

RESILIENSI MENTAL DALAM FILM “KEMBANG API”: KAJIAN STRUKTURASI ANTHONY GIDDENS

Muhammad Dian Nazarudin

Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya
muhammad.21067@mhs.unesa.ac.id

Titik Indarti

Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya
Titikindarti@unesa.ac.id

Abstrak

Fenomena kemampuan bertahan hidup (resiliensi) dari segi mental tidak hanya terjadi dalam kehidupan masyarakat, tetapi juga dalam dunia perfilman. Salah satu film yang mengangkat isu fenomena resiliensi mental adalah film “*Kembang Api*” yang diadaptasi dari film Jepang yang berjudul “*3ft Ball and Souls*”. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan komponen resiliensi, unsur pembangun dan peningkatan resiliensi, serta strukturasi resiliensi mental dalam film “*Kembang Api*” dengan menggunakan teori strukturasi dari Anthony Giddens. Metode penelitian ini berjenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif analitik dan data penelitian ini berupa adegan serta dialog antartokoh dengan metode dokumentasi dan SBLC (Simak Bebas Libat Cakap) teknik simak—catat. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) komponen resiliensi dalam film “*Kembang Api*” berupa regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis penyebab masalah, empati, efikasi diri, dan jangkauan, (2) unsur pembangun dan peningkatan resiliensi dalam film “*Kembang Api*” berupa Pilar 1—Perubahan Hidup itu Memungkinkan; Pilar 2—Pola Pikir kita adalah Kunci untuk Meningkatkan Resiliensi; Pilar 3—Berpikir dengan Akurat adalah Kunci; dan Pilar 4—Fokus pada Kekuatan Manusia, (3) strukturasi resiliensi mental dalam film “*Kembang Api*” berupa motivasi tak sadar, kesadaran praktis, dan kesadaran diskursif yang akan dijelaskan dalam penelitian berikut.

Kata Kunci: Resiliensi, Mental, Film, Komponen, Strukturasi.

Abstract

The phenomenon of survival ability (resilience) from a mental perspective occurs not only in society but also within the world of cinema. One film that explores the theme of mental resilience is Kembang Api, which is adapted from the Japanese film 3ft Ball and Souls. This study aims to describe the components of resilience, the elements that build and enhance resilience, as well as the structuration of mental resilience in the film Kembang Api using Anthony Giddens structuration theory. This research employs a qualitative method with a descriptive approach. The data analysis technique used in this study is descriptive-analytic, with the research data consisting of scenes and character dialogues collected through documentation and the SBLC (Simak Bebas Libat Cakap) method, specifically the observation–note-taking technique. The results of the study indicate that: (1) the components of resilience in Kembang Api include emotional regulation, impulse control, optimism, problem cause analysis, empathy, self-efficacy, and reach; (2) the elements that build and enhance resilience in the film consist of: Pillar 1—Life Change is Possible; Pillar 2—Thinking is the Key to Boosting; Pillar 3—Accurate Thinking is Key; and Pillar 4—Refocus on the Human Strengths; (3) the structuration of mental resilience in Kembang Api includes unconscious motivation, practical consciousness, and discursive consciousness.

Keywords: Resilience, Mental, Film, Components, Structuring.

PENDAHULUAN

Kesehatan mental saat ini sedang marak di masyarakat dengan banyaknya gerakan sosial. Data dari sehatnegeriku.kemkes.go.id sebanyak 6,1% penduduk Indonesia yang berusia 15 tahun ke atas mengalami gangguan kesehatan mental Rokom (2023). Munculnya stigma negatif terhadap penyandang gangguan jiwa di masyarakat menyebabkan mereka merasa didiskriminasi serta dikucilkan karena dianggap sebagai sumber aib dan hina, sehingga membuat individu mengalami gangguan kesehatan mentalnya justru enggan untuk meminta pertolongan lebih lanjut karena terlalu takut disudutkan oleh masyarakat awam ataupun dari lingkungan keluarga. Keluarga terkait juga dihadapkan pada tuntutan yang melebihi kemampuan dan hal tersebut menyebabkan ketidakseimbangan dalam beberapa proses, sehingga keluarga tidak dapat beradaptasi dengan keadaan. Putri dan Laeli (2024: 6847) membangun resiliensi tidak hanya penting untuk menghadapi tekanan dan kesulitan yang datang, tetapi juga untuk meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Namun, sebagian masyarakat masih menganggap gangguan pada kesehatan mental sebagai hal yang tabu dan sepele. Ata menunjukkan bahwa angka bunuh diri akibat frustrasi dengan permasalahan yang terjadi di Indonesia cukup tinggi. [Pusiknas.polri.go.id](http://pusiknas.polri.go.id) menunjukkan sebanyak 9,47% ditemukan penemuan mayat dengan kasus bunuh diri di Indonesia. Terbentuknya stigma masyarakat tidak terlepas dari peran keluarga yang turut menjadi jembatan serta penguat citra penderita gangguan mental. Arimbi (2022: 174) menjelaskan bahwa problematika kejiwaan seseorang bisa datang dalam bentuk kondisi mental yang tidak stabil dan gangguan perilaku yang menyebabkan kesulitan dalam berekspresi. Mereka seringkali disalah artikan sebagai individu yang rentan terhadap hal-hal negatif seperti suka bertindak kekerasan, pemberontak, berjiwa bebas, kriminal, tidak bisa mengurus diri, bodoh, dsb. Goffman (1963: 2) menyatakan bahwa stigma terhadap penderita gangguan jiwa memiliki dua komponen utama, yaitu yang bersifat publik (reaksi umum dari publik terhadap orang yang menderita gangguan jiwa) dan stigma individu (prasangka orang itu sendiri terhadap gangguan jiwa yang diderita yang cenderung kembali kepada dirinya sendiri).

