

**‘THE SYSTEM’ STANISLAVSKI**  
**DAN ‘THE METHOD’ STRASBERG**

**CERLY CHAIRANI**  
**Dosen Teater ISBI Bandung**  
**Email: cerly.chairani@gmail.com**

**ABSTRACT**

*This article will explore certain parts of the development of Konstantin Stanislavski's (Russian) acting teachings 'The System', along with its basic elements, as the protoplasm of the birth and growth of various other acting techniques and methods, as well as their impact on Lee Strasberg's 'The Method' acting method developing in America. Intended as nothing more than knowledge and training guidance for acting students (the art of acting). Apart from that, as a useful guide when it is not easy to understand and imagine the series of acting training processes and the character (character/role) creation process. Furthermore, this article wants to conduct a small comparative study between Stanislavski's 'The System' acting teachings and the development method carried out by one of his students and successors, in America, namely Lee Strasberg's 'The Method'. Also to see and understand the similarities or strengths between the two, apart from certain practice points that make the two feel different. Then how can acting students see, understand and imagine these differences as a gift of breadth or even ease to enter the realm of practice 'in nature' of these methods with more brilliant and effective achievements.*

**Keywords:** *The System, The Method, Actor's Work, Character's Work*

## PENDAHULUAN

Tulisan ini hendak mengeksplorasi bagian tertentu dari perkembangan ajaran akting ‘*The System*’ Konstantin Stanislavski (Rusia), beserta elemen-elemen dasarnya, sebagai protoplasma dari kelahiran dan pertumbuhan beragam teknik dan metode akting lainnya, serta dampaknya terhadap metode akting ‘*The Method*’ Lee Strasberg yang berkembang di Amerika. Dimaksudkan tidak lain sebagai pengetahuan dan panduan pelatihan bagi para mahasiswa pemeranan (seni akting). Selain, sebagai panduan yang berguna di saat-saat tidak mudahnya memahami dan mempraktikkan rangkaian proses pelatihan akting dan proses penciptaan karakter (tokoh/peran).

Lebih lanjut, tulisan ini hendak sedikit melakukan studi perbandingan antara ajaran akting ‘*The System*’ Stanislavski dengan metode pengembangan yang dilakukan oleh salah-satu murid dan penerusnya tersebut, di Amerika, yakni

‘*The Method*’-nya Lee Strasberg. Juga untuk melihat dan memahami persamaan atau penguatan di antara keduanya, selain titik-titik praktik tertentu yang membuat keduanya terasa mengandung perbedaan. Lalu bagaimana para mahasiswa pemeranan bisa melihat, memahami, dan mempraktikkan perbedaan-perbedaan tersebut sebagai anugerah keluasan atau bahkan kemudahan untuk memasuki ranah praktik ‘di alam’ metode-metode tersebut dengan pencapaian yang lebih gemilang dan berdayaguna.

## BAGIAN I: ‘*THE SYSTEM*’ KONSTANTIN STANISLAVSKI Biografi Singkat Konstantin Stanislavski



**Foto:**

*Konstantin Stanislavski sedang  
bekerja pada tahun terakhir  
hidupnya.<sup>1</sup>*

<sup>1</sup>

[https://en.wikipedia.org/wiki/Konstantin\\_Stanislawski#/media/File:Konstantin Stanislavski](https://en.wikipedia.org/wiki/Konstantin_Stanislawski#/media/File:Konstantin Stanislavski_in_1938.jpg)

[ki\\_in\\_1938.jpg](https://en.wikipedia.org/wiki/Konstantin_Stanislawski#/media/File:Konstantin Stanislavski_in_1938.jpg), diakses pada 30 September 2023, pukul 14.25 WIB.

**Konstantin Stanislavski**, lengkapnya Konstantin Sergeyevich Stanislavski. Nama asli **Konstantin Sergeyevich Alekseyev**, (lahir 5 Januari [17 Januari, *New Style*], 1863, Moskow, Rusia—meninggal 7 Agustus 1938, Moskow). Aktor Rusia, sutradara, dan produser, pendiri *Moscow Art Theatre* (MAT) yang dibuka tahun 1898). Ia terkenal karena mengembangkan *The System*, ajaran, teori, dan metode akting miliknya.

Ayah Stanislavski adalah seorang pengusaha pabrik, dan ibunya adalah putri seorang aktris Perancis. Stanislavski pertama kali muncul di panggung amatir orang tuanya pada usia 14 tahun dan kemudian bergabung dengan grup drama yang diorganisir oleh keluarganya dan disebut *Alekseyev Circle*. Meskipun pada awalnya seorang pemain yang canggung, Stanislavski secara obsesif memperbaiki kekurangannya dalam suara, diksi, dan gerakan tubuh. Ketelitian dan keasyikannya dengan semua aspek pertunjukan membedakannya dari anggota *Alekseyev Circle* lainnya, dan lambat laun ia menjadi tokoh sentralnya. Stanislavski juga tampil di grup lain saat

teater mulai menyerap hidupnya. Ia mengadopsi nama samaran ‘Stanislavski’ pada tahun 1885, dan pada tahun 1888 ia menikah dengan Maria Perevoshchikova, seorang guru sekolah, yang menjadi murid setia dan pendamping seumur hidup, serta seorang aktris luar biasa dengan nama ‘Lilina’.

Stanislavski menganggap teater sebagai seni yang memiliki makna sosial. Ia yakin, teater mempunyai pengaruh yang kuat terhadap masyarakat, dan aktor harus berperan sebagai pendidik masyarakat. Stanislavski menyimpulkan bahwa hanya grup teater permanen yang dapat memastikan keterampilan akting tingkat tinggi. Pada tahun 1888 ia dan yang lainnya mendirikan *Society of Art and Literature* dengan perusahaan amatir permanen. Diberkahi dengan bakat luar biasa, musikalitas, penampilan yang mencolok, imajinasi yang jelas, dan intuisi yang halus, Stanislavski mulai mengembangkan plastisitas tubuhnya dan jangkauan suaranya yang lebih luas. Pujian datang dari aktor-aktor asing terkenal, dan aktris-aktris hebat Rusia mengundangnya untuk tampil bersama

mereka. Karena didorong, Stanislavski menggelar produksi independen pertamanya, *The Fruits of Enlightenment* karya Leo Tolstoy, pada tahun 1891, sebuah acara teater besar di Moskow. Yang paling penting, hal ini mengesankan seorang penulis dan sutradara yang menjanjikan, Vladimir Nemirovich-Danchenko (1858–1943), yang kemudian hubungannya dengan Stanislavski memiliki pengaruh yang sangat besar pada teater.

Nemirovich-Danchenko mengikuti aktivitas Stanislavski hingga pertemuan bersejarah mereka pada tahun 1897, ketika mereka menguraikan rencana untuk teater masyarakat. Itu terdiri dari para amatir paling berbakat dari masyarakat Stanislavski dan para siswa *Philharmonic Music and Drama School*, yang disutradarai oleh Nemirovich-Danchenko. Sebagai ‘Teater Seni Moskow’, teater ini menjadi arena reformasi Stanislavski. Nemirovich-Danchenko bertanggung jawab atas masalah sastra dan administrasi, sementara Stanislavski bertanggung jawab atas pementasan dan produksi.

*Moscow Art Theatre* dibuka pada 14 Oktober (26 Oktober, *New Style*), 1898, dengan penampilan *Tsar Fyodor Ioannovich* karya Aleksey K. Tolstoy. Namun Stanislavski kecewa dengan aktingnya malam itu. Dia menganggapnya hanya meniru gerak tubuh, intonasi, dan konsepsi sutradara. Untuk memproyeksikan pemikiran penting dan mempengaruhi penonton, renungnya, harus ada karakter yang hidup di atas panggung, dan perilaku eksternal saja dari para aktor tidak cukup untuk menciptakan ‘dunia batin’ yang unik dari seorang karakter. Untuk mencari pengetahuan tentang perilaku manusia, Stanislavski beralih ke sains. Dia mulai bereksperimen dalam mengembangkan elemen pertama yang dikenal sebagai ‘metode Stanislavsk’. Dia beralih tajam dari pendekatan eksternal murni ke pendekatan psikologis murni. Sebuah drama dibahas di meja selama berbulan-bulan. Ia menjadi tegas dan tidak kenal kompromi dalam mendidik para aktor. Dia bersikeras pada integritas dan keaslian penampilan di atas panggung, mengulangi kritiknya yang menakutkan selama berjam-jam selama latihan, "Saya tidak percaya kamu".

Pengalaman sukses Stanislavski dengan *The Seagull* karya Anton Chekhov menegaskan keyakinannya yang berkembang tentang teater. Dengan susah payah Stanislavski mendapatkan izin Chekhov untuk mementaskan kembali *The Seagull* setelah produksi aslinya di St. Petersburg pada tahun 1896 gagal. Disutradarai oleh Stanislavski dan Nemirovich-Danchenko pada tahun 1898, *The Seagull* menjadi sebuah kemenangan, menandai lahirnya 'Teater Seni Moskow' sebagai kekuatan baru dalam teater dunia. Chekhov, yang memutuskan untuk tidak pernah menulis drama lain setelah kegagalan awalnya, diakui sebagai penulis drama yang hebat, dan dia kemudian menulis *The Three Sisters* (1901) dan *The Cherry Orchard* (1903) khusus untuk *Moscow Art Theatre*.

Saat mementaskan drama Chekhov, Stanislavski dan Nemirovich-Danchenko menemukan cara pertunjukan yang baru: mereka menekankan 'ansambel' dan subordinasi masing-masing aktor terhadap keseluruhan, dan mereka menundukkan interpretasi sutradara dan

aktor sesuai dengan maksud sang dramawan. Para aktor, menurut Stanislavski, harus memiliki pelatihan yang sama dan mampu melakukan identifikasi batin yang intens dengan karakter (tokoh/peran) yang mereka mainkan, namun tetap independen terhadap peran tersebut untuk menundukkannya pada kebutuhan lakon secara keseluruhan. Berjuang melawan konvensi teater yang dibuat-buat dan sangat bergaya pada akhir abad ke-19, Stanislavski malah mencari reproduksi emosi otentik di setiap pertunjukan.

Pada tahun 1902 Stanislavski berhasil mementaskan *The Petty Bourgeois* dan *The Lower Depths* karya Maxim Gorky, menyutradarai yang terakhir bersama Nemirovich-Danchenko. Di antara banyak peran kuat yang diperankan oleh Stanislavski adalah Astrov dalam *Uncle Vanya* pada tahun 1899 dan Gayev dalam *The Cherry Orchard* pada tahun 1904, keduanya karya Chekhov; Dokter Stockman dalam *An Enemy of the People* karya Henrik Ibsen pada tahun 1900; dan Satin dalam *The Lower Depths* karya Maxim Gorky. Baik sebagai aktor maupun sutradara, Stanislavski menunjukkan kehalusan

luar biasa dalam menampilkan pola psikologis dan bakat luar biasa untuk karakterisasi satir. Mendapat rasa hormat dari pengikut dan musuh, ia menjadi pengaruh dominan terhadap intelektual Rusia pada saat itu. Ia membentuk *First Studio* pada tahun 1912, di mana inovasinya diadopsi oleh banyak aktor muda. Pada tahun 1918 ia mengambil alih bimbingan *Bolshoi Opera Studio*, yang kemudian dinamai menurut namanya. Di sana ia mementaskan *Eugene Onegin* karya Pyotr Ilyich Tchaikovsky pada tahun 1922, yang diakui sebagai reformasi besar dalam opera.

Pada tahun 1922–1924, *Moscow Art Theatre* melakukan tur ke Eropa dan Amerika Serikat dengan Stanislavski sebagai administrator, sutradara, dan aktor utamanya. Minat yang besar telah menggerakkan ajarannya, *The System*. Selama periode ini dia menulis otobiografinya, *My Life in Art*. Karena selalu sibuk dengan isi dan bentuk, Stanislavski mengakui bahwa ‘teater representasi’, yang selama ini diremehkannya, tetap saja bisa menghasilkan aktor-aktor yang brilian. Menyadari bahwa teater berada dalam

kondisi terbaiknya ketika konten mendalam diselaraskan dengan bentuk teater yang jelas, Stanislavski mengawasi produksi *Twelfth Night* karya William Shakespeare di *First Studio* pada tahun 1917 dan *The Government Inspector* karya Nikolay Gogol pada tahun 1921, telah mendorong aktor Michael Chekhov dalam karakterisasi yang sangat aneh. Pementasannya dalam *An Ardent Heart* (1926) karya Aleksandr Ostrovsky dan *The Marriage of Figaro* (1927) karya Pierre-Augustin Caron de Beaumarchais menunjukkan upaya sandiwara yang semakin berani. Pementasan monumental Stanislavski, *Armoured Train 14–69*, lakon karya V.V. Ivanov tentang Revolusi Rusia, merupakan tonggak sejarah teater Soviet pada tahun 1927, dan pementasannya yang lain, *Dead Souls*, adalah inkarnasi brilian dari mahakarya Gogol.

Saat berakting dalam *The Three Sisters* selama presentasi peringatan 30 tahun *Moscow Art Theatre* pada tanggal 29 Oktober 1928, Stanislavski menderita serangan jantung. Memutuskan meninggalkan akting, dia

berkonsentrasi selama sisa hidupnya pada mengarahkan dan mendidik para aktor dan sutradara.

Metode dan ajaran seni akting Stanislavski, *The System*, berkembang selama 40 tahun. Dia mencoba berbagai eksperimen, memusatkan sebagian besar waktunya pada apa yang dia anggap sebagai atribut paling penting dari karya seorang aktor—memunculkan emosi masa lalu seorang aktor dalam sebuah peran. Namun ia sering kali kecewa dan tidak puas dengan hasil eksperimennya. Namun dia tetap melanjutkan pencariannya tentang “*cara sadar menuju alam bawah sadar*”—yaitu, pencarian emosi aktor. Pada tahun 1935 ia terpesona oleh konsepsi ilmiah modern tentang interaksi otak dan tubuh dan mulai mengembangkan teknik terakhir yang ia sebut ‘Metode Laku Fisik’ (*Method of Physical Actions*). Ini mengajarkan kreativitas emosional; hal ini mendorong para aktor untuk merasakan secara fisik dan psikologis emosi karakter yang mereka gambarkan pada

saat tertentu. Metode Stanislavski tersebut juga bertujuan untuk mempengaruhi konstruksi lakon dari seorang penulis naskah drama.<sup>2</sup>

### **Mengenal ‘*The System*’ Konstantin Stanislavski**

Konstantin Stanislavski pada akhirnya memahami ajaran seni akting *The System* miliknya sebagai hasil pencarian seumur hidup:

*Aku...mencari-cari metode kerja bagi para aktor yang akan memungkinkan mereka menciptakan citra seorang tokoh, menghembuskan ke dalamnya kehidupan jiwa manusia dan, secara alami, mewujudkannya di atas panggung dalam bentuk yang indah dan artistik... Landasan metode ini adalah studiku tentang sifat seorang aktor.<sup>3</sup>*

Bukan perkara yang mudah untuk memberikan gambaran yang tepat mengenai perkembangan *The System* Stanislavski, karena pandangan Stanislavski selalu berubah dan

<sup>2</sup> Biografi Singkat Konstantin Stanislavski, <https://www.britannica.com/biography/Konstantin-Stanislavsky>, diakses pada 30 September 2023, pukul 14.05 WIB.

