



Hak cipta dan penggunaan kembali:

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk mengubah, memperbaiki, dan membuat ciptaan turunan bukan untuk kepentingan komersial, selama anda mencantumkan nama penulis dan melisensikan ciptaan turunan dengan syarat yang serupa dengan ciptaan asli.

Copyright and reuse:

This license lets you remix, tweak, and build upon work non-commercially, as long as you credit the origin creator and license it on your new creations under the identical terms.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Skenario

Dijelaskan oleh Trottier (2014) bahwa sebuah skenario atau naskah yang memenuhi spesifikasi adalah skenario yang mengandung spekulasi bahwa ke depannya nanti, naskah tersebut akan dibeli oleh seseorang. Tidak hanya itu, sebuah skenario haruslah merupakan sebuah runtutan cerita dengan premis atau konsep yang dibangun dengan baik. Sebuah cerita juga harus menyertakan karakter yang bisa membuat orang-orang merasakan keterikatan dengan karakter tersebut. Trottier menjelaskan bahwa novel menceritakan perasaan dan pemikiran karakter, sehingga novel menjadi medium yang paling sesuai untuk menggambarkan konflik internal yang dialami karakter. Naskah teater berbentuk lebih verbal, banyak hal yang digambarkan melalui dialog karakter. Sedangkan sebuah skenario film merupakan runtutan cerita yang didominasi dengan deskripsi visual, barulah disertai dengan dialog. (hlm. 14). Dan sebuah skenario harus terstruktur dengan baik agar ketika skenario kita sudah berpindah tangan ke sutradara dan rekan kerja lainnya, cerita kita tetap bisa bertahan pada inti dasarnya. (hlm. 15)

Sedangkan menurut Alessandra (2010), yang menjadikan sebuah skenario atau naskah sebagai cerita yang baik adalah aksi yang memicu emosi, dan emosi yang memicu aksi. (hlm. 16). Alessandra menjelaskan bahwa seringkali penulis naskah mengetahui *goals* dari karakter dalam naskahnya, tetapi tidak tahu

bagaimana perjalanan karakter untuk mencapai *goals*-nya. Meskipun begitu, sebenarnya penuntun jalan sang karakter bisa ditemukan di detail-detail kecil dalam cerita. Hal tersebut biasa disebut sebagai *trigger moment*, yang mana hal tersebut adalah titik terang bagi sang karakter. *Trigger moment* ini yang nantinya akan menuntun karakter untuk masuk ke *act III* dari skenario. (hlm. 26)

Menurut Dancyger & Rush (2013), konflik merupakan elemen atau fitur utama dalam sebuah skenario. Konflik bisa terjadi di antara manusia dengan manusia, manusia dengan alam/lingkungan, atau manusia dengan dirinya sendiri. Berbagai macam variasi gender, umur, agama, budaya, dan lain-lain, bisa menciptakan konflik yang bervariasi pula. Dan konflik yang paling umum diciptakan adalah konflik yang berbentuk hitam-putih, atau jahat-baik. Contohnya adalah konflik antara polisi dan kriminal, pahlawan dan penjahat, pengacara dan orang yang tertuduh, dan sebagainya. (hlm. 16)

2.2. Plot

Bernhardt (2013) mengatakan bahwa plot adalah runtutan kejadian yang dipilih oleh penulis naskah untuk menceritakan perjalanan karakter untuk mencapai tujuan atau keinginannya (hlm. 15). Plot lebih dari hanya sekedar tentang mencari tahu tentang apa yang akan terjadi selanjutnya, tetapi akan mempengaruhi perjalanan yang harus diambil oleh Protagonis. Menurut Bernhardt, plot merupakan hubungan yang dimiliki oleh karakter dan struktur cerita (hlm. 15-16). Karena itulah, karakter harus sesuai dengan plot, dan plot juga harus sesuai dengan cerita. (hlm.17) Sedangkan Weiland (2016) memfokuskan plot sebagai runtutan kejadian yang akan sangat mempengaruhi sifat atau pribadi protagonis. Menurut Weiland, plot terbagi

dalam 3 tahap perubahan karakter protagonis. Yang pertama adalah ketika protagonis memulai ceritanya, yang kedua adalah ketika protagonis belajar seiring ia menghadapi dan melalui masalahnya, dan yang ketiga adalah ketika protagonis mengalami perubahan pada dirinya (hlm. 7). Sebenarnya, teori Weiland kembali lagi pada *3-act structure*. Bedanya, Weiland lebih menekankan perubahan karakter pada protagonis, yang menurutnya tidak terlalu dibahas dalam teori pembabakan lain.

Gulino (2004) menjelaskan bahwa plot pada cerita merupakan sebuah jalinan peristiwa yang akan membantu penulis naskah untuk melihat keseluruhan dari karya mereka selagi mereka mengembangkan *scene* tertentu. Pada awalnya, penulis naskah bisa langsung membuat sebuah cerita secara lengkap tanpa harus menggunakan bantuan plot karena cerita yang dibuat hanya berdurasi 10 sampai 15 menit. Dengan durasi sedemikian, mereka mampu membuat cerita hanya dengan sekali tulis, dengan rencana yang tidak terlalu matang. Tetapi sejak penulis naskah harus menulis cerita yang berdurasi hingga 1 jam lebih, para penulis naskah butuh bantuan berupa plot dalam menulis cerita mereka (hlm. 1). Gulino sendiri menjelaskan awal mula munculnya plot atau *sequences* adalah karena pada sekitar tahun 1910 pemutaran film di bioskop selalu memiliki jeda di mana penonton menunggu dalam gelap saat petugas proyeksionis mengganti gulungan film. Jeda tersebut selalui ditandai dengan tulisan "*End of Act I*" dan "*Start of Act II*". Karena itulah tercipta sebuah manual dimana penulis di masa itu membuat struktur cerita mereka mengikuti pergantian gulungan tersebut. Hal ini terus berlanjut sampai sekitar tahun 1920.

Lalu pada awal tahun 1927, dunia perfilman mulai mengalami perkembangan yang sangat pesat di mana film-film mulai memiliki dialog. Hal ini menjadi langkah awal lahirnya teori 8 babak (hlm. 2). Untuk memecahkan solusi di mana penulis masa itu harus bisa menulis naskah dengan dialog, para produser Hollywood meminta bantuan dari para penulis drama untuk mengembangkan teori 3 babak yang dimiliki oleh Aristotle pada tahun 360-322 sebelum masehi. Maka lahirlah teori 8 babak yang digabungkan dengan teori 3 babak oleh Aristotle (hlm. 4). Teori 8 babak kemudian menjadi salah satu teori yang sangat umum digunakan.

Teori 3 babak itu dibagi menjadi pengenalan, konfrontasi, dan resolusi. 3 poin utama tersebut masing-masing dipisahkan oleh *turning point*, atau titik di mana kita bisa melihat adanya perubahan, dan perubahan ini biasanya terlihat di dalam diri karakter. Gulino juga menjelaskan, bahwa David Bordwell dalam bukunya yang berjudul '*Narration in the Fiction Film*'(1985) membagi cerita ke dalam 6 bagian, yaitu pengenalan *setting* dan karakter, penjelasan keadaan, tindakan, kejadian berikutnya, hasil, dan akhir atau *ending*. (hlm. 5)

Walau sebenarnya ada banyak teknik dalam menulis seiring waktu berjalan, terdapat 4 alat/cara utama yang ada untuk terus menerus menarik perhatian penonton. 4 cara tersebut adalah:

1. *Telegraphing*

Telegraphing adalah sebuah teknik memberi tahu penonton secara eksplisit mengenai apa yang akan terjadi selanjutnya, dan cara paling umumnya adalah dengan menggunakan dialog. Contohnya, ketika seorang karakter mengatakan, "aku akan menemuimu esok hari di warung belakang sekolah

untuk membahas hal ini.”. Hal tersebut jelas membuat penonton paham bahwa keesokan harinya karakter akan pergi ke sekolah. Hal ini membantu penonton untuk tidak bingung mengapa dua karakter yang bersangkutan pada akhirnya bertemu di warung belakang sekolah untuk membahas masalah mereka.

