Mereka yang awalnya tidak percaya diri karena baru pertama kali melakukan *playback theatre*, tiba-tiba saja menjadi sangat lepas. Mereka mampu membaur tidak hanya dengan situasi tetapi juga dengan murid Paud Buaq Ate dan guru-guru disana. Mereka juga mampu memancing partisipan anak-anak untuk bercerita. Beberapa partisipan anak-anak memang perlu diajak langsung meski beberapa dari mereka secara sukarela maju untuk bercerita. Selain itu partisipan mahasiswa juga mampu memerankan cerita siswa PAUD yang sebenarnya sangat tidak kronologis secara alur. Empat subjek selanjutnya memiliki kemiripan cerita, yaitu masalah kehidupan sehari-hari bersama keluarga dan lingkungan sekitar mereka. Pada subjek kelimalah cerita tentang gempa muncul. Menanggapi hal ini, para aktor sangat berhati-hati agar tidak menambah ketegangan pada diri anak yang telah membagikan ceritanya.

KESIMPULAN, SARAN, DAN TINDAK LANJUT

Kegiatan *playback theatre* dimulai dengan melakukan pembinaan terhadap 20 mahasiswa. Setelah partisipan mahasiswa dirasa siap untuk turun ke lokasi, maka mereka diajak untuk melakukan *playback theatre* di Paud Buaq Ate Desa Pengadangan. Metode berteater ini dirasa cukup ampuh untuk mengurangi ketegangan anak-anak pasca Gempa Lombok. *Playback theatre* berbeda dengan berteater pada umumnya sebab tidak membutuhkan skenario dan sangat membutuhkan spontanitas dan improvisasi aktor dan pemain musik. Saat turun ke lapangan, partisipan anak-anak sangat antusias. Begitu pula dengan partisipan mahasiswa. Mereka mampu memerankan kembali cerita yang diceritakan anak-anak PAUD tanpa melakukannya dengan berlebihan.

Submitted : 28 Januari 2020

Accepted : 4 Maret 2020

Published : 4 maret 2020

DAFTAR PUSTAKA

- Hadriami, E., & Samuel, S. (2016). Terapi Pemaafan Melalui Playback Theater Untuk Mengurangi Sakit Hati. *Psikodimensia*, 15 (1), 1–23. <http://journal.unika.ac.id/index.php/psi/article/view/589>
- Hasiana, I. (2019). *METODE BERCERITA SEBAGAI UPAYA PEMULIHAN TRAUMA PASCA BENCANA PADA ANAK USIA DINI* Oleh : 73 | *Metode Bercerita Sebagai Upaya Pemulihan Trauma Pasca Bencana Pada Anak Usia Dini*. 03.
- Hatta, Kusmawati. (2016). *Trauma dan Pemulihannya: Suatu Kajian Berdasarkan Kasus Pasca Politik dan Tsunami*. Aceh: Dakwah Ar-Raniry Press.
- Rogers, T. (2005). *Community Dialogue & Healing Through Playback Theatre*. Trinidad: University of the West Indies.
- Sterm, A.L. (2008) *Playback Theatre as Art Form-From the Point of View of Arts Education* (terj. Jamila dan Utomo). Yogyakarta: Penerbit BACA.
- Yuliatin, R.R. (2015). “Lari Dari Kebebasan: Kajian Psikoanalisis Humanistik Erich Fromm terhadap Tiga Seri Novel KKKPK Little Ballerina Karya Thia”. *Tesis*. Yogyakarta: Universitas gadjahh Mada.
- Yuliatin, R. R. (2017). Makna Stereotipe Perempuan: Kajian Semiotik terhadap Kumpulan Cerita Pendek Karya Alma. *Humanitatis: Journal of Language and Literature* , 25-40.
- Yuliatin, R.R. (2019). Perempuan yang (Coba) dikuasai dalam Lakon Memaling Anak Umat Karya Mikyal Fatonah. *Humanitatis: Journal of Language and Literature*. Vol. 6, No. 1, 109-118.