<sup>3</sup> Stanislavski, C. 1963. *An Actor's Handbook: An Alphabetical Arrangement of Concise*

*Statements on Aspects of Acting*. Edited and translated by Elizabeth Reynolds Hapgood. New York: Theatre Arts Books, p. 158.

berkembang, dan sistemnya pun demikian. Seiring berjalannya waktu Stanislavski mengubah fokus metode dan ajaran aktingnya tersebut saat dia mencoba memperbaikinya. Misalnya, pada awal pengembangannya, fokusnya murni pada aspek psikologis seorang tokoh (karakter/peran). Hal ini mengacu pada cara aktor secara psikologis menciptakan karakter melalui ‘memori afektif’ (*affective memory*) agar emosi menjadi produk akhir. Di akhir karirnya dia lebih fokus pada ‘laku fisik’ (*physical actions*) dan ‘analisis aktif’ (*active analysis*); lalu dia sekarang ingin emosi menjadi produk sampingan melalui laku (*action*) yang benar yang akan mengarah pada emosi yang benar.

Kesalahan umum yang dilakukan pada *The System* Stanislavski adalah menganggap bahwa itu adalah formula atau resep untuk menjadi aktor hebat, padahal metode tersebut adalah proses untuk membantu aktor menciptakan cara untuk mengembangkan karakter (tokoh/peran) sehingga karakter tersebut dapat digambarkan sejujur mungkin dan sedapat mungkin bisa

dipercaya (meyakinkan). Stanislavski mempromosikan analisis karakter tidak lain sebagai upaya identifikasi yang berlangsung dari sisi aktor melalui identifikasi karakter yang lebih jujur yang akan dikembangkan. Stanislavski menyatakan:

*Analisis mempelajari keadaan dan peristiwa eksternal dalam kehidupan jiwa manusia pada bagian tersebut; ia mencari dalam jiwa aktor itu sendiri emosi-emosi yang umum pada peran itu dan dirinya sendiri, sensasi-sensasi, pengalaman-pengalaman, elemen-elemen apa pun yang mendorong ikatan antara dirinya dan perannya.*<sup>4</sup>

Ketika sebuah karakter yang jujur dan dapat dipercaya bisa digapai, aktor tersebut telah berhasil menciptakan ‘orang lain’ di atas panggung dengan karakteristik dan sejarah serta emosinya sendiri dan bukan sekadar aktor yang berpura-pura menjadi karakter tersebut. Penonton kemudian dapat mempercayainya bahwa orang tersebut benar-benar ada. Jika hal ini terjadi,

<sup>4</sup> Stanislavski, C. 1963. *Ibid.*, p. 19.

penonton akan lebih mudah percaya pada drama tersebut dan tenggelam dalam teater serta melupakan dunia luar. Inilah efek yang diinginkan yang hendak dicapai Stanislavski, meskipun bukan melulu itu yang diinginkan oleh seluruh dunia teater; misalnya Vsevolod Meyerhold ingin selalu mengingatkan penonton bahwa mereka sebenarnya berada di teater dan itu dunia yang ‘tidak nyata’, agar mereka tidak kehilangan kontak dengan kenyataan.

Sepanjang perlawanan dari para praktisi teater, pengembangan *The System* Stanislavski mengikuti jalur yang dimulai dari tahun-tahunnya sebagai sutradara diktator, melalui tahun-tahun ketika ia menaruh begitu banyak fokus pada ‘analisis meja bundar’, hingga saat ‘analisis aktif’ dan ‘improvisasi’ (*improvisation*). Stanislavski memiliki tiga proposisi dasar yang harus selaras satu sama lain agar dapat menghasilkan penampilan akting yang jujur.

*Pertama*, Stanislavski merasa bahwa untuk memberikan penampilan akting yang jujur, aktor harus mencapai

kondisi kehidupan normal di atas panggung. Untuk mencapai keadaan hidup normal ini:

- a) aktor harus bebas secara fisik dan mengendalikan seluruh otot secara bebas;
- b) perhatian aktor harus selalu waspada;
- c) aktor harus berhubungan dengan lawan mainnya; dia harus mendengarkan dan mengamati seperti yang dia lakukan dalam kehidupan nyata;
- d) aktor harus percaya pada kehidupan di atas panggung; dia harus percaya pada segala sesuatu yang terjadi di atas panggung yang berhubungan dengan lakon.<sup>5</sup>

*Kedua*, Stanislavski menyimpulkan hal itu, bahwa:

*Dalam setiap ‘laku fisik’ terdapat motif psikologis batin yang mendorong ‘laku fisik’, sebagaimana dalam setiap ‘laku batin psikologis’ juga terdapat ‘laku fisik’, yang notabene mengungkapkan sifat psikisnya.*<sup>6</sup>

Hal ini dikenal sebagai pendekatan psiko-fisik Stanislavski. Artinya setiap

<sup>5</sup> Stanislavski, C. 1963. *Ibid.*, pp. 158-159.

<sup>6</sup> Stanislavski, C. 1963. *Ibid.* p. 159.

‘laku fisik’ mempunyai motivasi emosional.

*Ketiga*, Stanislavski percaya bahwa ‘laku organik’ sejati yang dilakukan oleh aktor – akting yang diciptakan dalam diri aktor oleh perasaan bawah-sadarnya sendiri – akan menyebabkan munculnya perasaan yang tulus, asli, dan autentik dalam diri aktor. Untuk mencapai ‘laku organik’ sejati, aktor pertama-tama harus menempatkan dirinya dalam keadaan yang diusulkan oleh penulis lakon untuk karakter tersebut. Aktor harus bertanya pada dirinya sendiri apa yang akan dia lakukan jika ditempatkan pada situasi yang sama dengan karakter dalam lakon tersebut dan bagaimana dia akan bereaksi dalam situasi tersebut. Aktor kemudian harus mencari alasan untuk membenarkan tindakan karakter tersebut. Kemudian aktor harus bertindak tanpa memikirkan di mana aktingnya akan berakhir dan atau karakter (tokoh/peran)-nya dimulai. Jadi, untuk meringkas pernyataan di atas, Stanislavski menyatakan bahwa:

*Di atas panggung, suatu keadaan kreatif batin yang sebenar-benarnya, ‘laku fisik’ dan ‘laku batin’ (perasaan) yang sebenar-benarnya, menghasilkan kehidupan alami di atas panggung dalam wujud suatu karakter.<sup>7</sup>*

Yang dimaksud Stanislavski dengan ‘kehidupan alami’ di atas panggung adalah bahwa apa yang terjadi di atas panggung harus merupakan cerminan dari kehidupan nyata jiwa/batin manusia. Harus ada detail naturalistik yang diambil para aktor dari kehidupan nyata untuk memberikan perasaan autentik bagi diri mereka sendiri dan penonton.

Stanislavski menghadapi banyak penolakan dan skeptisisme dari beberapa muridnya dan beberapa orang di dunia teater tentang teknik barunya. Hal yang wajar jika Stanislavski menghadapi penolakan terhadap metode barunya. Murid-muridnya dan dunia teater kini ditantang dengan teknik-teknik yang benar-benar asing bagi mereka. Dan dengan adanya perubahan, seseorang dapat mengharapkan

<sup>7</sup> Stanislavski, C. 1963. *Ibid.* p. 159.

penolakan. Penggunaan ‘laku organik’ oleh Stanislavski juga dikaitkan dengan penggunaan ‘memori afektif’, dan di sini dia juga harus menghadapi penolakan. Selain penolakan terhadap perubahan dan skeptisisme terhadap teknik barunya, beberapa orang di dunia teater juga melihat bahaya yang bisa ditimbulkan oleh teknik baru ini. Bahaya utama dalam menggunakan teknik-teknik ini yang bisa dirasakan, terutama yang berkaitan dengan ‘memori afektif’ (juga disebut ‘ingatan emosi’, *emotional memory*) adalah bahwa tidak semua aktor berkemauan keras atau cukup stabil secara emosional untuk mengingat kembali ingatan mereka dan menghadapi pengalaman-pengalaman buruk dan traumatis. Tidak semua aktor mampu mendapatkan kembali emosinya dan meninggalkan ingatannya, sehingga mampu membedakan antara apa yang terjadi di masa lalunya dan apa yang terjadi pada momen drama tersebut. Lee Strasberg, murid Stanislavski, mencoba untuk tidak melakukan latihan ‘memori afektif’ dengan siswanya, lantaran dia merasa bahwa mereka tidak cukup stabil

secara emosional untuk menghadapi kenangan traumatis lagi, dan ketika hal itu ‘dipaksakan’ maka dia masih membuat kesalahan dalam penilaian karena beberapa siswa tentu tidak dapat menghadapi ‘kenangan’ mereka. Secara teori gagasan Stanislavski tampak efektif dan inovatif, namun secara praktis terdapat bahaya tertentu, sebagaimana disebutkan di atas, yang tidak segera ia pertimbangkan dan harus dihadapi ketika *The System*-nya berkembang dan maju.

Apa yang dilakukan Stanislavski “*bukanlah untuk menemukan kebenaran, melainkan untuk membawa kebenaran dalam bentuk yang dapat digunakan dalam jangkauan para aktor dan produser/sutradara yang secara alami cukup siap dan bersedia menjalani disiplin yang diperlukan*”.<sup>8</sup>

Stanislavski membagi metode pelatihannya menjadi dua bagian, yaitu ‘Kerja tentang Aktor’ dan ‘Kerja tentang Peran’.

<sup>8</sup> Stanislavski, C. 1937. *An Actor Prepares*. Translated by Elizabeth Reynolds Hapgood.

London: Methuen Ltd, p. vii.

## **Kerja tentang Aktor**

Bagian pertama adalah ‘Kerja tentang Aktor’. Ini terdiri dari persiapan dan pengembangan yang harus dilalui oleh seorang aktor untuk mengembangkan keterampilannya. Aktor harus mengembangkan keterampilannya sedemikian rupa sehingga ia dapat mengontrol keterampilan **relaksasi**, **konsentrasi**, **imajinasi**, dan **komunikasi**. Satu-satu cara bagi aktor untuk mendapatkan kendali atas instrumen dan keterampilan keaktorannya adalah dengan melatih setiap keterampilan secara individu. Berikut ini adalah refleksi Stanislavski dan contoh latihan tentang bagaimana mengembangkan keterampilan aktor dan mengapa menurutnya keterampilan ini sangat penting:

### **1. Relaksasi**

Relaksasi otot adalah titik awal untuk tugas kelas Stanislavski. Stanislavski kini telah berulang kali menemukan bahwa ketegangan fisik adalah musuh utama dan terbesar dari kreativitas seorang aktor. Stanislavski kemudian mengembangkan banyak latihan

relaksasi. Dia meminta murid-muridnya melakukan serangkaian latihan relaksasi sederhana yang dirancang untuk mengembangkan ‘suara batin’ setiap aktor yang disebut ‘pengendali’ (*controller*). Stanislavski ingin aktor tersebut mengembangkan hubungan yang begitu kuat antara aktor dan tubuhnya sendiri sehingga ‘suara batin’ ini kemudian akan mengingatkan dan mengendalikan aktor tersebut setiap saat ketika ketegangan yang tidak perlu berkembang di dalam tubuhnya.

Stanislavski melihat ‘kekakuan fisik’ aktor sebagai cerminan dari ‘ketidakfleksibelan emosional’, sehingga pelajaran relaksasi otot mendapat banyak perhatian di kelasnya. Contoh dari salah satu latihan ini adalah aktor harus melakukan:

*Berbaring di lantai, dan gerakkan seluruh tubuh, secara sadar menegangkan dan melepaskan setiap rangkaian otot mulai dari kaki, betis, lutut, paha, bokong (lalu seluruh tungkai), perut, dada (lalu seluruh batang tubuh), lengan atas, lengan bawah, kepalan tangan (lalu seluruh lengan), leher, wajah, seluruh kulit kepala. Lakukan serangkaian pose*

*duduk tegak, setengah duduk, berdiri, setengah berdiri, berlutut, berjongkok, sendirian, berkelompok, dengan kursi, dengan meja atau perabotan lainnya. Saat Anda melakukan setiap pose, catat dalam hati otot mana yang terlibat dalam tugas tersebut, dan berapa sedikit otot yang benar-benar diperlukan untuk melaksanakannya secara efisien. Kemudian rilekskan otot mana pun yang tidak perlu digunakan.*<sup>9</sup>

Bahkan *The Method* Lee Strasberg dipengaruhi oleh penekanan Stanislavski pada relaksasi sebagai tahap pertama dalam semua pekerjaan akting. Menurut Strasberg:

*Tanpa relaksasi, banyak hal yang sebenarnya ingin dilakukan oleh seorang aktor akan berubah bentuk ketika hal-hal tersebut masuk ke dalam instrumen [aktor], karena instrumen itu sendiri yang menimbulkan perlawanan melalui ketegangan. Ketika hal itu terjadi, aktor tidak dapat mencapai hubungan nyata antara apa yang dipikirkannya dengan ekspresi yang*

*seharusnya menjadi bagian dari pemikiran atau pengalaman tersebut. Ekspresinya menjadi terkontaminasi.*<sup>10</sup>

Meskipun Strasberg, misalnya, sangat menghargai latihan relaksasi, dia merasa bahwa latihan Stanislavski agak terlalu detail dan menghabiskan terlalu banyak waktu bagi seorang aktor untuk menyelesaikannya. Strasberg mengembangkan bentuk pelatihan relaksasi yang lebih nyaman yang memakan waktu lebih sedikit dibandingkan latihan Stanislavski, namun sama efektifnya.

## **2. Konsentrasi**

Aspek konsentrasi terbagi menjadi dua metode penajaman konsentrasi aktor. Yang pertama adalah keadaan 'kesendirian di depan umum' (*public solitude*) yang disebut Stanislavski selama kelasnya sebagai keadaan konsentrasi mental dan fisik total. Agar seorang aktor dapat mencapai keadaan kesendirian di depan umum, ia harus mengabaikan segala sesuatu dari dunia

<sup>9</sup> Merlin, B. 2003. *Konstantin Stanislavsky*. London: Routledge, p. 118.