Telegraphing juga bisa dilakukan dengan menggunakan visual dalam film, seperti ketika ada adegan seorang karakter yang sedang menyalakan mesin mobilnya. Hal ini bisa membantu menjelaskan kepada penonton mengapa setelahnya ia sudah berada di tempat yang berbeda. Tidak hanya itu, *Telegraphing* juga bisa dijadikan sebagai sebuah alat untuk membuat *plot twist*. Contoh mudah, ketika seorang karakter ibu mengatakan kepada anaknya di pagi hari bahwa ia akan pulang cepat hari itu, tetapi justru mengalami kecelakaan di jalan dan sang anak tidak menerima kabar apapun. (hlm. 7-8)

2. Dangling Cause

Dangling Cause membahas mengenai sebab-akibat, sesuatu yang memang harus selalu ada dalam penulisan naskah. *Dangling Cause* adalah sebuah teknik untuk membuat penonton merasa digantungi oleh ‘sebab’, karena ‘akibat’ diletakkan cukup jauh dari ‘sebab’ tersebut. Sebab ini biasanya berbentuk peringatan, harapan, ancaman. Lalu di antara sebab dan akibat yang diletakkan berjauhan ini, pikiran penonton juga diisi dengan kejadian-kejadian lain di dalam cerita.

Contoh dari *Dangling Cause* adalah ketika seorang kakak mengulurkan tangannya ke arah adiknya untuk mengajaknya berjalan bersama setelah pertengkaran besar mereka selama puluhan tahun, lalu tiba-tiba adegan tersebut dipotong oleh adegan lain selama beberapa *scene*. Maka uluran tangan dari sang kakak adalah sebuah bentuk dari *Dangling Cause*. Penonton akan dipaksa untuk menunggu jawaban apakah sang adik memaafkan sang kakak dan mau berjalan bersama kakaknya. Uluran tangan dari sang kakak dalam adegan yang terpotong tersebut adalah sebuah bentuk dari *Dangling Cause*. (hlm. 8)

3. Dramatic Irony.

Dramatic Irony adalah ketika penonton diberi hak istimewa untuk mengetahui kebenaran yang disembunyikan dalam cerita bersamaan dengan karakter dalam cerita. Hal ini dapat membuat penonton merasakan rasa terkejut sekaligus sedih, marah, senang, atau emosi lainnya yang dirasakan oleh karakter ketika mengetahui hal tersebut.

Drama Irony juga bisa dilakukan dengan cara memberitahu penonton lebih dulu mengenai kebenaran yang disembunyikan dalam cerita bahkan sebelum sang karakter mengetahui hal tersebut, sehingga penonton akan menunggu saat di mana karakter mengetahui kebenaran tersebut. Hal inilah yang dirasa dapat menaikkan tensi ironis dalam film. Tapi tidak hanya itu, terkadang *drama irony* juga bisa digunakan dalam bentuk kesalahpahaman yang menciptakan gelak tawa penonton sehingga *drama irony* juga seringkali digunakan untuk komedi. (hlm. 9-10)

4. Dramatic Tension

Dramatic tension, pada dasarnya, *Dramatic tension* adalah cara paling umum untuk meningkatkan emosi penonton. Walaupun umum digunakan, teknik ini memang merupakan teknik yang paling kuat dalam membangun sisi dramatis sepanjang film berjalan. *Dramatic tension* berisikan sebuah kalimat yang sangat umum dibahas di dunia penulisan naskah, yaitu “*somebody wants something badly but having hard times while getting it.*” (hlm. 10)

Menurut Gulino, drama dalam sebuah cerita ada dua jenis, yang pertama adalah ketika seseorang menginginkan sesuatu, atau sedang mengejar sesuatu, lalu menghadapi masalah saat berusaha mewujudkannya. Yang kedua adalah ketika seseorang berusaha untuk menyelamatkan dirinya, atau melarikan diri dari sesuatu, tetapi menghadapi masalah saat berusaha mewujudkannya. Dan akhirnya ide mengenai *dramatic tension* digunakan sebagai dasar dalam membuat *logline* dari suatu cerita. (hlm. 11)

2.2.1. Teori 8 sequences

1. *Sequence 1*

Sequence 1, atau Gulino menyebutkannya sebagai *sequence A*, berisikan pengenalan terhadap karakter utama, seperti apa hidupnya baik secara sosial, ekonomi, maupun politik, di mana dia hidup, hubungan dia dengan orang-orang dalam hidupnya. Secara singkat, babak 1 berisikan *status quo* dari kehidupan sang tokoh utama sebelum ceritanya dimulai. Tidak hanya terfokus pada tokoh utama, *sequence 1* juga harus bisa menggambarkan bagaimana

dunia dalam film tersebut bekerja, dan juga peraturan-peraturan yang berlaku di dalamnya. *Sequence 1* ini sangat mempengaruhi apakah penonton akan tertarik dengan film tersebut atau tidak.

Sequence 1 biasanya selalu diakhiri dengan *inciting incident*, sebuah kejadian pertama yang membuat cerita bergerak. Biasanya *inciting incident* adalah saat pertama tokoh utama dihadapkan oleh masalahnya, kebutuhannya, atau keinginannya. Biasanya kejadian tersebut memiliki dampak yang cukup besar dalam hidupnya, atau bahkan bisa merubah hidupnya 180 derajat. Penulis naskah harus bisa menciptakan sebuah *inciting incident* yang cukup kuat untuk bisa membuat karakternya bergerak. (hlm. 14)

2. *Sequence 2*

Sequence kedua atau *sequence B* merupakan akhir dari babak pertama, yang menyempurnakan penjelasan premis pada film tersebut. Di dalam *sequence 2*, tokoh utama akan dihadapkan pada pilihan-pilihan yang akan sangat berpengaruh pada hidupnya. Di *sequence 2* ini pula tokoh utama akan mengalami kegagalan yang membuat resiko dari masalahnya semakin tinggi, sehingga menuntun tokoh utama untuk masuk ke dalam babak berikutnya.

Biasanya di *sequence 2* ini tokoh utama akan dibuat seakan-akan masalahnya akan segera selesai dengan baik dan cerita seakan-akan akan tamat di situ. Tetapi alih-alih demikian, tokoh utama justru akan berada di dalam posisi yang semakin sulit, hal inilah yang membuat tokoh utama mau tidak mau terus bergerak karena masalahnya sudah semakin membesar dan harus ia selesaikan. Di *sequence 2* ini juga lah tensi akan mulai dibangun, tentunya

sebagai hasil dari besarnya resiko yang ditanggung oleh tokoh utama. (hlm. 15)

3. *Sequence 3*

Di *sequence 3*, tokoh utama akan dibuat berhasil menyelesaikan masalah pertamanya di *sequence 1*, walau tetap akan diarahkan ke masalah yang lebih besar. Seringkali juga tokoh utama dibuat menyelesaikan masalah di *sequence 3*, tetapi hanya masalah-masalah kecil. Penyelesaian masalah-masalah kecil ini akan membuat karakter dari tokoh utama semakin terbangun. (hlm. 15)

4. *Sequence 4*

Sequence ke-4 adalah di mana tokoh utama merasakan kegagalan pertamanya dalam usahanya menyelesaikan masalah (hlm. 15). Karena kegagalan pertamanya dalam berusaha itulah tokoh utama akan kembali membuat perhitungan-perhitungan baru. Namun dalam *sequence 4* ini, tokoh utama akan membuat perhitungan-perhitungan tersebut dalam kondisi yang sangat putus asa, bahkan bisa jadi lebih putus asa dari sebelumnya.

