

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kedua subjek aktor pada penelitian ini telah menggunakan aspek-aspek regulasi diri di dalam proses keaktoran. Tidak ada perbedaan proses keaktoran dengan regulasi diri yang signifikan antara kedua subjek aktor. Masing-masing subjek aktor dalam proses keaktoran selalu mempunyai tujuan yang jelas yaitu selalu memberikan pemeranan yang terbaik sehingga pesan yang ingin disampaikan dapat tersampaikan dengan baik ke penonton dan dapat bermanfaat tanpa mengharapkan apresiasi dalam bentuk apapun. Untuk mencapai tujuannya tersebut kedua subjek melakukan persiapan seperti membuat rencana seperti menentukan hari latihan baik latihan bersama tim, maupun latihan mandiri di rumah seperti olah vokal, olah tubuh, olah rasa atau meditasi, membuat latar belakang karakter untuk mempermudah subjek dalam melaksanakan proses latihan dan pendalaman karakter, menentukan tempat untuk melakukan observasi karakter, memilih aktor senior yang tepat untuk melakukan diskusi, menentukan sumber bacaan untuk menambah wawasan keaktoran, serta merencanakan pola hidup yang teratur seperti pola makan dan pola tidur. Setelah direncanakan dengan matang, selanjutnya kedua subjek melakukan proses pelaksanaan dimana kedua subjek melaksanakan seluruh rencana yang sudah dipersiapkan.

Dalam setiap menjalani proses keaktoran, kedua subjek sama-sama mempunyai rasa keyakinan dan percaya terhadap diri sendiri untuk bisa memerankan sebuah karakter. Kedua subjek juga mempunyai bayangan seperti apa karakter yang akan diperankan serta bayangan terhadap situasi panggung pementasan. Dalam tingkat kesadaran diri, kedua subjek sama-sama peka terhadap apa yang mereka lakukan selama proses keaktoran berlangsung yang membuat kedua subjek benar-benar sadar dalam menjalani proses keaktoran sehingga bisa memaknai prosesnya. Kedua subjek juga melakukan tahapan yang bermanfaat dalam pengembangan diri

pada proses keaktoran yang sudah dilakukan yaitu tahapan evaluasi, dimana kedua subjek mengevaluasi diri setiap selesai kegiatan latihan dan ketika selesai pertunjukan, sehingga kedua subjek tahu apa yang harus diperbaiki dan apa yang harus di pertahankan atau dikembangkan.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa untuk menjadi aktor yang bahagia menjalani proses keaktoran dan berhasil dengan diukur dari prestasi dan keberhasilan memerankan karakter, seorang aktor sangat disarankan melakukan proses keaktoran dengan menggunakan aspek-aspek regulasi diri. Dimana hal ini dapat bermanfaat untuk membuat sang aktor lebih terpolada dan terkonsep dalam menjalani proses keaktoran seperti kedua subjek penelitian, sehingga tidak terbebani menjalaninya dan juga tetap bisa mendapatkan prestasi melalui proses keaktoran dengan aspek-aspek regulasi diri. Yang perlu diperhatikan adalah apresiasi atau prestasi bukanlah menjadi hal utama untuk seorang aktor menjalani proses keaktoran, prestasi dan apresiasi adalah sebuah bonus dari apa yang sudah dilakukan dalam proses keaktoran, tetapi lebih berfokus pada menjalani proses keaktoran dengan bahagia sehingga pesan dalam sebuah cerita bisa tersampaikan dengan utuh kepada penonton, tentunya dengan aktor menggunakan aspek-aspek regulasi diri.

5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian dapat dikatakan bahwa kedua subjek aktor pada penelitian ini memiliki tahapan regulasi diri dalam proses keaktoran yang hampir serupa, hal ini membuktikan bahwa dengan melakukan tahapan regulasi diri pada proses keaktoran dapat membuat seorang aktor lebih baik dalam menjalani prosesnya sehingga bisa merasakan bahagia selama menjalani proses keaktoran, tidak terbebani, serta tetap bisa mendapat prestasi di bidang aktor apabila menjalani proses keaktoran dengan menggunakan tahapan regulasi diri yang utuh. Implikasi penelitian pada penelitian ini ialah subjek belajar memahami lebih lanjut makna keaktoran dengan menggunakan tahapan regulasi diri dan selalu melakukan pencarian selama proses keaktoran masih dijalani hingga menemukan pola terbaik untuk melakukan proses keaktoran dengan tahapan regulasi diri.

5.3 Saran

5.3.1 Bagi Subjek

Bagi subjek penelitian diharapkan tetap konsisten dan berkomitmen selalu dalam setiap melakukan proses keaktoran dengan menggunakan aspek-aspek regulasi diri, seperti selalu mempunyai tujuan ketika memerankan sebuah karakter, membuat perencanaan yang matang dan rinci terkait apa saja yang harus dilakukan untuk mempersiapkan pemeranan yang maksimal, melaksanakan hasil perencanaan yang telah dibuat dengan maksimal, serta melakukan evaluasi di setiap selesai latihan ataupun pementasan. Sehingga manfaat yang dirasakan bisa lebih banyak dan bisa lebih bahagia menjalani proses keaktorannya.

5.3.2 Bagi Wadah yang Menampung Keaktoran Subjek (*Jakarta Movement of Inspiration & Unit Kesenian Mahasiswa*)

Sebaiknya tempat yang menaungi dan menjadi wadah kesenian di bidang keaktoran subjek konsisten melakukann latihan, bukan hanya ketika ada produksi pementasan saja namun dibuatkan jadwal latihan rutin diluar jadwal latihan menuju pementasan, sehingga kemampuan para aktor dan pelaku seni lainnya bisa terus terasah dan dapat diukur.

5.3.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk menggali literatur yang terkait dengan penelitian ini lebih banyak dan terbaru sehingga dapat memperkaya serta melengkapi kekurangan dari pembahasan yang ada pada penelitian ini. Selain itu, peneliti selanjutnya disarankan meneliti aspek-aspek lain selain regulasi diri sebagai aktor yaitu regulasi emosi. Misalnya mencari tahu bagaimana gambaran regulasi emosi aktor dalam mengatur karakter diri dengan karakter yang akan diperankan, terlebih karakter dalam diri aktor tersebut berbeda dengan karakter yang akan diperankan. Sehingga dapat mengembangkan ilmu pengetahuan khususnya pada bidang psikologi dan psikologi keaktoran.