<sup>10</sup> Strasberg, L. 1966. *Strasberg at the Actors Studio: Tape-Recorded Sessions*. R. Hethmon

(ed.) London: Lowe and Brydone Limited, p. 89.

luar yang tidak mempengaruhi permainan dan akting yang berlangsung di atas panggung. Aktor harus yakin bahwa dirinya berada dalam situasi privat sehingga, meskipun berada di depan umum, ia berperilaku seolah-olah berada dalam privasi. Pencapaian keadaan 'kesendirian di depan umum' ini adalah salah satu latihan yang mempunyai pengaruh besar terhadap Lee Strasberg dan ajarannya di Amerika. Dari latihan-latihan ini Strasberg mengembangkan latihan 'momen pribadi' (*private moment*) yang kontroversial.

Stanislavski mulai mengembangkan keadaan psiko-fisik 'kesendirian di depan umum' dengan mempertajam panca indera; dia menambahkan 'indera emosi keenam'. Yang dimaksud dengan emosi menjadi indra keenam adalah Stanislavski tidak hanya ingin siswanya menggunakan kemampuan inderanya untuk mengingat suatu hari atau situasi (apakah ada bau atau suara tertentu yang dapat diingat oleh siswa tersebut?), melainkan juga adakah emosi tertentu. agar siswa dapat mengingat tentang hari atau situasi itu. Ia mengembangkan latihan untuk mempertajam indera

tersebut sehingga seorang aktor dapat lebih menyadari apa yang terjadi di sekitarnya. Contoh dari salah satu latihan ini adalah Stanislavski membiarkan siswanya fokus pada hari atau situasi tertentu dalam hidup mereka. Ini bisa berupa hari seperti hari lainnya, atau hari atau situasi yang berdampak pada kehidupan mereka. Dia akan membiarkan mereka memikirkan kembali situasi ini dan mengingatnya sejelas mungkin. Latihan-latihan ini adalah bagian dari latihan 'memori afektif'. Stanislavski tidak menekankan aksi dalam situasi tersebut, melainkan pada, misalnya, bau atau rasa dan (seperti disebutkan di atas) emosi-emosi yang dapat diingat oleh aktor. Mereka harus mengingat hal-hal yang mereka lihat atau sentuh, dan bagaimana rasanya serta apa yang mereka rasakan. Stanislavski menganggap emosi juga sebagai perasaan dalam kaitannya dengan panca indera lainnya, dan dengan memusatkan perhatian pada elemen-elemen sensorik dan emosi ini Stanislavski ingin mengembangkan tingkat kesadaran dan konsentrasi yang tinggi pada murid-muridnya.

Stanislavski juga menghadapi penolakan terhadap teknik ini dari Michael Chekhov, keponakan penulis lakon terkenal (Anton P. Chekov) dan salah satu murid Stanislavski yang paling berbakat, yang menentang keras penggunaan ‘ingatan emosi’ (*emotional memory*) semacam itu oleh Stanislavski pada tahun 1918. Chekhov merasa bahwa “*penggunaan pengalaman dan emosi pribadi yang sebenar-benarnya, mengikat aktor pada kebiasaan-kebiasaan sehari-hari yang bukan merupakan cara untuk membebaskan kreativitas aktor*”.<sup>11</sup> Lebih jauh lagi, Chekhov “*menekankan pentingnya ‘imajinasi’ dan menyerang penekanan Stanislavski pada ‘ingatan emosi’ karena dianggap berbahaya*”.<sup>12</sup> Chekhov merasa bahwa sang aktor tidak boleh bertanya, “Apa yang akan aku rasakan?”, melainkan, “Apa yang akan dirasakan karakternya?”. Chekhov juga merasa bahwa sang aktor dapat dengan mudah terbawa oleh ingatan dan perasaan pribadinya sehingga

kehilangan kendali. Chekhov juga mengatakan:

*Ketika kita kesurupan dan hampir membunuh pasangan kita, mematahkan kursi, dll, maka kita tidak bebas dan itu bukan seni melainkan histeris. Pada suatu waktu di Rusia kami berpikir bahwa jika kami beracting, kami harus melupakan segalanya. Tentu saja itu salah.*<sup>13</sup>

Sampai taraf tertentu, pandangan Chekhov tentang bahaya teknik ‘ingatan emosi’ Stanislavski memang sangat penting untuk direnungkan, namun dengan menggunakan teknik ‘ingatan emosi’ Stanislavski, seorang aktor justru akan terpicu penggunaan imajinasinya dan berdampak pada kreativitas aktor tersebut. Stanislavski sesungguhnya tidak pernah bermaksud agar para aktor mengikat diri pada kebiasaan mereka sendiri dengan memanfaatkan ‘ingatan emosi’. Bahkan sebaliknya, dia ingin para aktornya

<sup>11</sup> Chekov, M., dalam Chamberlain, F. 2000. Michael Chekhov on the technique of acting: ‘Was Don Quixote true to life?’ In Hodge, Alison. *Twentieth Century Actor Training*. London: Routledge: 79-91., p. 81.

<sup>12</sup> Chekov, M., dalam Chamberlain, F. 2000. *Ibid.*, p. 83.

<sup>13</sup> Chekov, M., dalam Chamberlain, F. 2000. *Ibid.*, p. 83.

pergi dan melupakan situasinya setelah mereka dapat memulihkan emosi dari ingatannya, tapi tentu saja itu juga merupakan bagian yang paling sulit, dan tidak semua aktor siap untuk menjauhkan diri dari emosi 'asli' yang terkandung dalam memori mereka; jika hal ini terjadi, di sinilah sang aktor menghadapi bahaya kehilangan kendali, seperti yang diingatkan oleh Chekhov.

Cara kedua untuk memperkuat konsentrasi seorang aktor, dan tentunya cara yang tidak terlalu kontroversial, adalah dengan menggunakan 'lingkaran perhatian' (*circles of attention*). Aktor dapat memulai dengan memusatkan perhatian pada suatu benda yang kecil kemudian mengembangkan konsentrasinya dengan memperbesar daerah konsentrasi atau benda yang dipusatkan. Segera setelah aktor merasa konsentrasinya menurun dan perhatiannya berpindah ke penonton, dia harus membuat 'lingkaran perhatian' yang lebih kecil lagi di atas panggung untuk memfokuskan kembali konsentrasinya. Teknik memperkuat perhatian aktor ini lebih berguna saat berada di panggung dalam sebuah pertunjukan.

### 3. Imajinasi

Aspek selanjutnya adalah imajinasi seorang aktor. *The System* Stanislavski sangat menghargai kemampuan aktor dalam memperlakukan situasi fiksi seolah-olah nyata. Metode pengembangan imajinasi yang membuat Stanislavski terkenal adalah 'andai yang bersifat ajaib' (*a magic if*). Stanislavski mengembangkan teknik ini dari permainan yang biasa ia mainkan bersama keponakannya. Para aktor diberikan suatu objek tertentu dan kemudian harus mengubah hubungannya dengan objek tersebut atau mengubah apa yang ada dalam pikiran mereka tentang objek tersebut. Misalnya, jika seorang aktor diberi sisir rambut, ia harus membayangkan bahwa benda itu adalah benda lain seperti sikat gigi atau es krim. Latihan ini untuk mengembangkan kemampuan aktor dalam mempercayai objek atau situasi imajinatif. Area ini juga membahas pengakuan Stanislavski atas 'kesadaran ganda' (*dual consciousness*) sang aktor. Dengan 'kesadaran ganda' Stanislavski berarti meskipun sang aktor mengetahui bahwa lokasi syuting, alat peraga, dan keadaan di atas panggung adalah palsu,

sang aktor bertanya pada dirinya sendiri: “Bagaimana jika itu nyata?”

Tapi Strasberg, muridnya yang lain, tidak percaya bahwa 'keajaiban' Stanislavski selalu efektif. Strasberg merasa bahwa “*hal ini seringkali membuat aktor meniru apa yang menurutnya akan dia lakukan*”.<sup>14</sup> Namun Strasberg percaya akan pentingnya pengakuan Stanislavski terhadap sifat ganda sang aktor. Stanislavski juga merasa bahwa visualisasi memperkuat imajinasi. Yang dimaksud dengan ‘visualisasi’ adalah pandangan batin sang aktor terhadap lakon dan karakter yang dimainkannya. Stanislavski memberikan banyak penekanan pada poin bahwa seorang aktor tidak boleh bertindak tanpa gambaran dan gambaran yang jelas tentang 'keadaan tertentu' (*given circumstances*) dalam mata pikirannya.

#### **4. Komunikasi**

Bagian terakhir dari kerja seorang aktor pada dirinya sendiri mencakup

pengembangan komunikasi. Interaksi antara ‘*partner*’ (lawan main) dalam sebuah adegan dan interaksi antara aktor dan penonton adalah hal yang paling penting. Komunikasi dengan kata-kata dan dialog bukanlah satu-satunya jenis komunikasi yang menurut Stanislavski penting. Ada juga jenis komunikasi yang tersembunyi di balik kata-kata, yang dirasakan oleh karakter (tokoh/peran), namun tidak dapat diungkapkan dengan kata-kata. Ini dikenal sebagai ‘komunikasi batin’ (*inner communication*). ‘Komunikasi batin’ biasanya disampaikan melalui cara non-verbal, misalnya melalui bahasa tubuh, intonasi, atau melalui tatapan mata. Stanislavski memanfaatkan latihan improvisasi untuk menyempurnakan komunikasi non-verbal para aktor dengan membuat mereka melakukan latihan improvisasi tanpa diperbolehkan berkomunikasi dengan kata-kata. Dia akan meminta para aktor untuk membuat keributan; misalnya, karakter yang satu baru saja membeli roti terakhir di toko kelontong dan karakter lainnya sangat menginginkan roti itu. Tujuan dari

<sup>14</sup> Strasberg, L. 1987. *A Dream of Passion*. Boston: Little, Brown and Company, p. 52.

latihan ini adalah Stanislavski ingin para aktor mampu menyampaikan 'perasaan karakter' (*characters' feelings*) tanpa harus mengungkapkannya secara verbal. Stanislavski dalam buku pegangannya menyebut latihan improvisasi ini sebagai '*silent etudes*' (belajar diam).

Strasberg sendiri, di Amerika, menggunakan latihan-latihan ini sebagai dasar latihan yang ia kembangkan dan disebut dalam buku pegangannya sebagai 'latihan omong kosong' (*gibberish exercises*). Dalam latihan ini para aktor tidak diam: mereka berbicara dalam bahasa yang terdiri dari bunyi-bunyian, namun tidak menggunakan satu pun bahasa. Fungsi latihan Stanislavski dan Strasberg sama, meski isinya berbeda, yaitu menciptakan kemampuan dalam diri seorang aktor untuk menyampaikan emosi tanpa harus mengucapkan kata-kata.

Hanya ketika para aktor memiliki pemahaman yang kuat tentang komunikasi non-verbal, Stanislavski meminta para aktor beralih ke latihan

improvisasi di mana komunikasi melalui kata-kata diperbolehkan.

### **Kerja tentang Peran**

Bagian kedua dari *The System* Stanislavski adalah fokusnya pada pengerjaan peran. Bagian ini berfokus pada pengembangan dan penciptaan karakter (tokoh/peran) yang sukses dan jujur. Aktor yang jujur dan kreatif menunjukkan ketulusan emosi dan perasaan yang tampak benar dalam situasi karakter dan teks tertentu, dan hanya dengan cara ini aktor menciptakan karakter yang lebih dapat dipercaya oleh penonton.

Stanislavski merasa bahwa agar sebuah produksi (pertunjukan) berlangsung jujur:

*Produksi sutradara panggung dan permainan para aktornya boleh realistis, konvensional, modernistik, ekspresionistik, futuristik – semuanya sama asalkan meyakinkan, jujur, atau seperti kebenaran; indah, itu artistik; mengangkat dan menciptakan*

*kehidupan sejati jiwa manusia yang tanpanya seni tidak akan ada.*<sup>15</sup>

Ia merasa bahwa agar sebuah karakter menjadi jujur, aktor harus mengenal karakter tersebut. Namun Stanislavski tahu bahwa agar hal itu terjadi, aktor harus menganalisis dan mempelajari keadaan yang ada; ‘unit’ (*units*) dan ‘sasaran’ (*objectives*); ‘laku batin’ (*inner actions*) dan ‘laku fisik’ (*physical actions*); ‘melalui- garis laku’ (*through-line of actions*) dan ‘sasaran super’ (*super-objective*) dari karakter.

Pada masa awal *The System* Stanislavski, ia menggunakan teknik analisis melalui imajinasi dan kecerdasan untuk menganalisis teks dan karakter. Di kemudian hari, Stanislavski memanfaatkan metode analisis melalui ‘laku fisik’ dan ‘analisis aktif’ (*active analysis*).

### **1. Analisis Meja Bundar**

Teknik analisis melalui imajinasi dan intelektualitas diawali dengan sesi

analisis mengelilingi meja. Para aktor harus menganalisis semua detail yang diberikan dalam teks untuk membentuk gambaran kehidupan yang dijalani karakter mereka di luar teks. Detail ini mencakup ‘keadaan tertentu’ (*given circumstances*) serta pengaruh sosial dan sejarah pada saat lakon tersebut dibuat untuk memahami dunia dan periode waktu. Hal ini merupakan hal yang revolusioner pada saat itu, karena bukankah bagian dari pekerjaan yang diharapkan dari para aktor pada masa itu untuk mengembangkan sejarah sebuah karakter. Stanislavski menyadari bahwa analisis yang begitu sibuk oleh seluruh pemeran mungkin terlalu intelektual dan bahwa analisis yang lebih aktif dan praktis serta individual akan lebih membantu para aktor dalam tahap perkembangan dan kreatif dalam menciptakan karakter. Dia hanya memindahkan fokus latihan dari proses historis dan intelektual murni ke ‘analisis fisik’ (*physical analysis*) suatu karakter. Stanislavski dan murid-muridnya masih melakukan ‘analisis sejarah’ (*historical analysis*), tetapi

<sup>15</sup> Stanislavski, C. 1985. *My Life in Art*. Translated by J. J. Robbins. London: Methuen Ltd., pp. 486-7.

pada tingkat yang lebih individual, seperti halnya Strasberg yang pada akhirnya lebih menyukai proses analisis.

Strasberg tidak sepenuhnya setuju dengan metode ‘analisis meja bundar’ di atas. Strasberg menyatakan, “Analisis ekstensif seringkali tidak mempengaruhi sama sekali apa yang pada dasarnya kita coba hasilkan dalam diri seorang aktor – kemampuannya untuk percaya, kemampuannya untuk mengalami, dan kemampuannya untuk berperilaku”.<sup>16</sup> Strasberg tidak menentang analisis seperti itu; dia menyadari nilai yang dimilikinya agar aktor dapat mengenal drama dan karakternya. Strasberg merasa bahwa analisis harus dilakukan secara individual oleh aktor itu sendiri hanya untuk membantu aktor dalam proses penciptaan. Pandangan Strasberg begini:

*Analisis memungkinkan Anda memasuki peran, mempelajari elemen-elemennya yang terpisah, sifatnya, kehidupan*

<sup>16</sup> Strasberg, L. 1966. *Strasberg at the Actors Studio: Tape-Recorded Sessions*. R. Hethmon (ed.) London: Lowe and Brydone Limited, p. 290.