Akhir *sequence 4* biasanya merupakan *midpoint* dari film tersebut. Penonton akan diberi harapan bahwa tokoh utama akan sukses dalam menghadapi masalahnya, tetapi ternyata ia gagal. Di *sequence* ini akan terlihat sekilas bagaimana resolusi akhir dari film tersebut saat bagian *midpoint*. Tetapi pada beberapa film, bisa jadi hal yang terjadi di *midpoint* atau *first culmination* berbanding terbalik dengan akhir dari film tersebut. (hlm. 16)

5. *Sequence 5*

Pada *sequence 5*, akan mulai muncul *subplot* pada cerita, yaitu masalah baru yang berhubungan dengan masalah utama dan akan dijalani oleh tokoh utama secara bersamaan. Masalah tersebut tentu saja akan menambah beban pada tokoh utama dan akan semakin menjelaskan bagaimana karakter dari si tokoh utama dalam menghadapi masalah. Akan kembali terlihat bayangan-bayangan apakah tokoh utama akan sukses atau tidak.

Pada *sequence* ini biasanya akan muncul tokoh baru, tokoh yang membawakan harapan baru dan memberi bantuan pada tokoh utama. Tokoh yang membantu ini umum dikenal sebagai karakter *guardian*, dan tidak selalu muncul dalam bentuk orang yang sudah tua dan bijak, walau umumnya karakter *guardian* memiliki ciri-ciri demikian. Karakter ini bisa saja hadir sebagai seorang teman, atau bahkan anak kecil yang tidak terlihat bijak sama sekali. (hlm. 16)

6. *Sequence 6*

Jika dikorelasikan dengan teori *3-act structure*, *sequence 6* merupakan ending dari *act* kedua dari 3 *act* yang ada. Pada bagian ini biasanya tokoh utama sudah dihadapkan dalam keputusan yang cukup berat. Pada *sequence* inilah terdapat *second culmination*, sebuah titik di mana tokoh utama seakan-akan sudah berada dalam titik terendahnya, atau biasa dikenal dengan sebutan *all is lost*. Semakin rendah titik tersebut, maka akan semakin tinggi rasa empati penonton terhadap tokoh tersebut, sehingga akan sangat berpengaruh pada *ending* dari film tersebut. (hlm. 16-17)

7. *Sequence 7*

Pada *sequence 7*, akan terlihat bahwa resolusi dari *sequence 6* bukanlah ending dari film tersebut. Tokoh utama akan dihadapkan kepada masalah baru, di mana masalah tersebut biasanya adalah konsekuensi dari keputusan atau tindakan tokoh utama saat berusaha menyelesaikan masalahnya di *sequence 6*. Di *sequence 7* biasanya tokoh utama akan dipaksa untuk bertindak dengan pola pikir baru yang sangat bertentangan dengan pola pikir dalam dirinya. Karakter dalam diri tokoh utama akan mengalami perubahan yang signifikan di *sequence* ini.

Di *sequence* ini pula terdapat kejadian yang biasa dikenal dengan sebutan *plot twist*. Hal ini biasanya adalah hal yang ditunggu-tunggu oleh penonton. *Plot twist* tidak harus selalu membuat penonton terkejut atas fakta yang disembunyikan sejak awal film, atau kebenaran di balik semuanya. Tetapi *twist* pada *sequence 7* harus bisa membuat penonton melihat bayangan *ending* dari film ini dari sudut pandang yang berbanding terbalik dari sebelumnya. (hlm. 17)

8. *Sequence 8*

Sequence 8 merupakan *ending* dari film, resolusi akhir dari keseluruhan film, entah dengan memberikan akhir berupa *happy ending*, *sad ending*, atau *open ending* kepada penonton. *Ending* dari sebuah film atau *sequence 8* akan terbentuk berdasarkan *statement* yang dimiliki oleh penulis naskah. (hlm. 18)

2.2.2. *Character-driven Story*

Gerke (2010) menjelaskan bahwa *Character-driven Story* adalah sebuah proses pembuatan plot dengan menemukan cerita dari dalam karakter protagonis. Seorang penulis dengan bentuk cerita *Character-driven Story* akan merasa berada dalam zona yang sangat penulis tersebut kenali dan pahami, karena semuanya berdasarkan apa yang karakter utama rasakan di dalam dirinya. Perubahan-perubahan pada karakter, juga pastinya akan membuat penulis merasa senang dan semakin mengenali karakternya. Gerke menjelaskan, *Character-driven Story* merupakan amplifikasi perjalanan batin dari karakter utama. Cerita yang dibentuk merupakan tahap-tahap di mana karakter menunjukkan jati dirinya (hlm. 49-50)

Dancyger (2013), *Character-driven Story* bukan hanya tentang aksi, ataupun tentang karakter yang secara kebetulan terjebak dalam suatu peristiwa. *Character-driven Story* adalah tentang sebuah karakter tertentu yang berada di persimpangan tindakan tertentu. Sehingga, hasil dari persimpangan tersebut tentunya mempengaruhi baik karakter dan juga hasil dari tindakannya. Salah satu tantangan dalam menulis sebuah plot dengan bentuk *Character-driven Story* adalah ketika merancang poin-poin plot. Karena tidak hanya aksi yang harus dimasukkan ke dalam plot, melainkan juga adegan-adegan yang mengartikulasikan perkembangan pada karakter (hlm. 19). Perkembangan pada karakter ini, harus disusun dalam tahap yang progresif dalam bentuk tiga babak. (hlm. 20)

Gerth (2019) menjelaskan, bahwa salah satu cara terbaik untuk menulis sebuah *Character-driven Story* adalah dengan menggambarkan emosi yang dirasakan karakter. Terdapat beberapa cara menyampaikan emosi karakter dalam

menulis *Character-driven Story*, yaitu dengan menunjukkan respon fisik karakter, *body language*, aksi dari karakter, ekspresi wajah, dialog, monolog internal, dan *setting description*. Menurut Gerth, sebisa mungkin sebaiknya tidak menyebutkan secara gamblang apa yang dirasakan oleh karakter. Dengan menunjukkan cara karakter mengungkapkan emosi, penulis dapat melakukan karakterisasi dan mengenal karakternya lebih mendalam.

2.3. Karakter

Smith (2015) menjelaskan bahwa dalam menciptakan karakter, penulis yang baik adalah yang menerapkan sifat dasar manusia pada karakter yang diciptakan. Hal tersebut dilakukan karena pada dasarnya menulis adalah sebuah bentuk psikologi (hlm. 5). Dan menurut Smith, psikologi adalah sebuah hal yang sangat dipengaruhi oleh orangtua. Karena itu, ia menjelaskan bahwa dalam membangun psikologi karakter, penulis memerlukan *backstory* mengenai bagaimana orangtua dari sang karakter sebagai dasar awal dari pembentukan karakter. (hlm. 7)

Smith menjelaskan bahwa konflik internal di dalam karakter bisa dibangun dengan memberikan perintah atau hal-hal yang mendorong, yang dapat menciptakan ‘perang’ di dalam diri karakter, yang harus ia turuti demi membuat dirinya sendiri merasa lebih baik. Sebagai contoh, terdapat karakter yang sedang merasakan emosi tertentu, tetapi ia merasa bahwa ia tidak seharusnya merasakan hal itu. Maka dia akan menyembunyikan perasaannya sebagai upaya untuk diterima oleh orang lain. (hlm. 9)