*batinnya, seluruh dunianya. Analisis terdiri dari upaya untuk memahami unsur-unsur luar, unsur-unsur dan pengalaman-pengalaman eksternal sejauh hal-hal tersebut mempengaruhi kehidupan batin dari peran tersebut. Namun analisis juga berupaya untuk menemukan perasaan, emosi, pengalaman, dan elemen lain yang sebanding dalam diri seseorang yang dengannya seseorang akan mendekati peran tersebut. Singkatnya, analisis menemukan materi yang penting bagi proses penciptaan individu.*<sup>17</sup>

Jadi Strasberg memang melihat nilai analisis sampai pada tingkat tertentu, namun ia lebih suka proses analisis menjadi bantuan bagi aktor selama penciptaan karakter. Stanislavski pada gilirannya meminta seluruh aktor melakukan ‘analisis historis’ dan ‘analisis intelektual’ terhadap keseluruhan lakon dan karakternya.

Analisis yang dilakukan para aktor untuk menemukan ‘subteks’ suatu karakter juga dimasukkan dalam proses ini. Yang dimaksud dengan subteks

<sup>17</sup> Strasberg, L. 1966. *Ibid.*, p. 293.

adalah makna yang mendasari perkataan tokoh. Dalam menemukan subteksnya ada baiknya untuk memahami tindakan karakter seperti yang akan dilihat di bagian berikut.

## 2. Unit dan Objektif

Menemukan makna mendasar dari kata-kata tersebut berarti menemukan apa yang diinginkan karakter sebagai akibat dari apa yang dikatakan atau dilakukannya, dan pada saat itulah aktor harus membagi adegan menjadi ‘unit’ (*units*) dan ‘sasaran’ (*objectives*). Unit yang berbeda dimulai setiap kali akting dan fokus karakter berubah dalam sebuah adegan. Aktor memeriksa keadaan karakter untuk mengidentifikasi masalah dalam sebuah adegan dan kemudian merumuskan tindakan yang perlu dilakukan untuk memecahkan masalah karakter tersebut. Jadi tujuan aktor adalah menemukan ‘motivasi’ untuk bertindak sesuai dengan tindakan karakternya. Keseluruhan akting dalam sebuah lakon tercipta dengan menghubungkan seluruh tindakan semua aktor dalam

adegan secara logis. Menurut Stanislavski, tindakan ‘menelusuri garis laku’ (*through-line of actions*) dengan sendirinya “menggalakkan semua ‘unit’ dan ‘sasaran kecil’ (*objectives*)...dan mengarahkan mereka menuju ‘sasaran utama’ (*super-objective*)”.<sup>18</sup>

Kata “super-objektif” digunakan untuk menggambarkan dan mencirikan ide esensial dan inti drama. Dalam sebuah drama, “seluruh aliran ‘sasaran kecil’ individu, semua pemikiran, perasaan, dan tindakan imajinatif seorang aktor harus menyatu untuk melaksanakan ‘sasaran utama’ ini... Rangsangan yang paling kuat terhadap kreativitas bawah sadar... adalah ‘garis laku (akting) yang menyeluruh’ (*through-line of actions*) dan ‘sasaran super’ (*super-objective*)”.<sup>19</sup>

Strasberg kemudian mengembangkan metode analisisnya sendiri yang berasal dari konsep Stanislavski tentang ‘keadaan tertentu’ (*given circumstances*); ‘unit’ dan ‘sasaran’; ‘laku batin’ (*inner-action*) dan ‘laku fisik’ (*physical-actions*); ‘melalui garis

<sup>18</sup> Stanislavski, C. 1963. *Op. Cit.*, p. 146.

<sup>19</sup> Stanislavski, C. 1963. *Ibid.*, p. 138.

laku' (*through-line of actions*) dan 'sasaran super' (*super-objective*) karakter. Strasberg menyebutnya 'logika lakon' (*the logic of the play*). Untuk melihat persamaan antara uraian Strasberg dan Stanislavski, kita harus mengetahui bahwa, menurut analisis Strasberg:

*Setiap lakon mempunyai kesatuan logika yang kompleks, namun di antara objek-objek yang berasal dari logika lakon tersebut dapat dipisahkan dan dibedakan logika keadaan sebelumnya, logika tokoh, logika objek-objek esensial indrawi, logika situasi, dan logika peristiwa tertentu.*<sup>20</sup>

Semua elemen logika yang berbeda ini bekerjasama untuk membentuk logika keseluruhan drama, serupa dengan gagasan Stanislavski tentang 'unit' dan 'sasaran kecil' (*objectives*).

### **3. Metode Analisis Melalui 'Laku Fisik'**

'Metode Analisis Melalui Laku Fisik'

<sup>20</sup> Hethmon, R. 1966. Introduction. In *Strasberg at The Actors Studio: Tape-Recorded Sessions*. R Hethmon (ed.) London: Lowe and Brydone Limited, p. 120.

(*Method of Analysis Through Physical Actions*), juga dikenal sebagai 'Metode Laku Fisik' (*Method of Physical Actions*), merupakan metode latihan yang mulai digunakan oleh Stanislavski di kemudian hari dalam karir mengajarnya. Ia berasumsi bahwa emosi seorang tokoh (karakter/peran) lebih mudah terangsang ketika 'laku fisik' tertentu dalam kehidupan tokoh tersebut dilakukan. Dengan kata lain: "Memainkan 'laku fisik' yang benar akan menimbulkan perasaan yang benar, asalkan aktor telah menganalisis lakon dan tokohnya dengan benar".<sup>21</sup> Aktor menaruh perhatian sepenuhnya untuk melakukan 'laku fisik' yang diinginkan dan kemudian emosi karakter akan muncul karena 'laku fisik'-nya. Kedrov, aktor yang pernah bekerja dengan Stanislavski di MAT (*Moscow Art Theatre*) menyatakan:

*Konstantin Sergejevich [Stanislavski] sering mengatakan bahwa ketika kita mengatakan 'laku fisik', kita membodohi aktornya. Itu adalah 'laku psiko-fisik', tapi kami menyebutnya fisik untuk*

<sup>21</sup> Edwards, C. 1966. *The Stanislavsky Heritage*. London: Peter Owen Limited, p. 101.

*menghindari filosofi yang tidak perlu. Adapun 'laku fisik'-nya konkrit dan mudah dipahami. Ketepatan 'laku fisik' – yang konkrit dalam pemenuhannya melalui pertunjukan tertentu – ini adalah fondasi seni kami. Jika saya mengetahui 'laku fisik' yang tepat dan logikanya, maka itu menjadi skor bagi saya; bagaimana saya melakukan akting-nya, sesuai dengan skornya, di sini, di hadapan penonton – itulah kreativitas.*<sup>22</sup>

Stanislavski menyatakan bahwa terlalu banyak aktor yang menekankan pada hasil dan bukan pada proses. Ia mengatakan bahwa “*jika persiapan kita benar, maka hasilnya akan berjalan dengan sendirinya*”.<sup>23</sup> Dengan menggunakan metode ini “*aktor menemukan dan kemudian melakukan urutan logis dari 'laku fisik' yang diperlukan untuk melaksanakan 'laku batin' yang penuh tujuan dalam adegan tersebut*”.<sup>24</sup> Dalam melakukan hal ini Stanislavski menyarankan bahwa emosi

yang benar akan muncul dari melakukan ‘laku fisik’ yang benar.

Stanislavski memperhatikan melalui ajarannya tentang teori di atas bahwa ritme tubuh adalah pemicu dan stimulan emosi yang kuat. Oleh karena itu, Stanislavski mulai berkonsentrasi pada apa yang disebutnya ‘tempo-ritme’ (*tempo-rhythm*). Menurut Stanislavski:

*seorang aktor di atas panggung hanya perlu merasakan sedikit kebenaran fisik organik dalam 'laku fisik'-nya atau keadaan umum dan dengan segera emosinya akan merespons keyakinan batinnya terhadap keaslian apa yang dilakukan tubuhnya. Seorang aktor hanya perlu percaya pada dirinya sendiri dan jiwanya akan terbuka untuk menerima semua 'sasaran batin' (inner-objectives) dan emosi dari perannya.*<sup>25</sup>

Stanislavski menyadari bahwa setiap ‘laku fisik’ tidak dapat dipisahkan dengan ritme (irama) yang menjadi ciri

<sup>22</sup> Kedrov dalam Torporkov, V. O. 1979. *Stanislavsky in Rehearsal: the Final Years*. Translated by Christine Edwards. New York: Theatre Arts, p. 211.

<sup>23</sup> Carnicke, S. M. 2000. *Stanislavsky's System*. In Hodge, Alison. *Twentieth Century Actor*

*Training*. London: Routledge: 11-36, p. 25.

<sup>24</sup> Carnicke, S. M. 2000. *Stanislavsky's System*. In Hodge, Alison. *Ibid.*, p. 26.

<sup>25</sup> Stanislavski, C. 1961. *Creating a Role*. Translated by Elizabeth Reynolds Hapgood. New York: Theatre Arts Books, p. 150.

khasnya dan bahwa seseorang tidak dapat menguasai ‘metode laku fisik’ jika tidak menguasai ritme. ‘Tempo-ritme’ karakter dewasa akan sangat berbeda dengan ‘tempo-ritme’ anak-anak, dan jika ‘tempo-ritme’ karakter tidak akurat, penggambaran selanjutnya juga tidak akan akurat dan jujur.

Charles Marowitz, penulis *The Act of Being*, menceritakan situasi di mana Stanislavski tidak bisa memahami kualitas kekanak-kanakan dari salah-satu aktornya. Untuk mencoba dan memperbaiki situasi tersebut:

*Stanislavski mengundang aktor tersebut ke rumahnya untuk 'membicarakannya'. Saat sang aktor tiba, Stanislavski sedang duduk di lantai di tengah tumpukan mainan. Dengan hati-hati, sang aktor duduk dan mulai menghibur Stanislavski dengan bermain-main dengan mainan tersebut. Setelah beberapa saat, ketertarikan yang tulus mengambil alih dan kedua pria itu asyik bermain, dan Stanislavski dengan gembira berkata, 'Nah, sekarang Anda*

*sudah memilikinya. Seperti itulah karaktermu'.<sup>26</sup>*

Ketika ‘tempo-ritme’ karakter yang tepat diterapkan, suasana hati aktor dapat terpengaruh dan ‘ingatan emosi’ (*emotional memory*) akan tampil penuh gairah, sehingga ‘memori visual’ (*visual memory*) dan gambaran aktor menjadi hidup. Jadi dalam pandangan Stanislavski: “*jika aktor melakukan ‘laku fisik’ dari peran tersebut dengan cara yang telah ditentukan oleh kebiasaan yang terbentuk dengan baik, maka pengalaman internal yang benar akan terwujud*”.<sup>27</sup>

#### **4. Analisis Aktif**

Metode latihan ‘Analisis Aktif’ (*Active Analysis*) dilakukan dalam lokakarya di rumah Stanislavski sejak tahun 1934 hingga kematiannya pada tahun 1938. Dalam metode ini para aktor memahami dan menggenggam inti permasalahan struktur atau kerangka lakon sebelum menghafalkan teks. Seorang siswa Stanislavski menjelaskannya dengan

<sup>26</sup> Stanislavski dalam Harrop, J. 1992. *Acting*. London: Routledge, pp. 59-60.

<sup>27</sup> Whyman, R. 2007. *The Actor’s Second Nature: Stanislavski and William James*. *New Theatre Quarterly*, XXIII (2): 115-123, p. 121.

jelas: “*Ide sebuah karya seni tidak hanya terkandung dalam kata-katanya, namun juga dalam strukturnya, dan dalam medium seni itu sendiri*”.<sup>28</sup> Dengan mengimprovisasi sebuah adegan dari teks tanpa terikat oleh teks, para aktor menemukan aksi dan *counteraction* (perintang) dari sebuah adegan.

Lakon dibagi menjadi rangkaian peristiwa yang terbagi lagi menjadi peristiwa ‘pemicu’ (*inciting*), ‘*climactic*’ (puncak/klimaks), dan ‘*main and incidental events*’ (peristiwa utama dan insidental). Peristiwa yang ‘memicu’ (menghasut) adalah peristiwa yang mengawali sandiwara dan menggerakannya; peristiwa yang menentukan jalannya drama adalah peristiwa ‘klimaks’; dan dua lainnya didasarkan pada relativitasnya terhadap pentingnya cerita. Dalam metode analisis ini, analisis bersifat aktif; para aktor berdiri saat menemukan drama tersebut. Stanislavski menyatakan, “*Cara terbaik untuk menganalisis lakon, adalah dengan mengambil ‘laku*

*fisik’ dalam keadaan tertentu*”.<sup>29</sup> Pada fase ini Stanislavski telah menjauh dari ‘teknik batin’ (*inner-technique*) dan emosional dalam membentuk karakter dan ‘laku fisik’ yang menggenggam motivasi.

Metode analisis ini jauh dari latihan intelektual metode kerja sebelumnya dan Stanislavski banyak menekankan pada latihan improvisasi. Dia akan membiarkan para aktor membaca sebuah adegan dan kemudian melakukan latihan improvisasi di mana para aktor harus menggunakan kata-kata mereka sendiri, tetapi memasukkan fakta-fakta apa pun yang dapat mereka ingat dari bacaan tersebut ke dalam adegan. Setelah itu adegan harus dibaca ulang dan dibandingkan dengan latihan improvisasi. Hal ini akan diulangi beberapa kali sampai ada pemahaman tentang ‘laku fisik’ dan reaksi dari adegan tersebut dan baru setelah itu para aktor dapat menghafalkan kata-katanya.

Dokumen dan buku catatan tentang teknik ini masih samar dan tidak terlalu

<sup>28</sup> Carnicke, S. M. 2000. Stanislavsky’s System. In Hodge, Alison. *Op. Cit.*, p. 27.

<sup>29</sup> Stanislavski dalam Carnicke, S. M. 2000. Stanislavsky’s System. In Hodge, Alison. *Op. Cit.*, p.28.

koheren karena Stanislavski sudah tua dan hampir wafat saat bereksperimen dengan teknik ini.

## BAGIAN II: 'THE METHOD' LEE STRASBERG

### Biografi Singkat Lee Strasberg



**Foto:**

*Lee Strasberg, pada usia 75 tahun, 1976.*<sup>30</sup>

**Lee Strasberg.** (lahir 17 November 1901, Budzanów, Polandia, Austria-Hongaria [sekarang Budanov, Ukraina]—meninggal 17 Februari 1982, New York, AS). Sutradara teater, guru, dan aktor, yang dikenal sebagai eksponen utama 'Method Acting' di

Amerika, dalam hal mana para aktor didorong untuk menggunakan pengalaman emosional dan ingatan mereka sendiri dalam mempersiapkan diri untuk 'menjalani' sebuah peran.