Mengutip dari *The Positive Trait Thesaurus: A writer’s Guide to Character Attributes* bahwa untuk menciptakan karakter yang realistik, seorang penulis harus

mengerti keinginan, motivasi, kebutuhan, dan ketakutan karakter. Karena ketidaksempurnaan yang ada pada karakter dan juga atribut positif adalah hal-hal yang membantu menciptakan karakter yang terkonstruksi dengan baik. Ketidaksempurnaan tidak hanya memanusiakan cerita, tetapi juga membantu karakter untuk tumbuh seiring mereka mengatasi ketidaksempurnaan mereka tersebut. (Ackerman & Puglisi, 2013. Hlm. 17)

Dijelaskan pula bahwa kepribadian karakter sangatlah kompleks karena terdiri dari hal yang disukai karakter, hal yang tidak disukai, pemikiran dan kepercayaan, yang dicerminkan dari tindakan dan sikap karakter. Selain itu, terdapat pula hal yang dapat membantu untuk mengembangkan sifat dari karakter, yaitu moralitas. Hal tersebutlah yang membuat karakter menentukan hal yang dilakukannya benar atau salah. (hlm. 18)

Mengutip dari *The Negative Trait Thesaurus: A writer's Guide to Character Flaws*, tujuan dari menciptakan karakter tentu tidak jauh dari pencarian jati diri, mencari arti, dan menggapai tujuan. Oleh karena itulah karakter tidak dapat dijauhkan dari masa lalu atau *backstory*-nya. Faktor-faktor seperti cara dibesarkan, lingkungan, genetik dan panutan dapat membantu kita untuk membentuk karakter kita. (Ackerman & Puglisi, 2013. Hlm. 15)

2.3.1. Character Arc

Menurut Weiland (2016), seringkali karakter dan plot dianggap menjadi sesuatu yang terpisah, padahal sebenarnya karakter dan plot saling berkaitan satu sama lain. Bahkan, bisa dibilang plot adalah karakter dan karakter adalah plot, mereka adalah satu hal yang sama. Hal ini yang membuat penulis naskah seringkali melupakan

karakter di saat penulis naskah sedang membuat struktur cerita. (hlm. 7-8). Weiland menjelaskan bahwa setiap karakter memiliki '*Lie*', yaitu kepercayaan protagonis akan sesuatu yang sebenarnya berbanding terbalik dengan *Truth* atau kebenaran. Padahal sebenarnya, *Truth* itu sendiri sebenarnya adalah *Need* dari sang protagonis.

'*Lie*' biasanya tercipta atas rasa takut, rasa sakit yang amat sangat, dendam, ketidakmampuan protagonis untuk memaafkan, rasa bersalah, rahasia besar, dan rasa malu atas sesuatu yang pernah dialami. Hal inilah yang membuat '*Lie*' akan menjadi sesuatu yang sangat dipercayai oleh protagonis dan mampu menggerakkan protagonis. (hlm. 12-13)

Character Arc itu sendiri menurut Weiland terbagi menjadi tiga:

1. *The Positive Change Arc*

Positive Change Arc adalah *character arc* yang paling umum digunakan dalam penulisan naskah film. Pada *change arc* ini, karakter akan memiliki tingkat kepercayaan yang sangat tinggi terhadap *Lie*-nya dan akan terus menyangkal *Truth*. Lalu protagonist akan dipaksa untuk menghadapi sesuatu yang bertentangan dengan *Lie* yang ia percaya, sampai akhirnya ia bisa menaklukan keburukan dirinya sendiri dan juga antagonisnya. Alhasil, protagonis akan mendapatkan *ending* yang bahagia dan menjadi pribadi yang lebih baik. (hlm. 9)

Positive Change Arc dimulai dengan membahas mengenai *Lie* dari karakter, lalu dari situ kita akan mengetahui apa keinginan dari karakter, yang biasanya berbanding terbalik dengan kebutuhan karakter. (hlm. 12). Hal yang karakter inginkan tidak bisa hanya semata keinginan manusia pada

umumnya, seperti ingin menikah atau ingin mendominasi dunia. Kita harus tau keinginan karakter yang lebih dalam, lebih beralasan, yang sangat berpengaruh pada jiwa karakter. Karena di dalam sana *Lie* yang dimiliki karakter lahir.

Sedangkan hal yang dibutuhkan karakter adalah hal yang bisa membantu karakter untuk tumbuh, di sana lah *Truth* muncul. Karakter dalam cerita kita akan menghabiskan hampir seluruh bagian cerita untuk mengejar *Lie* yang ia percaya, tetapi pada akhirnya karakter akan menyadari bahwa *inner goal* yang ia miliki adalah *Truth*, atau hal yang dia butuhkan. Hal yang karakter butuhkan tidak harus berbentuk fisik atau visual, tetapi biasanya lebih ke dalam bentuk kesadaran akan sesuatu. (hlm. 18-19)

Ketika karakter sudah menemukan hal yang ia inginkan (*Lie*) dan hal yang ia butuhkan (*Truth*), maka hal selanjutnya yang harus dicari adalah *Ghost*. Weiland menjelaskan, bahwa *Ghost* adalah hal di masa lalu karakter yang menyebabkan karakter mempercayai *Lie*-nya. Hal ini tidak lain dikarenakan adanya satu hukum solid dalam penulisan naskah, yaitu hukum sebab akibat.

Pada dasarnya, manusia adalah makhluk yang akan melakukan apapun untuk mendapatkan kedamaian, kenyamanan, dan bergerak maju. Tetapi manusia juga makhluk yang destruktif terhadap diri sendiri—kita berjuang untuk satu aspek dan mengorbankan elemen lain. Manusia berbohong pada dirinya sendiri, itulah yang dimaksud dengan *Lie*. Akan tetapi, selalu ada alasan di baliknya. (hlm. 23)

Selanjutnya, Weiland menjelaskan tentang *Characteristic Moment*, atau *first impression* terhadap karakter. Kita harus bisa mendeskripsikan karakter kita kepada penonton dan membuat mereka tertarik dengan karakter kita. Hal-hal yang harus bisa kita sampaikan tidak lain adalah nama protagonis, penampilannya, umur, pekerjaan, asal negara, dan jenis kelamin. Dilanjutkan dengan karakteristik fisiknya, peran dalam cerita, dan sifat karakter. Setelahnya adalah menceritakan *scene goal*, *story goal* dan memberi sedikit *hint* dari *Lie* karakter. (hlm. 28-29)

Selanjutnya, cerita akan dimulai dengan menunjukkan *The Normal World*. Yang dimaksud dengan *The Normal World* adalah status quo dari dunia yang ditinggali karakter, yang akan mempengaruhi sekitar $\frac{1}{4}$ dari cerita alias *Act I*. (hlm. 35). Penjelasan mengenai status quo ini terdapat di *The First Act*, yang berisi *Set Up*, yang bertujuan membangun cerita yang intensif (hlm. 41). Setelah dari *Act I*, kita akan masuk ke *The First Plot Point*, di mana *set up* karakter & *The Normal World* berakhir. Ketika karakter sudah mencapai titik ini, maka dia sudah tidak bisa mundur lagi dari hal yang harus ia hadapi. Karakter akan meninggalkan *Normal World*-nya, dan biasanya ditandai dengan kejadian yang mayor. (hlm. 47)

Weiland kemudian menjelaskan mengenai *The First Half of Second Act*. Di bagian ini, karakter akhirnya mulai menyadari bahwa ia sudah tidak bisa lagi berpegang teguh pada *Lie*-nya. Di sini karakter tidak memiliki banyak kesempatan untuk mengontrol situasi, tetapi karakter akan belajar banyak hal, terutama mengenai caranya dalam mengejar *Goal*-nya (hlm. 53).

Tetapi karakter juga dihadapkan dengan dilema karena ia akan bergerak mendekat kepada hal yang ia inginkan dan semakin jauh dengan hal yang ia butuhkan. (hlm. 55)

Selepas dari *The First Half of Second Act*, karakter akan bergerak menuju *Midpoint*. Di sini, protagonis akan berada di bawah tekanan atas *Lie*-nya. Ia akan merasa yakin bahwa ia tidak bisa hidup tanpa *Lie*-nya ketika ia justru dihadapkan dengan *Moment of Truth*. Akan tetapi *First Half of Second Act* sudah menyiapkan dirinya untuk sebuah perubahan besar tanpa ia sadari—*Midpoint* itu sendiri. (hlm. 59)

Setelah melewati *Midpoint*, Weiland menjelaskan bahwa cerita akan dilanjut dengan *The Second Half of the Second Act*. Di sini, karakter seakan sudah mendapatkan titik terang, seakan semua potongan *puzzle* sudah mulai berhasil ia susun. Padahal sebenarnya tidak, karena karakter belum sepenuhnya melepas *Lie*-nya. Ia terjebak di antara *Lie* dan *Truth*, tetapi merasa seakan dirinya sudah sepenuhnya melepas *Lie*. (hlm. 65)

Saat karakter terlihat seperti sudah bertemu dengan *happy ending*-nya di *Second Half of the Second Act*, karakter akan masuk ke bagian cerita selanjutnya yaitu *The Third Plot Point*. *The Third Plot Point* merupakan bagian terbawah dari cerita, karena karakter seakan dibuat sadar bahwa kemenangannya semu. Hal ini disebabkan karena karakter tidak bisa begitu saja berpura-pura seakan *Lie*-nya tidak pernah ada. Ia harus menghadapinya, entah dengan menghancurkannya, atau dihancurkan. (hlm. 74)

Setelahnya, cerita akan dilanjutkan dengan *The Third Act*, atau 25% terakhir dari cerita. Karakter berhasil menyelesaikan semuanya setelah dihantam sesuatu yang besar dan menyakitkan. Dan ia akan mulai percaya dan menerima *Truth* sepenuhnya, walau *Truth* tersebut menghancurkan hidupnya. Di sini lah kesempatan terakhir karakter untuk memilih apakah ia akan tetap kembali pada dalam zona nyamannya—*Lie*, atau tidak. (hlm. 80)

2. *The Flat Arc*

Flat Arc fokus pada protagonist dengan karakter yang pada dasarnya sudah lengkap dan tidak membutuhkan apa-apa lagi untuk perkembangan pribadi mereka untuk mengalahkan antagonis. Protagonis dalam *flat arc* tidak memiliki perubahan signifikan selama cerita berjalan, justru ia yang membawa perubahan bagi dunianya dan tokoh-tokoh minor dalam cerita. (hlm. 9)

3. *The Negative Change Arc*

Negative Change Arc memiliki variasi yang lebih banyak dibandingkan 2 *change arc* lainnya. Tetapi secara garis besar, *Negative Change Arc* didefinisikan sebagai *change arc* di mana protagonis memiliki perubahan karakter menjadi lebih buruk di akhir cerita (hlm. 9-10). Tetapi *Negative Change Arc* dibagi lagi menjadi 3 jenis:

a. *Dissilusionment Arc*

Dalam *Negative Change Arc* ini, protagonist mengalami perubahan karakter yang bagus. Di akhir cerita, ia akan memiliki pemahaman yang baik atas *Truth* yang ia dapatkan. Tidak terlalu jauh berbeda dari *positive*

change arc, hanya saja *Truth* yang didapatkan oleh protagonist adalah *Truth* yang tragis. (hlm. 127)

b. The Fall Arc

Fall Arc adalah *Negative Change Arc* yang paling relevan dengan cerita tragedi. Biasanya cerita akan diawali dengan gambaran seolah protagonis akan mengalami perubahan karakter yang positif, seperti pada *positive change arc*. Namun bedanya, di sini protagonis justru akan menolak untuk mempercayai *Truth* yang ia miliki dan justru semakin dalam jatuh dalam *Lie*-nya. Hal ini akan menciptakan *ending* yang tragis pada cerita, biasanya diakhiri dengan kematian, atau kegilaan. (hlm. 127)

c. The Corruption Arc

Corruption Arc adalah ketika seorang karakter hidup di dalam dunia yang sudah mengetahui dan menerima sebuah *Truth*, tetapi karakter utama justru malah terpicat dengan sebuah *Lie*. Padahal mungkin sebenarnya, ia hanya terbuai oleh *Lie* tersebut, padahal ia memiliki kesempatan untuk menerima *Truth* yang sudah jelas sekali di ada di hadapannya. Karakter dalam Arc ini biasanya memiliki potensi untuk berbuat kebaikan, tetapi lebih memilih kegelapan. (hlm. 128)

2.3.2. *Backstory*

Vogler (2007) menjelaskan bahwa *Backstory* adalah segala informasi tentang latar belakang dan kehidupan karakter sebelum cerita dimulai. *Backstory* merupakan runtutan kejadian yang akan membawa karakter ke dalam situasi di awal cerita (hlm. 94). Vogler juga menjelaskan tentang sebuah seni untuk mengungkapkan *Backstory* secara perlahan dan baik, yaitu eksposisi. Hal tersebut dilakukan dengan secara perlahan menceritakan kelas sosial dari tokoh protagonis, kebiasaan, pengalaman, serta kondisi sosial yang berlaku dan juga hal-hal yang berlawanan dengan protagonis. Seringkali, cara eksposisi yang ceroboh membuat cerita tidak menarik. Kemunculan *voice over* pada cerita yang menceritakan *backstory* secara gamblang, justru merupakan sebuah bentuk eksposisi yang sangat tumpul.

Menurut Vogler, lebih baik membuat penonton atau pembaca ikut berpikir saat *backstory* mulai perlahan-lahan terungkap. Dengan begitu, penonton akan merasa lebih terikat ke dalam cerita dan tidak mudah bosan. Penonton akan merasa lebih terlibat ke dalam cerita, jika turut mengungkapkan *backstory* berdasarkan petunjuk-petunjuk berbentuk visual. Tidak hanya itu, bentuk eksposisi juga bisa berbentuk verbal ketika karakter sedang marah atau dalam pelarian (hlm. 95). Berdasarkan penjelasan Bordwell, Thompson, & Smith (2020), seringkali film dimulai dengan memberitahu penonton tentang karakter dan situasinya sebelum *inciting incident* terjadi. Seorang pembuat film atau penulis harus tahu apa penyebab dari situasi tersebut. Maka disarankan pembuat film atau penulis membuat latar belakang mengenai tindakan yang terjadi sebelum plot dimulai, atau biasa disebut sebagai *backstory*. (hlm. 85)

Gerth (2019) juga menjelaskan, bahwa *backstory* adalah kejadian-kejadian yang terjadi sebelum cerita dimulai. *Backstory* adalah segala sesuatu yang terjadi sebelum halaman pertama sebuah buku atau naskah. Menurut Gerth, *backstory* bisa berupa peristiwa dari masa kecil, atau peristiwa masa lampau, dan bisa juga tentang hubungan-hubungan karakter di dalam cerita dengan orang di masa lalu. *Backstory* menjadi penting karena dapat membentuk sifat karakter, kehidupan karakter ketika cerita dimulai, dan juga bagaimana reaksi karakter terhadap hal-hal yang terjadi dalam cerita (hlm. 25). Gerth menjelaskan, bahwa ada hal krusial yang perlu diketahui saat membuat *backstory*, yang mungkin bisa menurunkan *suspense* cerita. Gerth menjelaskan, bahwa *backstory* bukan bagian dari cerita, sehingga jangan sampai *backstory* terlalu banyak mengambil fokus penonton dari cerita yang sedang berjalan, atau memotong & memperlambat *pacing* dari cerita.