Keluarga Strasberg beremigrasi ke Amerika Serikat ketika dia berusia tujuh tahun, dan dia dibesarkan di Lower East Side, New York City. Pada usia 15 tahun dia mulai berakting dalam drama di *Christie Street Settlement House*. Dia kemudian mengambil pelajaran di *American Laboratory Theatre*, yang instruktornya, Richard Boleslavsky dan Maria Ouspenskaya, pernah belajar di Moskow di bawah bimbingan Konstantin Stanislavski. Strasberg memulai karir profesionalnya, sebagai aktor dan manajer panggung, pada tahun 1920-an bersama *Theatre Guild*. Pada tahun 1931 ia bergabung dengan Harold Clurman dan Cheryl Crawford untuk membentuk *Group Theatre*, yang selama 10 tahun mementaskan sejumlah drama eksperimental yang brilian, termasuk *Men in White* (1934) pemenang Hadiah Pulitzer.

<sup>30</sup>  
[https://en.wikipedia.org/wiki/Lee\\_Strasberg](https://en.wikipedia.org/wiki/Lee_Strasberg)

[#/media/File:Lee\\_Strasberg-1976.jpg](#), diakses pada 30 September 2023, pukul 14.40 WIB.

Dari tahun 1941 hingga 1948 Strasberg berada di Hollywood untuk apa yang kemudian disebutnya sebagai “*pengalaman yang tidak membuahkan hasil namun tetap mendidik*”. Pada tahun 1948 dia kembali ke Manhattan, bergabung dengan *Actors Studio*, yang didirikan tahun sebelumnya oleh Cheryl Crawford, Elia Kazan, dan Robert Lewis, semuanya mantan rekanan *Group Theatre*. Dari tahun 1948 hingga kematiannya, Strasberg adalah direktur artistik *Actors Studio*, di mana ia mengemukakan apa yang disebutnya sebagai *The Method*, adaptasinya terhadap sistem pelatihan dramatik Konstantin Stanislavski, bernama *The System*. Selama bertahun-tahun dia menasihati aktor-aktor seperti Julie Harris, Geraldine Page, Marlon Brando, Anne Bancroft, Rod Steiger, Eli Wallach, Patricia Neal, Sidney Poitier, Dustin Hoffman, dan Robert De Niro dalam bentuk metode akting ini, dan dia juga mengembangkan lakon terkenal seperti *A Hatful of Rain*, *Any Wednesday*, dan *The Night of the Iguana*.

<sup>31</sup> Biografi Singkat Lee Strasberg, <https://www.britannica.com/biography/Lee-Strasberg>, diakses pada 30 September 2023, pukul 15.05 WIB.

Strasberg membuat debut akting filmnya di *The Godfather, Part II* (1974) dan kemudian muncul di *The Cassandra Crossing* (1977), selain dalam *And Justice for All* (1979), *Boardwalk* (1979), dan *Going in Style* (1979). *A Dream of Passion*, catatan otobiografi Strasberg tentang pengembangan metode aktingnya, *The Method*, diterbitkan secara anumerta pada tahun 1987.<sup>31</sup>

### **Mengenal ‘*The Method*’ Lee Strasberg**

Menurut Strasberg, sifat mendasar dari masalah aktor adalah “*kemampuan aktor untuk menciptakan secara organik dan meyakinkan, secara mental, fisik, dan emosional, realitas yang dituntut oleh karakter dalam drama; dan untuk mengungkapkannya dengan cara yang paling jelas dan dinamis*”.<sup>32</sup> Dengan menggunakan metode Strasberg dan menerapkannya secara individual, aktor dapat mengembangkan tekniknya sendiri dalam memanfaatkan dan

<sup>32</sup> Strasberg, L. 1987. *A Dream of Passion*. Boston: Little, Brown and Company, p. 105.

mengendalikan sumber dayanya sehingga bersiap ketika momen kesulitan muncul, sehingga aktor tidak menjadi lumpuh karena rasa takut, namun dapat mengatasinya. Meskipun begitu banyak orang yang salah mengira bahwa Strasberg memberi para anggotanya serangkaian aturan yang mendefinisikan dan membentuk sebuah sistem akting, dia malah mencoba menunjukkan kepada setiap aktor sifat dari instrumen individualnya.

Selama bertahun-tahun pekerjaan yang dilakukan Strasberg di *The Studio* dikenal sebagai *'The Method'* dan para anggotanya dikenal sebagai *'Method Actors'*, namun orang-orang di *The Studio* sendiri jarang menyebut diri mereka sebagai *'Method Actors'* atau cara mereka berakting sebagai *'Method Acting'*. Nampaknya baru pada saat itulah karya *The Studio* mulai menarik perhatian dunia luar dimana istilah *'metode'* digunakan. Dalam *Encyclopaedia Britannica*, Strasberg menulis:

*Metode ini mewakili pengembangan prosedur [Stanislavski] yang tidak hanya didasarkan pada tulisannya tetapi juga pada pencapaian aktualnya dalam produksi utamanya. Ini mencakup karya Vakhtangov, yang menunjukkan bahwa ide-ide Stanislavski berlaku untuk masalah-masalah penting aktor dalam gaya apa pun dan tidak hanya gaya realistik yang paling sering dikaitkan dengannya. Metode ini dikenal luas pada pertengahan abad ke-20 terutama melalui karya aktor-aktor seperti Marlon Brando, Rod Steiger, dan Geraldine Page, yang pernah belajar di 'Actors Studio' di New York City. Para aktor ini memberikan kesan yang kuat dan menunjukkan kemampuan luar biasa untuk menjembatani kesenjangan antara panggung, film, dan televisi hingga membangkitkan kegembiraan dan minat di seluruh dunia. Begitu kuatnya perpaduan antara pemain dan peran sehingga banyak ciri karakter yang tertukar dengan ciri-ciri aktor, sehingga menyebabkan kesalahpahaman yang serius.*<sup>33</sup>

<sup>33</sup> Strasberg dalam Hull, S.L. 1985. *Strasberg's Method: As Taught by Lorrie Hull*. Woodbridge: Ox Bow Publishing, Inc. p. 15.

Strasberg memutuskan untuk mendokumentasikan pekerjaan yang telah dia lakukan selama bertahun-tahun mengenai *'The Method'* dalam bukunya *A Dream of Passion* (1987). Dalam buku ini Strasberg membagi pelatihannya menjadi dua tahap. Ia kemudian juga memisahkannya menjadi pelatihan dasar bagi aktor dan menangani permasalahan sentral yang muncul. Sangat penting untuk diperhatikan bahwa meskipun dia membagi metodenya menjadi beberapa bagian, namun semua bagian yang berbeda terintegrasi. Beberapa latihan tidak hanya terbatas pada satu bagian dalam karyanya, tetapi multifungsi.

Strasberg sangat menekankan fakta bahwa setiap aktor adalah individu dan setiap individu memiliki bidang permasalahan yang berbeda. Strasberg mendekati setiap aktor dan permasalahannya dengan pemikiran ini dan oleh karena itu urutan latihan akan berbeda untuk setiap aktor dan latihan dengan tahapan pelatihan yang berbeda akan digunakan untuk memecahkan

masalah aktor. Pendekatan Strasberg terhadap pelatihan aktor mirip dengan pendekatan Stanislavski dalam arti bahwa keduanya membagi pelatihan menjadi dua bagian integral dan keduanya memulai pelatihan aktor mereka dengan kerja dan pengembangan pada aktor itu sendiri.

### **Tahap Pertama Pelatihan Aktor**

Seperti disebutkan di atas, tahap pertama pelatihan aktor serupa dengan tahap Stanislavski, yang dimulai dengan pekerjaan aktor pada dirinya sendiri. Strasberg menjelaskan tahap ini:

*Pertama aktor harus mempunyai kemampuan rileks, berkonsentrasi, mampu merasakan dan mengalami secara intens. Pada saat yang sama, ia mengembangkan wajah luar dari keberadaannya. Ia harus mengembangkan dan memperkuat suara dan tubuh dengan menghilangkan cengkeraman kebiasaan yang menghambat dan faktor penghambat non-ekspresi yang didorong oleh kondisi sosial.*<sup>34</sup>

<sup>34</sup> Strasberg, L. 1987. Op. Cit., pp. 159-160.

Strasberg menemukan selama kelasnya bahwa pengkondisian dari kebiasaan pribadi aktor sering kali menyebabkan ketegangan dalam tubuh aktor, yang menghalangi aktor untuk mengalami kebebasan dalam mengekspresikan emosi yang dituntut dari sebuah karakter.

### **1. Relaksasi**

Hal pertama yang dilakukan Strasberg di kelasnya – baik di kelas privatnya atau di *The Actors Studio* – adalah memeriksa ketegangan aktor tersebut. Strasberg kemudian mencoba merekondisi aktor tersebut dalam jangka waktu yang lama agar berfungsi dalam keadaan relaksasi, dengan menyadarkannya akan penyebab ketegangan. Strasberg mengambil penekanan pada relaksasi ini dari apa yang telah dia pelajari dari ‘*The System*’ Stanislavski karena Stanislavski juga menekankan bahwa relaksasi adalah tahap pertama yang penting dalam semua pekerjaan akting.

Salah satu latihan Strasberg dalam melatih aktor dalam latihan relaksasi adalah meminta aktor menemukan

posisi di mana ia dapat tidur, baik duduk atau berdiri. Aktor tersebut tidak boleh tertidur, namun ia harus yakin bahwa jika ia berada dalam posisi tersebut cukup lama ia akan dapat tertidur. Aktor harus berusaha merilekskan tubuhnya sebanyak mungkin.

Setelah latihan itu, Strasberg melanjutkan ke tahap kedua dalam menangani masalah ketegangan. Ketegangan apa pun yang tidak dapat dihilangkan melalui relaksasi fisik kini harus ditangani pada tingkat mental. Bagi Strasberg, ketegangan mental adalah musuh yang lebih buruk bagi seorang aktor dibandingkan ketegangan fisik. Strasberg menemukan melalui praktik bertahun-tahun bahwa ada tiga area yang menunjukkan ketegangan mental:

- Pelipis adalah area di mana banyak saraf dan pembuluh darah mengalir ke otak dan sebagian besar di area inilah sering terjadi sakit kepala. Aktor diminta untuk mengendurkan otot-otot di area ini, namun tidak dengan menggunakan tangannya, melainkan melalui konsentrasi batin.
- Area dari pangkal hidung hingga kelopak mata sangat responsif.

Ketegangan ini dapat dengan mudah diredakan hanya dengan membiarkan kelopak mata terkulai. Perasaan kehilangan kendali atas otot-otot ini biasanya menyertai tindakan ini.

- Mulut juga merupakan otot yang sangat aktif dan juga merupakan area di mana banyak ketegangan menumpuk. Aktor harus melepaskan ketegangan ini dengan melepaskan energi di sekitar area tersebut. Strasberg mengibaratkan tindakan pelepasan ini seperti perasaan sedang mabuk. Dia menyatakan bahwa ketika seseorang mabuk, dia tidak khawatir bagaimana dia berbicara.

Stanislavski merasa bahwa ketegangan adalah musuh terbesar bagi rangsangan kreativitas seorang seniman dan selalu menghabiskan sebagian besar kelasnya untuk relaksasi dan menangani ketegangan pada para aktornya. Strasberg juga akan meluangkan waktu tiga puluh hingga empat puluh menit di awal kelas dan melatih aktor untuk melepaskan ketegangan di area yang disebutkan di atas. Kedalaman

konsentrasi dan fokus aktor juga mendapat manfaat dari latihan ini. Strasberg melihat para aktor menjadi “*sepenuhnya responsif. Instrumennya memberikan kedalaman resonansi yang baru. Emosi yang biasanya tertahan tiba-tiba muncul dengan cepat*”.<sup>35</sup>

## 2. Konsentrasi

Strasberg belajar dari ajaran Stanislavski bahwa ‘relaksasi’ dan ‘konsentrasi’ saling berhubungan, karena relaksasi adalah awal dari perhatian utama aktor, yaitu konsentrasi. Strasberg merasakan:

*Dua penemuan awal yang sangat mendasar milik Stanislavski, yang merupakan saran utama yang ia sampaikan kepada sang aktor, adalah pentingnya relaksasi dan konsentrasi... Satu-satunya hal yang pasti yang dimiliki seorang aktor untuk melawan dan menghilangkan ketegangan adalah konsentrasi.*<sup>36</sup>

<sup>35</sup> Strasberg, L. 1966. *Strasberg at the Actors Studio: Tape-Recorded Sessions*. R. Hethmon

(ed.) London: Lowe and Brydone Limited, pp. 92-93.

<sup>36</sup> Strasberg, L. 1966. *Ibid.*, p. 95.

Menurut Strasberg, tujuan latihan konsentrasi adalah “*untuk melatih aktor dalam menciptakan dan menciptakan kembali suatu objek, atau sekelompok objek, yang digabungkan menjadi suatu peristiwa yang merangsang pengalaman yang diinginkan dan yang diperlukan dalam pertunjukan. Dengan demikian, aktor dimotivasi ke dalam perilaku logis yang diperlukan karakternya*”.<sup>37</sup> Konsentrasi memungkinkan aktor untuk fokus pada persyaratan imajiner dan realitas lakon itu sendiri. Strasberg menyimpulkan dari sini bahwa konsentrasi merupakan elemen kunci bagi aktor untuk memiliki imajinasi yang kuat. Konsentrasi yang diperlukan dalam berakting adalah menciptakan kembali sesuatu yang tidak ada. Selain imajinasi, keyakinan atau kepercayaan juga dicirikan sebagai elemen penting dalam berakting. Keyakinan dan kepercayaan itu penting karena aktor harus menciptakan sesuatu yang dapat dipercaya oleh penonton meskipun hal tersebut tidak nyata dan jika aktor tidak dapat dipercaya dalam situasi tersebut, bagaimana mungkin seseorang dapat berpikir bahwa

penonton akan menganggapnya dapat dipercaya?

Strasberg memulai pelatihan konsentrasi dengan latihan yang diperkenalkan di *American Laboratory Theatre*. Aktor harus mengembangkan kemampuan untuk menciptakan kembali objek yang ditemuinya setiap hari. Jalan menuju konsentrasi pada latihan pertama ini adalah melalui ingatan indrawi dan melibatkan objek-objek imajiner. Stanislavski banyak menekankan penggunaan panca indera dalam latihan konsentrasi. Melalui eksperimennya Stanislavski menemukan bahwa dengan mempertajam indra maka kesadaran dan konsentrasi aktor akan meningkat. Aktor harus mempelajari bagaimana inderanya bereaksi dan merespons suatu objek dan kemudian mencoba menciptakan kembali reaksi tersebut ketika objek tersebut tidak ada. Strasberg memberi contoh latihan pertama ini:

*Latihan pertama berkaitan dengan apa pun yang diminum aktor untuk sarapan:*

<sup>37</sup> Strasberg, L. 1987. *Op. Cit.*, p. 131.