2.3.3. 3 Dimensional Character

Gerke (2010) menjelaskan bahwa 3 Dimensional Character perlu dibuat secara utuh pada awal pembuatan cerita. Karena dengan menciptakan perjalanan batin dari karakter protagonis, penulis sudah berhasil menciptakan sekitar 75% dari plot cerita. Sehingga, jika ingin menciptakan sebuah cerita dengan plot yang kuat, pembuatan plot harus dimulai dengan pembuatan karakter (hlm. 341). Berdasarkan penjelasan Velikovsky (2003), terdapat 3 aspek yang harus dipenuhi saat membuat *3 Dimensional Character*. Tiga aspek tersebut adalah fisiologis, sosiologis, dan psikologis.

Fisiologis karakter tentunya menggambarkan bagaimana bentuk fisik dari karakter. Aspek-aspek yang terdapat di dalam fisiologis dari karakter adalah jenis

kelamin, berat badan, tinggi badan, usia, ras, dan kebangsaan. Detail-detail seperti warna rambut, warna mata, kesehatan, cacat fisik, dan cara berpakaian juga penting untuk dimasukkan ke dalam tabel 3 *Dimensional Character* bagian fisiologis. Sedangkan poin sosiologis adalah aspek yang menceritakan tentang kehidupan dari karakter. Beberapa aspek-aspek penting yang perlu dicantumkan ke dalam poin sosiologis adalah status perkawinan, asal tempat tinggal, latar belakang keluarga, pendidikan, pekerjaan, hobi dan cita-cita, kehidupan sosial, agama, pandangan politik, dan ambisi.

Yang terakhir adalah psikologis karakter, bagian dari dalam diri karakter yang mempengaruhi bagaimana karakter bertindak. Aspek-aspek penting yang perlu dicantumkan ke dalam poin psikologis adalah kepribadian karakter (ekstrovert atau introvert), tipe pemikiran, preferensi seksual, kehidupan fantasi, fobia, zodiak, hal yang disukai, dan hal yang tidak disukai (hlm. 32). Menurut Field (1979), ada banyak cara untuk mendekati pembuatan karakter, dan semuanya valid. Setiap penulis harus bisa memilih cara yang terbaik untuk digunakan dalam penciptaan karakternya. Field menjelaskan, salah satu cara untuk memilih apa yang hendak seorang penulis gunakan dan dengan yang tidak adalah dengan memisahkan komponen kehidupannya menjadi dua kategori dasar, yaitu interior dan eksterior. Kehidupan interior berlangsung sejak karakter lahir, dan kehidupan eksterior berlangsung dari saat film dimulai hingga akhir cerita.

2.4. *Defense Mechanism*

Dalam teori psikoanalitik klasik, *Defense Mechanism* adalah sebuah pola reaksi bawah sadar seorang individu yang didasari oleh ego untuk melindungi diri dari rasa cemas yang muncul atas konflik psikis dari individu tersebut. *Defense Mechanism* berkisar dari bentuk yang dewasa hingga yang tidak dewasa, tergantung dari bagaimana cara seorang individu menghadapi kenyataan. Sebagai contoh, penyangkalan adalah salah satu bentuk *Defense Mechanism* yang paling tidak dewasa, sedangkan sublimasi adalah salah satu bentuk *Defense Mechanism* yang paling matang. Dalam teori psikologi yang lebih baru, *Defense Mechanism* dijelaskan sebagai sebuah bentuk *coping* atas masalah sehari-hari dan ancaman dari pihak eksternal seorang individu. Tetapi penggunaannya yang berlebihan atau belum matang, dianggap dalam keadaan sakit atau abnormal. (VandenBos & Association, 2015. Hlm. 289)

Teori *Defense Mechanism* pertama kali dikemukakan oleh Anna Freud pada tahun 1936, di mana dijelaskan bahwa *Defense Mechanism* adalah sebuah pertahanan terhadap perasaan yang menyakitkan beserta pengaruhnya, dan perasaan-perasaan tersebut adalah perasaan gelisah, rasa bersalah, dan kehilangan. Fenichel menjelaskan bahwa *Defense Mechanism* merupakan sesuatu yang berkembang. Dalam proses perkembangan ini, *Defense Mechanism* tercipta atas pengalaman-pengalaman, yang kemudian membuat manusia mampu menilai bahaya dan muncul rasa panik, sehingga timbul lah *Defense Mechanism*. (Cramer, 2012. Hlm. 6)

Seorang *study principal* dari Harvard bernama George Vaillant menulis dua buku berdasarkan penelitian yang ia lakukan bersama tim terhadap 268 subjek, yaitu buku '*Adaptation to Life*' dan '*Aging Well*'. Dalam buku tersebut, dijelaskan bahwa faktor terbesar bagi seorang individu yang bahagia dan memiliki hidup sukses berakar di bagaimana individu tersebut memberi respon terhadap kegagalan dan kemunduran dalam hidup. Vaillant juga membahas tentang hasil research Anna Freud tentang Adaptations atau *Defense Mechanisms*, yang mana dijelaskan sebagai tindakan di bawah alam sadar dan perilaku yang digunakan oleh seorang individu dalam merespon rasa sakit, stres, kehilangan, konflik, kekecewaan, keraguan, bahkan pengkhianatan. (Corbett, 2013. Hlm. 68)

Corbett menjelaskan, bentuk adaptasi atau *Defense Mechanism* seseorang bisa berubah seiring individu tersebut bertambah dewasa dan menjadi lebih berfungsi secara sosial. Beberapa di antara kita ada yang berpegang teguh terhadap beberapa bentuk *Defense Mechanism* tertentu secara tidak sehat dan hal ini tentunya mempengaruhi cara kita berinteraksi dengan orang lain dan mempengaruhi kita dalam mengatasi pergolakan kehidupan. Corbett pun mengatakan bahwa ia merasa bahwa teori ini sangat berguna untuk digunakan dalam pekerjaannya—menciptakan karakter dan menulis. Dengan instan, kita bisa tahu bagaimana cara karakter memberi respon terhadap suatu konflik dan rasa frustrasi. (Hlm. 68-69)

Corbett menjelaskan, cerita kita bisa jadi memperlihatkan bagaimana *Defense Mechanism* dari tokoh kita berubah dan bertumbuh, dari bentuk penyesuaian diri yang kurang adaptif, menjadi lebih dewasa dan sehat (Hlm. 71). Corbett kemudian Corbett juga menjelaskan, bahwa dalam diri tokoh selalu ada

keinginan dan adaptasi yang inti/pokok, dan ada yang merupakan keinginan dan adaptasi sekunder. Sebagai contoh, jika ada seorang karakter yang keinginan pokoknya adalah cinta yang romantis namun hal tersebut berada di luar jangkauannya, bagaimana karakter tersebut akan memberi respon? Seorang lelaki dewasa mungkin akan meyakinkan dirinya bahwa kisah cinta yang romantis tidak sepenting itu. Hal ini bisa menjadi pertanda bahwa bentuk *Defense Mechanism*-nya adalah penyangkalan (bentuk adaptasi neurotik) atau sublimasi (bentuk adaptasi dewasa), namun semuanya kembali lagi kepada seberapa produktif ia mengaplikasikan energi yang seharusnya untuk seorang kekasih.