*kopi, teh, susu, jus jeruk. Aktor pertamanya berlatih dengan objek nyata, mencoba mendefinisikan sendiri elemen-elemen yang ia rujuk ketika ia berkata, "Ini nyata." Ia mengeksplorasi berat dan tekstur cangkir atau gelas, sensasi cairan di dalam wadah, suhu cairan saat ia merasakannya melalui wadah, dll. Saat aktor mengangkat cangkir ke bibirnya, beratnya berubah dan mempengaruhi area lain di lengan. Ia mengeksplorasi aroma, suhu minuman, dan terakhir rasanya. Aktor kemudian melakukan latihan tersebut tanpa kehadiran objek.<sup>38</sup>*

Dengan latihan ini Strasberg menyadari bahwa meskipun latihan tersebut melibatkan seluruh indera, konsentrasinya hanya pada satu objek sehingga tetap merupakan latihan sederhana. Ia menyimpulkan bahwa latihan ini menjadi lebih sulit ketika objek berbeda yang tidak berhubungan satu sama lain merangsang indra.

Dengan latihan-latihan ini, penekanan bagi aktor bukanlah pada meniru tindakan, melainkan berkonsentrasi pada objek-objek untuk

mengembangkan kemampuan menciptakan kembali objek-objek tersebut, dengan detail terkecil, yang dimasukkan ke dalam pertunjukan melalui memori sensorik. Strasberg menjelaskan tujuan latihan konsentrasi “*untuk melatih aktor menciptakan dan menciptakan kembali objek apa pun, atau sekelompok objek, yang digabungkan menjadi suatu peristiwa yang merangsang pengalaman yang diinginkan yang diperlukan dalam pertunjukan*”.<sup>39</sup> Strasberg juga menyimpulkan dari latihan ini bahwa aktor mengembangkan kesadaran yang lebih besar akan kehadirannya sendiri dan ini membantu merangsang respons sensorik aktor.

### **3. Masalah Sensasi & Pengalaman**

Aspek berbeda dari latihan memori indera digunakan dalam menangani bagian ini. Dalam latihan konsentrasi, latihan memori sensorik digunakan untuk berkonsentrasi pada suatu objek dan menciptakannya kembali. Dalam latihan memori sensorik, aktor harus mengingat orang-orang dan lingkungan

<sup>38</sup> Strasberg, L. 1987. *Ibid.*, p. 132.

<sup>39</sup> Strasberg, L. 1987. *Ibid.*, p. 131.

sekitar memori tersebut untuk mengalami dan menciptakan kembali situasi yang serupa dengan karakternya, tetapi bukan emosinya. Latihan emosi ditangani pada tahap pelatihan berikutnya.

Strasberg mengembangkan latihan ini berdasarkan karya Stanislavski tentang efektivitas menciptakan dan menciptakan kembali sensasi melalui memori indera. Contoh salah-satu latihan pertama yang digunakan Strasberg dalam mengembangkan indra sensasi aktor adalah latihan yang tidak melibatkan gerakan otot. Aktor tersebut duduk di kursi dan dia harus membayangkan bahwa dia sedang duduk di bawah sinar matahari. Sang aktor harus menciptakan kembali sensasi yang dialami tubuhnya saat ia duduk di bawah sinar matahari sebelumnya. Aktor kemudian harus memusatkan area tertentu di tubuhnya ke arah matahari. Pada saat yang sama ia harus mengendurkan area tubuh yang pada saat itu tidak terlibat dalam konsentrasi. Dengan cara ini ia harus mampu menciptakan sensasi sinar matahari pada tubuhnya.

Strasberg melanjutkan dengan latihan semacam ini yang menguji kehadiran serta intensitas memori indera. Strasberg kemudian melanjutkan ke latihan yang memerlukan sensasi keseluruhan dan tidak hanya terfokus pada satu area tertentu. Artinya seluruh tubuh harus merasakan sensasi. Strasberg biasanya memulai dengan latihan seperti mandi. Aktor harus ingat bahwa bagian tubuh yang berbeda mengalami pancuran secara terpisah dan berbeda dan setiap area mampu menghasilkan respons yang independen. Semua area yang berbeda harus menghasilkan sensasi untuk menciptakan sensasi tubuh secara keseluruhan. Dengan latihan ini Strasberg membuat dua penemuan yang sangat bermanfaat bagi pelatihan aktor.

*Pertama*, latihan ini mengembangkan indera dan jenis sensasi yang berhubungan dengan indera. *Kedua*, ia menemukan bahwa hal ini membantu membuka blokir area di tubuh aktor yang mungkin terkunci atau terhambat. Hambatan ini mungkin berasal dari ketegangan, kebiasaan, atau pengkondisian. Saat area tersebut tidak diblokir, dengan menggunakan latihan

yang tepat untuk ketegangan, kebiasaan atau pengkondisian, sensasi dan emosi mulai mengalir melalui aktor dan mengarah ke ekspresi yang penuh dan jelas. Stanislavski sudah menegaskan bahwa ketegangan merugikan kemampuan berekspresi seorang aktor. Strasberg melangkah lebih jauh dengan mengatakan bahwa tidak hanya ketegangan, tetapi juga kebiasaan sehari-hari dan kondisi sosial menjadi penghalang bagi aktor tersebut. Jadi jika aktor menjadi lebih sadar akan tubuhnya dan bagaimana aspek-aspek negatif ini berdampak pada tubuhnya, maka dengan mempraktikkan kontrol terhadap tubuhnya akan membuat aktor menjadi lebih bebas dari hal-hal negatif tersebut dan mengarahkan aktor tersebut untuk dapat memperoleh manfaat dengan memiliki tubuh yang lebih penuh dan jangkauan ekspresi yang lebih bebas dan jelas tanpa kebiasaan menahan tubuhnya. Inilah yang coba dicapai Strasberg dengan latihan-latihan di atas dan tentunya dengan latihan-latihan berikutnya di mana ia secara khusus membahas masalah kebiasaan dan pengkondisian sosial.

#### **4. Masalah Kebiasaan & Pengkondisian Sosial**

Dalam mencari sumber masalah dalam berekspresi yang tidak hanya dialami oleh aktor tetapi juga dialami oleh semua umat manusia, Strasberg menyadari bahwa kapasitas apa pun yang kita miliki sejak lahir dikembangkan melalui sarana pelatihan dan pengkondisian, sehingga kita juga mengembangkan kebiasaan berekspresi. Stanislavski merasa bahwa kebiasaan dapat digunakan secara produktif:

*Kebiasaan adalah pedang bermata dua. Hal ini dapat menimbulkan kerugian besar jika digunakan dengan buruk di atas panggung dan menjadi sangat berharga jika dimanfaatkan dengan baik. Penting...untuk membangun kondisi kreatif yang tepat dengan membentuk kebiasaan yang terlatih. Bagian yang disayangkan dan berbahaya...adalah bahwa kebiasaan dapat dikembangkan ke arah yang salah....Sangat penting untuk bekerja...selangkah demi selangkah ketika Anda belajar*

*membangun...kebiasaan yang terlatih.*<sup>40</sup>

Strasberg menemukan melalui pekerjaan yang dia lakukan di *Actors Studio* bahwa aktor tersebut:

*dikondisikan untuk mengekspresikan perasaan dan emosinya bukan berdasarkan sifat, karakter, dan kekuatan respons emosionalnya sendiri, tetapi berdasarkan apa yang diizinkan oleh masyarakat atau lingkungannya. Dia biasanya menyadari kebiasaan fisiknya, namun memiliki sedikit pengetahuan tentang reaksi sensorik dan emosionalnya. Saya harus menemukan cara menghadapi tingkah laku seorang aktor yang mengaburkan kebenaran ekspresi yang melibatkan hubungan antara intensitas perasaan dan emosi.*<sup>41</sup>

Seringkali Strasberg menemukan bahwa kesulitan-kesulitan ini terbentuk dari pengalaman tertentu yang mengarah

pada terciptanya kebiasaan-kebiasaan yang tidak disadari.

Sebagian besar Strasberg dapat mengatasi kebiasaan ini melalui latihan yang merupakan bagian dari pelatihan relaksasi, mengingat ketegangan menyebabkan kebiasaan tidak sadar menjadi lebih buruk. Terkadang masalahnya harus didekati melalui hubungan antara pikiran dan tubuh, dan Strasberg akan menggunakan latihan memori emosionalnya ('ingatan emosi') untuk mencoba menemukan alasan dari kebiasaan tertentu.

Strasberg menemukan sebuah latihan pada pertengahan tahun 1950-an yang tidak hanya membantu mengatasi kebiasaan dan pengkondisian, namun jika dilakukan dengan benar akan menghasilkan ekspresi yang penuh dan intens di pihak aktor. Ia menamakan latihan ini sebagai latihan 'nyanyian dan tarian' ('*song-and-dance*' exercise). Pada saat itu Strasberg memiliki penyanyi dan penari yang menghadiri kelas privatnya dan, karena penyanyi

<sup>40</sup> Stanislavski, C. 1963. *An Actor's Handbook: An Alphabetical Arrangement of Concise Statements on Aspects of Acting*. Edited and

translated by Elizabeth Reynolds Hapgood. New York: Theatre Arts Books, p. 70.

<sup>41</sup> Strasberg, L. 1987. *Op. Cit.*, p. 95.

dan penari memiliki pola ritme dan fisik tertentu yang telah dikembangkan melalui pelatihan mereka, Strasberg merancang latihan ini untuk membantu mereka keluar dari pola verbal dan gerakan biasanya.

Strasberg kemudian menemukan bahwa hal itu juga berhasil pada aktor. Latihan tersebut melibatkan Strasberg yang meminta orang tersebut untuk melakukan sesuatu yang bertentangan dengan pelatihan dan kebiasaannya. Dia pertama-tama akan meminta aktor untuk berdiri di atas panggung, bukan dalam pose, hanya berdiri di atas panggung tanpa usaha apa pun, tidak mengantisipasi kesulitan yang akan menimbulkan ketegangan. Bahkan hal ini ternyata lebih sulit dari yang diperkirakan. Kemudian sang aktor harus menyanyikan lagu apa saja, namun ia harus menyanyikannya dengan cara yang berbeda dari biasanya. Strasberg akan menghentikan aktor tersebut terus menerus dan meminta aktor tersebut, misalnya, untuk memisahkan suku kata dan memberi setiap suku kata sama nilainya, tetapi tanpa mengubah melodinya. Hal ini menunjukkan kepada aktor bahwa,

sebagai latihan kemauan, dia dapat menyanyikan lagu tersebut dengan cara yang tidak biasa.

Setelah latihan itu, Strasberg akan meminta aktor tersebut untuk kembali berdiri dengan tenang dan kemudian menyuruh aktor tersebut untuk bergerak tanpa mengetahui sebelumnya apa yang akan dia lakukan. Khususnya para penari akan mulai melakukan gerakan-gerakan tari, namun Strasberg akan mendorong mereka untuk melakukan sesuatu yang tidak biasa mereka lakukan. Jika Strasberg merasakan telah terjadi gerakan spontan, ia akan meminta sang aktor mengulangi gerakan tersebut juga dengan ritme yang sama seperti sebelumnya. Hal ini akan membuktikan kepada sang aktor bahwa ia bisa menjadi orang yang spontan sekaligus mampu mengulangi apa yang telah ia lakukan secara spontan. Nilai penting dari rangkaian latihan sederhana ini adalah agar aktor menghentikan kebiasaan verbal dan fisiknya dan dengan demikian memperluas kemampuannya untuk mengontrol ekspresinya.

## Tahap Kedua Pelatihan Aktor

Kita sekarang sampai pada tahap kedua pelatihan aktor Strasberg. Dalam pelatihan Stanislavski, tahap kedua pelatihannya adalah mengenai pengerjaan peran dan dengan demikian termasuk pengerjaan karakter. Strasberg menjelaskan tahap kedua dari pelatihannya sendiri:

*Tahap kedua dalam pelatihan aktor adalah mengembangkan kemampuan melakukan akting secara jujur dan logis. Pada saat yang sama, aktor belajar merespons dan menyesuaikan diri dengan pasangannya, tidak hanya dengan cara mekanis, namun dengan benar-benar mencoba meyakinkan pasangannya dengan memastikan maksudnya jelas.<sup>42</sup>*

Karya yang dilakukan Stanislavski dalam ‘ensemble acting’ sangat berharga dalam bidang karya Strasberg ini. Stanislavski ingin para aktornya memberikan perhatian penuh kepada sesama aktor di atas panggung dan benar-benar mendengarkan apa yang

dikatakan para aktor dan bagaimana mereka menyampaikan dialog tertentu untuk mencoba memahami maksudnya. Stanislavski menemukan bahwa hal ini menciptakan hubungan yang sebenarnya antara para aktor di atas panggung dan Strasberg juga berusaha untuk mencapai hubungan yang sebenarnya antara para aktornya.

### 1. Improvisasi

Improvisasi adalah salah-satu elemen dasar dalam karya Stanislavski khususnya di tahun-tahun berikutnya. Stanislavski merasakan hal itu:

*Ketika pengajaran diorientasikan pada tujuan yang praktis dan bahkan menarik, akan lebih mudah untuk meyakinkan dan mempengaruhi siswa....Titik tolak kami dalam melatih aktor adalah membuat mereka belajar dengan berakting [improvisasi] ....Kita tidak bisa terus mengajar selama bertahun-tahun di ruang kelas dan hanya pada bagian akhir meminta siswa untuk berakting. Dalam jangka waktu*

<sup>42</sup> Strasberg, L. 1987. *Ibid.*, p. 160.

*itu dia akan kehilangan semua kemampuan kreatifnya...*<sup>43</sup>

Improvisasi adalah hal yang paling penting dalam pekerjaan yang dilakukan Strasberg di *Actors Studio*, meskipun dia sudah mulai menggunakan latihan ini di *Group Theatre*. Strasberg menggunakan improvisasi terutama untuk mengeksplorasi perasaan aktor dan karakter serta untuk menciptakan reaksi logis terhadap karakter. Strasberg merasa bahwa karakter nyata harus memiliki proses pemikiran dan respons sensorik dan emosional yang berkelanjutan dan latihan improvisasi yang menciptakan aliran respons dan pemikiran yang berkelanjutan di dalam karakter.

Kekhawatiran lain dari Strasberg adalah seringnya seorang aktor memasuki sebuah adegan dan karena dia tahu bagaimana adegan itu akan berakhir, dia kemudian secara tidak sadar menunjukkan hasil dari adegan itu dalam aktingnya. Strasberg merasa bahwa *“dengan berimprovisasi, aktor menemukan cara untuk memerankan*

*adegan dengan lebih logis dan meyakinkan, tidak hanya dari sudut pandangnya, tetapi juga dari sudut pandang penonton”*.<sup>44</sup> Stanislavski juga mengetahui pentingnya improvisasi dalam menempatkan spontanitas dalam akting seorang aktor. Stanislavski menyatakan: *“Dalam akting, kami sering menggunakan improvisasi... Kreativitas semacam ini memberikan kesegaran dan kedekatan pada sebuah pertunjukan”*.<sup>45</sup> Dengan latihan improvisasi, aktor menemukan perilaku logis dari karakternya dan ini melawan aktor yang hanya sekedar mengilustrasikan makna kata-kata yang jelas. Seringkali latihan improvisasi dilakukan oleh para aktor bersamaan dengan adegan yang sedang mereka kerjakan. Latihan-latihan ini juga berupaya menciptakan ilusi spontanitas dalam adegan.

## **2. Karakterisasi Fisik**

Latihan berikutnya yang akan dilakukan Strasberg adalah apa yang disebutnya 'latihan binatang'. Hal ini membantu aktor untuk mengembangkan

<sup>43</sup> Stanislavski, C. 1963. *Op. Cit.*, p. 78.

<sup>44</sup> Strasberg, L. 1987. *Op. Cit.*, p. 108.

<sup>45</sup> Stanislavski, C. 1963. *Op. Cit.*, p. 78.

kemampuan mengenali perbedaan antara dirinya dan karakternya. Stanislavski sangat yakin bahwa semua aktor harus mampu melakukan pekerjaan karakter:

*Karakterisasi, bila disertai dengan transposisi nyata, semacam inkarnasi, adalah hal yang luar biasa. Karena seorang aktor dipanggil untuk menciptakan citra ketika dia berada di atas panggung...[karakterisasi] menjadi kebutuhan bagi semua [aktor]. Dengan kata lain, semua aktor yang berprofesi sebagai seniman harus memanfaatkan penokohan. Kapasitas untuk mengubah dirinya, jiwa dan raganya, merupakan syarat utama seorang aktor.*<sup>46</sup>

Pelatihan yang ditawarkan oleh 'latihan binatang' adalah aktor dipaksa untuk menghadapi perilaku karakter daripada mengandalkan perasaannya sendiri. *Pertama*, aktor harus mengamati seekor binatang untuk memperhatikan perbedaan fisik semata dan kemudian harus menciptakan perbedaan tersebut

dengan mengendalikan energi fisiknya. Aktor harus berusaha membangun sensasi kehidupan fisik hewan tersebut, misalnya kekuatan dan keperkasaan seekor singa atau kantuknya seekor kucing. Setelah hal ini tercapai, aktor harus mulai membuat 'binatang' yang ia gambarkan berdiri dan baru setelah itu kata-kata dapat ditambahkan. Hasilnya adalah manusia yang berdiri dan berbicara tetapi dengan ciri-ciri binatang. Latihan ini membantu aktor untuk menciptakan karakter yang berbeda dan terpisah dari dirinya. Strasberg memperhatikan bahwa beberapa aktor membenci latihan ini dan kemudian menyadari bahwa ini adalah perjuangan yang mereka lakukan terhadap perilaku kebiasaan mereka sendiri.

### **3. Ingatan Emosi**

Semua pelatihan sejauh ini mengarah pada persiapan aktor untuk pekerjaan emosional. Strasberg dengan sangat hati-hati menunjukkan bahwa sebagian besar akting juga merupakan pekerjaan non-emosional dan non-emosional

<sup>46</sup> Stanislavski, C. 1963. *Op. Cit.*, pp. 33-34.

harus mendahului pekerjaan emosional dalam pelatihan yang tepat. Kita sekarang memasuki bidang pelatihan Strasberg yang berfokus pada ‘ingatan emosi’ (*emotional memory*). Ini adalah bidang pelatihan yang diterima Strasberg dari Boleslavsky dan Madame Ouspenskaya di *American Laboratory Theatre*.

Sebagian besar karyanya di bidang ini didasarkan pada titik awal utama teori ‘ingatan afektif’ (*affective memory*) Stanislavski. Tujuan dari ‘ingatan emosi’ adalah untuk dapat mengulangi suatu emosi di atas panggung malam demi malam dan memastikan bahwa emosi tersebut tampak jujur dan segar. Memori emosional merupakan memori yang melibatkan aktor secara pribadi. Melalui latihan khusus yang dilakukan oleh Strasberg, ingatan aktor dilatih dan menjadi pemicu tertentu yang dikembangkan sehingga pengalaman emosional yang mengakar mulai merespons setiap kali peristiwa tersebut terjadi.

Aktor membutuhkan hubungan emosional tertentu dengan karakter yang dia gambarkan. Menurut Strasberg, latihan ini seharusnya dilakukan setidaknya tujuh tahun sebelum aktor mencoba pelatihan tersebut. Ketika ditanya oleh seorang aktor/siswa mengapa ingatan yang lebih tua akan lebih berguna bagi seorang aktor, Strasberg menjawab:

*Jangan memilih pengalaman terkini; bukan berarti hal yang baru-baru ini tidak akan berhasil. Namun semakin tua pengalamannya, semakin baik. Jika berhasil, itu akan bertahan seumur hidup Anda. Padahal, sesuatu yang baru mungkin berhasil saat ini dan dua tahun dari sekarang tidak akan berhasil. Kenyataan bahwa sesuatu telah berhasil, telah ada sejak lama dan kemudian diperoleh kembali, berarti sesuatu itu ada selamanya.*<sup>47</sup>

Penggunaan memori sensorik terintegrasi untuk mencapai emosi. Stanislavski banyak menekankan fakta bahwa pengalaman-pengalaman ini akan muncul ke permukaan melalui

<sup>47</sup> Strasberg, L. 1987. *Op. Cit.*, p. 149.

indera dan terutama melalui penglihatan dan suara. Aktor harus menemukan pengalaman yang diingat dari kehidupannya sendiri yang setara dengan pengalaman karakternya. Proses ini juga bisa disebut sebagai 'substitusi' karena aktor kemudian akan menggunakan memori ini dan menggantikannya dengan situasi karakter agar aktor dapat mencapai emosi yang diinginkan. Hanya setelah aktor menguasai latihan konsentrasi pada memori sensorik, ia dapat mulai mengerjakan memori emosional, karena ia akan menggunakan indranya untuk mengingat situasi tertentu. Dengan latihan 'ingatan emosi', aktor harus kembali ke dalam ingatannya dan mengingat situasi atau peristiwa yang mirip dengan situasi dalam lakon atau latihan improvisasi dan mengingat emosi tersebut dan kemudian memasukkan kembali emosi tersebut ke dalam lakon atau latihan tersebut.

Urutan tindakan khas seorang aktor yang melakukan latihan 'ingatan emosi' untuk menangkap kembali atau menghidupkan kembali suatu pengalaman pertama-tama adalah bersantai. Ketegangan mengganggu

aliran sensasi dan emosi secara spontan. Aktor harus berkonsentrasi untuk menciptakan bukan sekedar kenangan, namun harus benar-benar menghidupkan kembali momen tertentu. Aktor harus berusaha mengingat peristiwa yang menimbulkan emosi tersebut dan tidak mengarah pada emosi tersebut secara langsung. Maksudnya di sini bukan bahwa ia harus mengingat rangkaian peristiwa yang terjadi, melainkan menangkap kembali berbagai perasaan yang melingkupi peristiwa tersebut; dimana dia berada, dengan siapa dia, apa yang dia kenakan. Sekali lagi ini sesuai dengan tujuan Stanislavski dalam pendekatan karyanya nanti. Aktor juga harus mencoba mengingat aspek-aspek seperti bau udara, suara langkah kaki di tanah.

Latihan-latihan ini bisa sangat berbahaya bagi aktor-aktor dengan masa lalu traumatis yang mungkin perlu mengeksplorasi masa lalu mereka dan mengatasi masalah tersembunyi dengan mencari bantuan psikologis. Hal ini bisa berbahaya bagi aktor dalam arti bahwa ia dapat terjebak dalam ingatan dan emosi mendasar yang belum ditangani. Untuk aktor seperti itu:

*Substitusi (penggantian) adalah janji kosong. Bahkan ketika aktor yang terluka itu menggunakan teknik-teknik tersebut untuk mengeksplorasi perasaannya, ia tetap tersingkir dari pengalaman yang ia dambakan jauh di lubuk hatinya: sebuah pertemuan dengan perasaan-perasaan masa kecilnya yang sebenarnya, tertekan, dan sering kali jelek.*<sup>48</sup>

Inilah sebabnya mengapa Strasberg sangat selektif dengan siapa dia mengizinkan latihan ini; jika seseorang membutuhkan bantuan psikiater, dia bersikeras untuk tidak melakukan latihan ini dengan aktor tersebut. Strasberg merasa sangat penting untuk dicatat bahwa kisah pengalaman bukanlah apa yang diminta; hanya detail yang akan membantu menciptakan kembali memori tersebut. Aktor harus mempunyai kendali atas konsentrasi indranya agar tidak terbawa oleh pengalaman emosional. Ini adalah titik di mana banyak guru menyalahgunakan latihan ‘ingatan emosi’ dan memaksa siswa untuk menceritakan keseluruhan

cerita demi memuaskan keingintahuan mereka sendiri.

Dengan melatih ‘ingatan emosi’, aktor mengembangkan kendali atas ekspresi emosi dan oleh karena itu aktor harus terlebih dahulu melakukan pelatihan untuk mengembangkan kemampuannya untuk rileks dan berkonsentrasi. Perbedaan utama antara pendekatan Strasberg terhadap ‘ingatan emosi’ dan pendekatan Stanislavski adalah bahwa Stanislavski “*tidak mengusulkan bahwa aktor harus mengingat atau mengandalkan ‘ingatan afektif’ selama pertunjukan itu sendiri. Sebaliknya, Metode Amerika Strasberg yang mengajukan usulan seperti itu*”.<sup>49</sup> Sesuai kutipannya Stanislavski melihat latihan emosional sebagai metode latihan sedangkan Strasberg menggunakannya sebagai latihan yang digunakan saat melakukan pertunjukan. Latihan yang diterapkan pada persiapan suatu peran sangat berbeda dengan latihan yang diterapkan pada pelaksanaannya. Stanislavski menggunakan ‘ingatan afektif’ sebagai

<sup>48</sup> Lloyd, B. 2006. Stanislavsky, spirituality, and the Problem of the Wounded Actor. *New Theatre Quarterly*, XXII(1): 70-75, p.72.

<sup>49</sup> Merlin, B. 1999a. Albert Filozov and the Method of Physical Actions. *New Theatre Quarterly*, XV (3): 228-235, p. 230.

sarana untuk memicu inspirasi dan antusiasme aktor terhadap suatu peran dan dengan demikian memungkinkan aktor untuk menghubungkan kehidupan batinnya sendiri dengan kehidupan batin karakternya. Setelah persiapan untuk suatu peran selesai, pekerjaan persiapan ini akan dibuang.

Contoh penggunaan ‘ingatan afektif’ ini sebagai pekerjaan persiapan, khususnya dalam film, dapat dilihat pada bagaimana Marlon Brando mempersiapkan perannya sebagai seorang lumpuh dalam film *The Men* (1950). Brando tidak merasa bahwa dia memiliki ingatan emosional atau kapasitas untuk memahami kompleksitas menjadi seorang lumpuh. Melihat bahwa film tersebut berhubungan dengan para veteran yang baru kembali yang sekarang lumpuh karena cedera perang, Brando memutuskan untuk tinggal di Rumah Sakit Veteran Birmingham di Van Nuys selama beberapa minggu. Dia ingin mempelajari orang lumpuh. Brando diperlakukan sebagai pasien sungguhan;

dia tinggal di bangsal, menjalani terapi, dan berpindah-pindah hanya dengan kursi roda. Dia menjawab ketika ditanya tentang keputusannya untuk tinggal di sana: “*Ini tentang seorang pria yang menjadi tidak berdaya, lebih buruk dari bayi atau hewan. Mustahil untuk menyadari rasa frustrasi dan keputusasaan yang begitu besar kecuali Anda hidup seperti itu*”.<sup>50</sup> Penggunaan ‘ingatan afektif’ sebagai persiapan karakter menjadi identik dengan ‘*Method Acting*’.

Strasberg, sebaliknya, tidak menganggap latihan ini hanya sebagai pekerjaan persiapan dan meminta aktor untuk benar-benar membangkitkan ‘ingatan afektif’ saat berada di atas panggung selama pertunjukan. Ini berarti:

*Pada saat yang sama berkonsentrasi pada detail acara pribadi, aktor tentu saja harus tetap terlihat mendengarkan dan merespons pasangannya di atas panggung.*<sup>51</sup>

<sup>50</sup> Thomas, T. 1975. *The Films of Marlon Brando*. New Jersey: Citadel Press, p. 27.

<sup>51</sup> Merlin, B. 1999a. *Op. Cit.*, p.230.

Strasberg menyatakan bahwa proses ingatan ini dapat dipercepat dengan latihan hingga akhirnya ingatan “*sebenarnya memakan waktu tidak lebih dari dua menit*”.<sup>52</sup>

Beberapa aktor kesulitan mencapai konsentrasi yang diperlukan untuk menguasai keterampilan mengambil emosi pribadi dan menempatkannya menjadi sebuah karya produktif di depan penonton. Fakta bahwa aktor tertentu mempunyai masalah dengan latihan di atas dapat dimengerti. Tampaknya Strasberg berharap terlalu banyak ketika harus beracting di depan penonton. Kita dapat melihat nilai dari praktik Stanislavski, di mana latihan ‘ingatan emosi’ dilakukan sebagai latihan persiapan dan tidak benar-benar dilakukan selama pertunjukan. Tampak bahwa seorang aktor dapat dengan mudah menjadi terlalu melibatkan diri selama pertunjukan sambil terlibat dalam proses mengingat kembali secara emosional. Stanislavski dan Strasberg sama-sama memberikan banyak penekanan pada pekerjaan ‘*ensemble*’,

namun jika seorang aktor melakukan latihan ‘ingatan emosi’ ini selama pertunjukan, hal ini akan dengan mudah menciptakan perasaan bahwa para aktor sama sekali tidak berinteraksi dan bereaksi satu sama lain. Faktanya, inilah sebagian dari stigma yang mulai berkembang di sekitar ‘*method actors*’, demikian sebutan mereka (misalnya, James Dean dalam *East of Eden*).

Namun demikian, Strasberg merancang latihan lain untuk membantu para aktor menciptakan kemampuan menggunakan ingatan mereka sendiri dan mengekspresikan diri dalam acting. Strasberg juga menggunakan latihan ini untuk memperkuat kemampuan aktor dalam berkonsentrasi dan mengatasi masalah ekspresi. Strasberg mendapat ide dari salah-satu ungkapan yang digunakan Stanislavski untuk menggambarkan perlunya seorang aktor membangun privasi yang diperlukan di atas panggung untuk merangsang konsentrasinya. Stanislavski menyebutnya sebagai kebutuhan aktor untuk menjadi ‘pribadi di depan umum’

<sup>52</sup> Strasberg, L. 1966. *Strasberg at the Actors Studio: Tape-Recorded Sessions*. R. Hethmon

(ed.) London: Lowe and Brydone Limited, p. 111.