Satu-satunya cara untuk mengetahui bagaimana karakter ini menghadapi kemunduran dalam kisah cintanya adalah dengan menempatkan karakter di dalam sebuah *scene* patah hati. Setelahnya, penulis harus mencari tahu respon dari sang karakter. Apakah karakter tersebut akan menyangkal rasa sakitnya, marah, putus asa dan membenci diri, menertawakan dirinya, atau berpindah hati ke orang lain? Kita harus mencoba memvisualisasikan *scene-scene* tersebut dan seluruh tekstur emosi di dalamnya. Mungkin saja, nantinya penulis akan menemukan *scene-scene* yang sangat penting dalam dunia penceritaan. (Hlm. 76)

Corbett menjelaskan bahwa bagaimana cara sang karakter merespon terhadap rasa sakit hati tersebut mungkin saja tidak dapat menjelaskan bagaimana ia memberi respon atas situasi dan rasa frustrasi lain yang lebih minor, dan tidak memiliki relasi dengan keinginan pokok sang karakter. Karakter bisa saja sangat mampu menghadapinya. Sebagai contoh, karakter mengalami kerusakan di rumah atau mobil, dan kejadian tersebut justru memberikan kesempatan bagi karakter

untuk menunjukkan kemampuannya. Dalam hal ini, karakter memberikan respon yang dewasa, dan menerima masalah sebagai sebuah tantangan. Di sisi lain, kehidupan percintaan memberikan banyak warna dalam hidup sang karakter, dan rasa frustrasi atas patah hati bisa menjadi racun terhadap aspek-aspek kehidupannya. Sehingga adegan atap yang berlubang bisa menjadi sebuah tanda terhadap betapa tidak beruntungnya karakter tersebut.

Corbett juga mengungkapkan bahwa menciptakan karakter yang mendalam tidak hanya membutuhkan fokus pada apa yang mereka ingin, tetapi juga dengan bagaimana karakter menghadapi rasa frustrasi atas keinginan mereka, disertai dengan kelemahannya, rahasianya, dan kontradiksi dalam dirinya. (hlm. 19). Teori ini membuktikan bahwa rasa frustrasi, kelemahan, rahasia dan kontradiksi yang ada pada sebuah karakter dalam cerita mampu membuat karakter yang lebih ‘manusia’.

Corbett menjelaskan bahwa setiap individu memiliki jenis-jenis adaptasi atau *Defense Mechanism* yang berbeda saat dihadapkan dengan masalah. Maka dari itu berbagai bentuk adaptasi tersebut dibagi menjadi 4 jenis, yaitu *Psychotic Adaptations*, *Immature Adaptations*, *Neurotic Adaptations*, dan *Mature Adaptations*. (hlm. 69)

1. *Psychotic Adaptations*

Orang-orang yang memiliki jenis *Defense Mechanism* ini biasanya berada di dalam kondisi yang tidak dalam kontrol mereka. Jenis adaptasi ini terbagi lagi menjadi beberapa, yaitu:

a. Paranoid

Menurut *American Psychiatric Association* (1994), Paranoid adalah sebuah kondisi di mana seseorang selalu merasa curiga dan tidak percaya pada orang lain. Ia selalu curiga bahwa orang lain akan berbuat jahat padanya. (hlm. 629). Berdasarkan penjelasan dari buku lain dari asosiasi yang sama, paranoid adalah kondisi dimana seseorang menunjukkan ketidakpercayaan atau kecurigaan yang ekstrim, bahkan kerap ditandai dengan delusi.

Gangguan kepribadian paranoid itu sendiri memang ditandai dengan kecurigaan-kecurigaan dan ketidakpercayaan yang tidak berdasar. Contohnya, seseorang yang memiliki kepribadian paranoid selalu merasa dikelilingi oleh bahaya, atau motif dan makna tersembunyi. Tidak hanya itu, pemilik kepribadian paranoid juga mudah tersinggung dan selalu siap untuk menyerang balik. (VandenBos & Association, 2015. Hlm. 759)

b. Halusinasi

Menurut *American Psychiatric Association* (2013), halusinasi adalah persepsi terjadinya sesuatu dalam kondisi sadar, yang tidak dipicu oleh stimulus eksternal. Bisa terjadi dalam berbagai bentuk indra pada tubuh manusia, dan tidak berada di bawah kendali alam sadar manusia (hlm. 87). Menurut buku lain dari asosiasi yang sama, halusinasi adalah sebuah persepsi sensorik palsu yang mempengaruhi beberapa

indra, dan yang paling umum adalah halusinasi pendengaran dan halusinasi visual.

Halusinasi biasanya adalah gejala dari kelainan psikotik, atau bisa juga akibat penggunaan zat (contoh: halusinogen), kelainan neurologis, dan beberapa kondisi lainnya. Salah satu penyakit yang memiliki gejala halusinasi adalah Skizofrenia. Penting sekali untuk bisa membedakan halusinasi dengan ilusi. Yang mana, ilusi tercipta dari rangsangan sensorik yang nyata. (VandenBos & Association, 2015. Hlm. 480)

c. Megalomania

Menurut Caligor et al. (2015), Megalomania atau yang bernama lain *Narcissistic Personality Disorder* ditandai dengan tindakan yang melebih-lebihkan baik dalam fantasi maupun perilaku sang individu, keinginan untuk selalu diperhatikan dan dikagumi, dan tidak adanya empati dalam diri individu (hlm. 415-416).

Megalomania juga merupakan sebuah konsepsi seorang individu yang sangat mendalam atas kekuatan, kepentingan, atau kemampuan. Megalomania umum menjadi gejala dari seseorang yang mengidap mania atau skizofrenia. Seorang individu dengan megalomania juga sering memiliki delusi atas penganiayaan. (VandenBos & Association, 2015. Hlm. 635)

d. *Denial*

George Vaillant mengkategorikan *Denial* sebagai salah satu bentuk adaptasi *Psychotic*. Vaillant (1998) menjelaskan bahwa *Denial* biasanya merupakan bentuk adaptasi anak di bawah umur 5 tahun, namun jika ditemukan di orang dewasa, maka *denial* merupakan sebuah bentuk upaya pengaturan ulang realitas eksternal. Bentuk adaptasi ini merupakan sebuah penyangkalan atas realitas eksternal. (Hlm. 81)

Secara mudah, komponen *denial* yang paling primitif dan umum adalah kegagalan dalam melihat dan mendengar kenyataan. *Denial* juga bisa berwujud seperti penarikan diri secara fisik & psikologis dari situasi yang menyakitkan, atau lebih tepatnya mengabaikan. Dan jika seorang individu dengan bentuk adaptasi *denial* kembali teringat akan realitas tersebut, bisa menyebabkan rasa sakit atau gangguan psikologis. (Cramer, 2012. Hlm. 37)

2. *Immature Adaptations*

Bentuk *Defense Mechanism* yang tidak dewasa seperti ini belum tentu hanya terjadi pada anak kecil, dan bisa saja terjadi kepada individu-individu yang umurnya sudah dewasa. Adaptasi ini dibagi menjadi 3:

a. Pasif Agresif

Menurut *American Psychiatric Association* (2013), Pasif agresif adalah sebuah kondisi di mana seorang individu yang ketika dihadapkan pada suatu tuntutan pekerjaan ataupun sosial, selalu

memberi perlawanan yang pasif namun berbentuk respon yang negatif. Pasif agresif juga adalah cara seorang individu mengekspresikan perasaan negatif seperti rasa amarah atau rasa terganggu, namun disampaikan dengan secara tidak langsung. Individu cenderung menyalahkan orang lain atas kesulitan yang dihadapinya. (hlm. 646)

Berdasarkan *Vandenbos & Association* (2015), pasif agresif adalah sifat yang nampak tidak bahaya, tidak disengaja, namun memiliki motif agresif yang tidak disadari. Sebagai contoh, ketika ada seorang individu yang senang membuat orang lain menunggu, tapi kemudian ia bingung kenapa orang lain tersebut marah padanya, sebenarnya ia sedang secara pasif menolak keinginan bawah sadarnya untuk diistimewakan, dan untuk memprovokasi orang lain yang tidak melihat keistimewaannya, karena ia merasa tidak dihargai. Tidak hanya itu, pasif agresif juga bisa dilihat dari bagaimana seorang individu menjadi sering menunda, membuang waktu, keras kepala, atau menjadi tidak efisien. (hlm. 767)

b. Hipokondria

Menurut *American Psychiatric Association* (1994) hipokondria adalah ketika seorang individu memiliki ketakutan berlebih bahwa dirinya terjangkit suatu penyakit (hlm. 300). Berdasarkan penjelasan dari buku lain oleh asosiasi yang sama, hipokondria adalah sebuah kekhawatiran yang tidak wajar dari seorang individu, akan kondisi

kesehatannya. Individu tersebut cenderung memiliki keyakinan yang tidak berdasar atas kesehatannya yang memburuk.