(*private in public*) atau ‘kesendirian di depan umum’ (*public solitude*). Ini sekali lagi merupakan latihan yang digunakan Stanislavski dalam persiapan sebuah karakter. Strasberg telah membaca ungkapan ini beberapa kali, namun membacanya kembali suatu hari ia menyadari bahwa orang pada umumnya memiliki pola perilaku yang hanya mereka lakukan secara pribadi. Oleh karena itu, pada pertengahan tahun 1950-an Strasberg mengembangkan latihannya yang dikenal sebagai latihan ‘momen pribadi’ (*private moment*).

Sebuah ‘momen pribadi’ tidak serta-merta berarti bahwa orang tersebut sendirian, dan tidak dicirikan oleh apa adanya, melainkan makna yang dimilikinya bagi aktor yang menjadikan momen tersebut bersifat pribadi. Menciptakan ‘momen pribadi’ bagi seorang aktor adalah tugas yang cukup sederhana. Aktor harus memilih perilaku tertentu dalam hidupnya yang hanya dia lakukan secara pribadi dan dia harus merasa sangat pribadi tentang perilaku ini sehingga dia akan berhenti melakukannya jika ada yang mengganggunya. Aktor kemudian mulai menciptakan lingkungan di mana

‘momen pribadi’ biasanya terjadi, misalnya kamar aktor. Ia harus berkonsentrasi pada memori sensoriknya hingga ia dapat melihat, menyentuh, dan mencium benda-benda dan lingkungan sekitar ruangan atau ruang tersebut. Aktor kini harus mencoba melakukan aktivitas dengan menghadapi motivasi asli yang mengarah ke ‘momen pribadi’. Latihan ini bisa memakan waktu hingga satu jam untuk diselesaikan, tergantung seberapa mudah aktor tersebut merasa ‘pribadi di depan umum’.

Fungsi dari latihan ‘momen pribadi’ adalah untuk membuat aktor menjadi kurang sadar dan tidak sadar diri terhadap penontonnya sehingga dapat lebih berkonsentrasi pada pengalaman yang ingin ia ciptakan. Karena istilah ‘pribadi’ yang digunakan untuk menamai latihan tersebut, hal ini terkadang disalahpahami. Beberapa orang mengatakan bahwa istilah tersebut memiliki konotasi sugestif dan menggambarkannya sebagai ‘momen pribadi yang tidak senonoh’ (*private, obscene moments*). Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas yang dilakukan dalam latihan tersebut tercela

dan bersifat seksual. Namun bagi Strasberg, jika ‘momen pribadi’ tersebut akan menimbulkan akting yang tidak menyenangkan, aktor tersebut harus keluar panggung dan menyelesaikan aksinya di belakang panggung, lalu kembali ke panggung untuk melanjutkan ‘momen pribadi’ tersebut.

Latihan tahap kedua pelatihan Strasberg dipraktikkan bahkan saat ia memasuki tahap ketiga pelatihannya. Ia merasa bahwa aktor tersebut hanya dapat belajar dan berkembang dengan terus menerus membuat kemajuan dalam latihan di atas.

#### **4.Kerja Teks**

Aktor tersebut sekarang mulai mengerjakan adegan-adegan dari lakon. Fokusnya adalah pada interpretasi aktor terhadap tema lakon dan karakternya. Strasberg mengatakan bahwa “*pada titik pelatihan ini, adegan-adegan ini tidak penting karena berkaitan dengan lakon; sebaliknya, mereka menawarkan aktor kesempatan untuk melatih kemampuannya untuk mempertahankan*

*keterampilan pelatihannya dalam rangkaian drama yang ditetapkan*”.<sup>53</sup>

Strasberg mengikuti banyak formulasi Stanislavski di bidang ini. Strasberg menggunakan 'keadaan tertentu' (*given circumstances*); ‘subteks’ (*subtext*), makna yang mendasari kata-kata, baik sensasi maupun emosi di balik kata-kata; dan 'unit laku/akting' (*units of actions*), Stanislavski menamakannya 'unit dan objektif/sasaran', dalam bidang pelatihan ini. Menggabungkan subteks dan keadaan serta unit laku/akting tertentu dalam sebuah lakon, Strasberg menyimpulkan bahwa aktor akan mampu menciptakan keadaan pikiran dan pengalaman emosional karakter. ‘Laku fisik’ tokoh akan ditentukan oleh keadaan emosi tokoh tersebut dan, jika aktor mampu menciptakan keadaan emosi yang jujur, maka ia akan terdorong ke arah ‘laku fisik’ dan perilaku logis dari tokohnya.

Pendekatan Strasberg ini berlawanan dengan metode kerja Stanislavski di tahun-tahun terakhirnya. Stanislavski bekerja dari pendekatan bahwa, jika seorang aktor melakukan tindakan logis

<sup>53</sup> Strasberg, L. 1987. *Op. Cit.*, p. 160.

sesuai dengan karakternya, maka emosi yang benar akan muncul dari akting yang jujur tersebut. Dalam pengalaman bermain drama yang langkah pertama sutradaranya adalah menciptakan 'pemblokiran', gerakan dan tindakan karakter dalam sebuah adegan, dan baru setelah itu emosi ditambahkan seiring kemajuan karya tersebut. Dalam situasi di mana analisis teks dan karakter mendahului proses 'pemblokiran', kita lebih bersimpati pada keyakinan Strasberg bahwa jika kita memiliki pemahaman tentang subteks dan kepribadian serta perilaku karakter, laku logis yang benar untuk karakter tertentu akan mengikuti. Tidak perlu menentang gagasan untuk menciptakan gerakan dan laku terlebih dahulu dengan anggapan bahwa emosi yang benar akan muncul, tetapi ada bahaya yang lebih besar bahwa gerakan dan laku dapat menjadi mekanis dan tidak termotivasi. Karena kenyataan bahwa laku diciptakan sebelum emosi, aktor mungkin menjadi malas dan hanya menjalani laku tanpa menciptakan emosi yang diperlukan. Inilah yang kita yakini dapat mengarah pada akting mekanis. Ketika rangkaian

laku tersebut muncul karena motivasi emosional tokoh, maka nampaknya di kemudian hari ketika melakukan laku tersebut akan lebih mudah untuk mengasosiasikan emosi yang muncul dengan laku tersebut.

Langkah pertama bagi Strasberg adalah memahami apa yang terjadi di setiap adegan. Hal ini tidak berarti sekadar memahami alur cerita, karena alur cerita tidak selalu setara dengan peristiwa yang terjadi dalam adegan. Strasberg sering menggunakan cerita pendek ketika bekerja dengan aktor dalam mengembangkan keterampilan menemukan peristiwa secara berurutan. Dia kebanyakan menggunakan cerita pendek yang ditulis oleh Ernest Hemingway, Irwin Shaw, Dorothy Parker atau de Maupassant karena "*cerpen tersebut merupakan unit yang lengkap, mandiri, dan biasanya ditulis dengan baik. Mereka berfungsi untuk melatih kesadaran dan pemahaman aktor terhadap suatu situasi*".<sup>54</sup> Dialog dalam sebuah lakon terkadang mengandung unsur-unsur yang tidak pernah diucapkan orang, namun

<sup>54</sup> Strasberg, L. 1987. *Ibid.*, p. 161.

menyampaikan informasi penting kepada penonton. Dalam sebuah cerita pendek, penulis dapat memasukkan informasi ini ke dalam deskripsi cerita sehingga dialognya akan lebih mewakili apa yang sebenarnya dikatakan orang. Latihan cerita pendek membantu untuk mengetahui apa yang sebenarnya dikatakan oleh karakter tersebut dan bagaimana kaitannya dengan isi adegan tersebut. Ketika aktor menyadari situasi dalam sebuah adegan yang kontras dengan alur ceritanya, dia kemudian dapat melakukannya membagi adegan menjadi ‘unit-unit laku/akting’ untuk menciptakan tidak hanya perilaku karakter, tetapi juga keadaan pikiran dan pengalaman emosional karakter. Sebagaimana dikemukakan di atas, Strasberg merasa bahwa ‘laku fisik’ ditentukan oleh keadaan emosi karakter.

Strasberg menggunakan lakon pendek komikal karya Chekhov sebagai contoh. Dia akan bertanya kepada para aktor yang mengerjakan salah-satu drama Chekhov, apa yang ingin mereka capai dengan drama tersebut. Mereka akan menjawab bahwa keinginan kuat mereka adalah menjadikannya lucu. Dia kemudian akan bertanya apakah mereka

menganggap adegan itu lucu ketika mereka pertama kali membaca lakon tersebut dan selalu mereka menjawab bahwa mereka menganggapnya lucu. Yang kemudian dia jelaskan bahwa penulis telah melakukan pekerjaannya secara tertulis dan menciptakan situasi yang lucu; yang harus mereka lakukan sebagai aktor hanyalah menciptakan realitas situasi semaksimal mungkin. Aktornya tidak perlu melucu, tapi hasilnya akan lucu. Hal ini pasti kita alami ketika mengerjakan lakon komikal. Begitu banyak aktor yang mencoba melucu dengan menggambarkan situasi komikal padahal sebenarnya yang harus mereka lakukan hanyalah ‘menemukan realitas situasi’ tersebut dan komedi akan muncul dari realitas situasi tersebut.

Menurut Strasberg, jika aktor mampu menemukan realitas dalam suatu situasi dan menciptakan penggambaran yang jujur, maka aktor akan:

*menyelesaikan tugas utama aktor: berakting – yaitu melakukan sesuatu, baik secara psikologis maupun fisiologis. Ia harus memanfaatkan seluruh kemampuan dan*

*perlengkapannya untuk menciptakan manusia di atas panggung bertindak dalam kondisi yang ditetapkan oleh penulis lakon.*<sup>55</sup>

## **PENUTUP**

‘*The Method*’ Lee Strasberg dikembangkan dari *The System* Stanislavsky, dan perbedaan utama antara keduanya adalah seberapa besar penekanannya pada hal personal, mempengaruhi ingatan untuk membangun penampilan (akting). Metode akting ‘*The Method*’ berfokus hampir secara eksklusif pada pengalaman batin seorang aktor untuk mendorong penampilan dalam pertunjukan, sedangkan ‘*The System*’ Stanislavsky menekankan keseimbangan antara pemikiran batin dan tindakan fisik. Stanislavsky mempertahankan tekniknya di dunia manusia, sedangkan ‘*The Method*’ Strasberg mencakup ‘kerja binatang’ (*animal work*).

Strasberg mengajarkan bahwa meniru gerakan binatang tertentu dapat menghilangkan perilaku pribadi dan fisik aktor, sehingga membantu mereka menciptakan tingkah-laku baru untuk sebuah karakter. Misalnya, Marlon Brando mempelajari kera untuk mempersiapkan penampilannya sebagai Stanley dalam ‘*A Streetcar Named Desire*’.

Stanislavsky sangat percaya pada komunitas aktor yang tampil bersama. Ia berpendapat bahwa para aktor yang berbagi panggung harus menciptakan pertunjukan bersama-sama, dalam persekutuan satu sama lain (Komuni). Strasberg, bagaimanapun, adalah seorang individualis.

“*Seorang aktor harus mampu melakukan perannya di atas panggung tanpa bergantung pada orang lain,*” cetus Strasberg.

<sup>55</sup> Strasberg, L. 1987. *Ibid.*, p. 165.

## DAFTAR PUSTAKA

- Edwards, C. 1966. *The Stanislavsky Heritage*. London: Peter Owen Limited.
- Harrop, J. 1992. *Acting*. London: Routledge.
- Hodge, Alison. (ed). *Twentieth Century Actor Training*. London: Routledge.
- Hull, S.L. 1985. *Strasberg's Method: As Taught by Lorrie Hull*. Woodbridge: Ox Bow Publishing, Inc.
- Lloyd, B. 2006. Stanislavsky, spirituality, and the Problem of the Wounded Actor. *New Theatre Quarterly*, XXII(1): 70-75.
- Merlin, B. 1999. Albert Filozov and the Method of Physical Actions. *New Theatre Quarterly*, XV (3): 228-235.
- Merlin, B. 2003. *Konstantin Stanislavsky*. London: Routledge.
- Stanislavski, C. 1937. *An Actor Prepares*. Translated by Elizabeth Reynolds Hapgood. London: Methuen Ltd.
- Stanislavski, C. 1961. *Creating a Role*. Translated by Elizabeth Reynolds Hapgood. New York: Theatre Arts Books.
- Stanislavski, C. 1963. *An Actor's Handbook: An Alphabetical Arrangement of Concise Statements on Aspects of Acting*. Edited and translated by Elizabeth Reynolds Hapgood. New York: Theatre Arts Books.
- Stanislavski, C. 1985. *My Life in Art*. Translated by J. J. Robbins. London: Methuen Ltd.
- Strasberg, L. 1966. *Strasberg at the Actors Studio: Tape-Recorded Sessions*. R. Hethmon (ed.) London: Lowe and Brydone Limited.
- Strasberg, L. 1987. *A Dream of Passion*. Boston: Little, Brown and Company.
- Thomas, T. 1975. *The Films of Marlon Brando*. New Jersey: Citadel Press.
- Torporkov, V. O. 1979. *Stanislavsky in Rehearsal: the Final Years*. Translated by Christine Edwards. New York: Theatre Arts.
- Whyman, R. 2007. The Actor's Second Nature: Stanislavski and William James. *New Theatre Quarterly*, XXIII (2): 115-123.
- Ates, Alex. *Method Acting vs. Stanislavsky's System*,

<https://www.backstage.com/magazine/article/the-definitive-guide-to-the-stanislavsky-acting-technique-65716/#:~:text=Stanislavsky%20kept%20his%20techniques%20in,new%20mannerisms%20for%20a%20character>, diakses pada 30 September 2023, pukul 15.05 WIB.

[https://en.wikipedia.org/wiki/Konstantin\\_Stanislavski#/media/File:Konstantin Stanislavski in 1938.jpg](https://en.wikipedia.org/wiki/Konstantin_Stanislavski#/media/File:Konstantin_Stanislavski_in_1938.jpg), diakses pada 30 September 2023, pukul 14.25 WIB.

<https://www.britannica.com/biography/Konstantin-Stanislavsky>, diakses pada 30 September 2023, pukul 14.05 WIB.

[https://en.wikipedia.org/wiki/Lee\\_Strasberg#/media/File:Lee\\_Strasberg-1976.jpg](https://en.wikipedia.org/wiki/Lee_Strasberg#/media/File:Lee_Strasberg-1976.jpg), diakses pada 30 September 2023, pukul 14.40 WIB.

<https://www.britannica.com/biography/Lee-Strasberg>, diakses pada 30 September 2023, pukul 15.05 WIB