Ketika individu tersebut sudah merasa terlalu asyik dengan ketakutan atau keyakinannya atas suatu penyakit fisik serius yang tidak realistis, kondisi tersebut bisa diklasifikasikan menjadi sebuah gangguan mental *Hypochondriasis*. Rasa takut dan keyakinan tersebut akan mengganggu fungsi sosial individu tersebut meskipun tidak ada jaminan medis. (VandenBos & Association, 2015. Hlm. 513)

c. Proyeksi

Menurut *American Psychiatric Association* (1994) proyeksi adalah suatu keadaan di mana seorang individu menghadapi konflik emosional baik dari internal maupun eksternal dengan menyangkutpautkan perasaan atau pemikiran lainnya yang sebenarnya tidak berhubungan. Bisa jadi juga sebenarnya ia sedang mengkritik dirinya sendiri (hlm. 756). Berdasarkan penjelasan dari buku lain oleh asosiasi yang sama, proyeksi adalah proses di mana seseorang mempengaruhi, mengaitkan karakteristik positif atau negatif seseorang, dan memberi dampak impulsif terhadap orang lain.

Defense Mechanism ini sering digunakan untuk menghindari tanggung jawab, atau membenarkan prasangka pihak ketiga. Sebagai contoh, seorang individu dengan bentuk adaptasi ini akan bisa mengubah “Aku membencinya” menjadi “Dia membenciku”. Dalam teori psikoanalitik klasik, seorang individu yang memiliki *Defense*

Mechanism Proyeksi akan menghindar untuk melihat kesalahannya sendiri, dan proyeksi bahkan bisa berkembang menjadi paranoid jika kasus sudah semakin parah. (VandenBos & Association, 2015. Hlm. 834)

d. Fantasi

Menurut *American Psychiatric Association* (1994), fantasi adalah sebuah keadaan di mana seorang individu akan sibuk membayangkan skenario lain tentang hidupnya yang ia inginkan untuk terjadi (hlm. 755). Berdasarkan penjelasan dari buku lain oleh asosiasi yang sama, fantasi adalah sebuah proses mental atau pengalaman yang tidak berdasarkan logika. Seringkali fantasi memiliki tujuan yang sehat, yaitu untuk melepas penat, melepas ketegangan, atau merangsang kreativitas.

Tidak hanya itu, fantasi juga bisa berarti memutuskan hubungan yang signifikan dari kenyataan. Fantasi juga merupakan sebuah mimpi atau hasil lamunan. Fantasi adalah sebuah proses atau bentuk adaptasi di mana keinginan seseorang terutama yang berbentuk impulsif, baik secara sadar atau tidak sadar, bisa terpenuhi. (VandenBos & Association, 2015. Hlm. 412)

3. *Neurotic Adaptations*

a. Intelektualisasi

Menurut *American Psychiatric Association* (1994). intelektualisasi adalah sebuah bentuk *Defense Mechanism* dimana seorang individu

akan mencari alasan/pemikiran abstrak yang menurut individu tersebut logis untuk mewajarkan luka, atau meminimalisasi perasaan yang mengganggu (Hlm. 756). Berdasarkan VandenBos & *Association* (2015), Intelektualisasi adalah *Defense Mechanism* yang menangani konflik atau masalah emosional dengan menyembunyikan konflik tersebut dibalik aktivitas intelektual yang berlebihan (hlm. 548). Sedangkan berdasarkan Vaillant (1998), adalah sebuah bentuk adaptasi di mana seorang individu memisahkan emosi dari ide. Namun berbeda dari sublimasi, bentuk adaptasi ini dapat membuat kehidupan seseorang menjadi tidak menyenangkan. (hlm. 97)

b. Disosiasi

Menurut *American Psychiatric Association* (1994), disosiasi adalah sebuah tindakan seseorang di mana ia akan menghadapi konfliknya dengan memutuskan hubungan dari persepsi, ingatan, dan kesadaran yang sebelumnya memiliki integrasi terhadap dirinya (hlm. 755). Menurut Vandenbos & *Association* (2015), disosiasi adalah sebuah *Defense Mechanism* adalah memisahkan keinginan hati dan perasaan yang mengancam dari jiwa seorang individu. (hlm. 324)

c. Represi

Menurut *American Psychiatric Association* (1994), represi adalah kondisi dimana seseorang berusaha menghadapi konfliknya dengan membuang harapan-harapan dan pemikiran yang menurutnya mengganggu (hlm. 756). Menurut Vandenbos & *Association* (2015),

represi adalah sebuah *Defense Mechanism* yang mengesampingkan/membuang keinginan hati dari kesadaran seorang individu.

Represi terjadi di secara tidak sadar, dan digunakan terhadap kecemasan atas rasa permusuhan, pengalaman buruk, serta kenangan yang mengancam. Biasanya, seorang individu menghindari realitas yang tidak menyenangkan secara tidak sadar. Tidak hanya terhadap diri sendiri, represi juga bisa digunakan oleh satu individu ke individu lain, yaitu sebuah tindakan penindasan, pengucilan, mengekang, atau menundukkan. (hlm. 907)

4. *Mature Adaptations*

a. Supresi

Menurut *American Psychiatric Association* (1994), supresi adalah sebuah upaya adaptasi di mana seorang individu akan dengan sadar menunda perhatiannya terhadap suatu luka, atau berusaha untuk menghindar untuk memikirkan tentang masalah, perasaan, atau pengalaman yang mengganggu. (hlm. 757)

Menurut *Vandenbos & Association* (2015), supresi adalah sebuah upaya untuk menyingkirkan pemikiran atau pengalaman yang mengganggu guna mengontrol harapan dan keinginan yang tidak dapat diterima atau tidak sesuai dengan kenyataan. Dan yang membedakan supresi dengan represi adalah bentuk adaptasi supresi

dilakukan secara sengaja dan sadar, sedangkan represi adalah bentuk adaptasi yang terjadi secara tidak sadar. (hlm. 1053)

b. Sublimasi

Menurut *American Psychiatric Association* (1994) sublimasi adalah sebuah upaya adaptasi dari seorang individu dengan menyalurkan perasaannya ke dalam bentuk yang diterima oleh kalangan sosial. Individu tersebut cenderung akan mencari kegiatan lain yang lebih positif. (hlm. 757)

Menurut *Vandenbos & Association* (2015), sublimasi adalah sebuah bentuk *Defense Mechanism* di mana seorang individu secara tidak sadar menyalurkan perasaan negatifnya ke dalam bentuk ekspresi yang dapat diterima secara sosial. Dorongan-dorongan yang agresif dari dalam diri biasanya diarahkan ke sesuatu yang baru, yang juga memberi kepuasan tersendiri untuk dorongan agresif sang individu. Sebagai contoh, seseorang yang memiliki dorongan voyeuristik, memilih untuk mengarah pada penelitian ilmiah. (hlm. 1044)

Vaillant (1998) menjelaskan bahwa Sublimasi lebih dari sekedar melakukan sesuatu yang diterima oleh sosial, tetapi juga membuat ide tersebut jadi menyenangkan untuk dilakukan. Intelektualisasi dapat membuat seseorang memisahkan perasaan dan logika, namun membuat hidup menjadi tidak menyenangkan. Namun sublimasi membuat perasaan dan logika bisa tetap sejalan (hlm. 97).

Dan hal penting lainnya dari sublimasi adalah, bentuk adaptasi ini bisa membantu seorang individu mewujudkan imajinasinya menjadi sesuatu yang nyata di kehidupan sehari-hari. (hlm. 101)