Film dianggap sebagai alat komunikasi yang ampuh bagi individu yang dituju karena kualitas audio-visualnya dan kapasitasnya untuk menyampaikan informasi (Nurjanah, 2024: 387). Di samping penelitian yang bersifat ilmiah untuk memahami dan menolong manusia serta masyarakat, dunia sastra masih tetap memegang peran vital dalam bidang yang sama, khususnya dalam dimensi-dimensi yang begitu dalam seperti religiositas

manusia yang menentukan sikap kita terhadap diri sendiri, buah-buah sastra mengisi apa yang tidak mungkin diisi oleh ilmu pengetahuan dan ikhtiar-ikhtiar kemanusiaan lain (Mangunwijaya, 1992: 7). Setiap individu dapat menerima dan menghadapi permasalahan yang kompleks dan tidak terduga dengan kemampuan bertahan hidup (resiliensi) dengan cara mereka tersendiri. Resiliensi atau disebut ketahanan merupakan pola pikir yang memungkinkan untuk mencari pengalaman baru dan ketahanan memberikan kepercayaan diri untuk mengambil tanggung jawab dalam menghadapi risiko (Reivich dan Shatté, 2002: 24). Reivich & Shatté mengembangkan konsep resiliensi dalam konteks psikologi dengan menekankan pada faktor-faktor yang dapat membantu seseorang untuk tetap kuat dan berhasil dalam menghadapi kesulitan. Sementara (Glick, dalam Deborah 2018: 124) resiliensi merupakan kemampuan seseorang dalam bertahan dan bangkit kembali (*bounce back*) terhadap tantangan hidup yang mengancamnya. Seseorang resilien dikatakan pernah mengalami peristiwa yang dianggap traumatis oleh orang lain. Namun, seseorang tersebut dapat bertahan. Bahkan, ia memiliki kemampuan untuk berkembang, mendewasakan, dan meningkatkan kompetensi diri dalam lingkungan yang tidak sesuai dengannya. Film "*Kembang Api*" disutradarai oleh Herwin Novianto, ditulis oleh Alim Sudio yang diadaptasi dari film Jepang yang berjudul "*3ft Ball and Souls*" dan rilis pada tahun 2017 (Santo, 2023). Permasalahan yang dimunculkan dalam film tersebut menarik untuk ditonton. Selain memberi pesan mengenai gangguan kesehatan mental juga menghadirkan permasalahan kejiwaan yang tidak hanya membahas satu karakter saja, melainkan empat karakter yang mengalami gangguan kesehatan mental dengan latar belakang permasalahan mereka masing-masing. Oleh karena itu, film "*Kembang Api*" menjadi objek penelitian yang didasari dengan tingginya angka bunuh diri di tengah masyarakat.

Film yang berjumlah 35.000 penonton tersebut berkisah tentang perjalanan mengeksplorasi pilihan hidup, rasa sakit, dan ketidakmampuan untuk melarikan diri dari suatu situasi. Film tersebut bercerita tentang perjalanan empat karakter utama, yaitu Anggun, Fahmi, Raga, dan Sukma yang merasa putus asa dan ingin mengakhiri hidup mereka dengan cara meledakkan diri menggunakan bola kembang api bertuliskan aksara Jawa yang bertuliskan "*Urip iku Urup*" di tengah bola tersebut. Pada dasarnya film selalu mengabaikan realitas yang tumbuh serta berkembang di dalam suatu masyarakat, sehingga film memproyeksikannya ke dalam sebuah layar lebar (Andrianto dan Febriyanti, 2024: 2221). Film tersebut juga mendekati dengan realitas yang ada saat ini dan membantu menciptakan realitas yang tercipta di

masyarakat. Sehingga, penonton bisa merasakan adanya kedekatan dari film tersebut. Hubungan masyarakat yang baik adalah tentang membangun pemahaman dan kepercayaan bersama antara individu dengan masyarakat (Jefkins, 2003: 56). Berbagai jenis konflik yang dipaparkan pengarang tidak terlepas dari kenyataan bahwa keberadaannya merupakan bagian dari kehidupan manusia.

Reivich & Shatté (2002: 34) menyatakan bahwa terdapat tujuh komponen dalam membangun resiliensi, antara lain regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis penyebab masalah, empati, efikasi diri, dan jangkauan. Pada konteks psikologi, Schoon (2006: 8) resiliensi merupakan proses dinamika yang dilakukan individu dengan menampilkan fungsi adaptif dalam menghadapi permasalahan hidup. Permasalahan yang dimaksud di antaranya adalah faktor sosial ekonomi rendah, memiliki riwayat penganiayaan, kekurangan fisik, penyakit kronis, atau mengalami trauma mendalam. Menurut Herman et al. (dalam Utami dan Helmi, 2017: 55) sumber resiliensi terdiri dari tiga faktor; faktor kepribadian, biologis, dan lingkungan. Dengan begitu antara resiliensi dengan distres psikologis memiliki hubungan yang bertolak belakang di mana semakin tinggi tingkat resiliensi seseorang, maka akan semakin rendah distres psikologisnya, begitupun sebaliknya (Azzahra, 2017: 90). Konsep resiliensi menurut Reivich dan Shatté dalam buku *The Resilience Factor*, menyarankan bahwa kemampuan seseorang untuk bangkit dari kesulitan dapat dikembangkan melalui perubahan pola pikir dan pengelolaan emosi yang lebih baik. Menurut Rinaldi (2010: 101) bahwa kepribadian yang stabil di mana ciri tersebut dapat dilihat dari kemampuan individu untuk bangkit kembali dari pengalaman yang buruk. Terdapat empat poin yang Anda sebutkan adalah aspek-aspek kunci dalam membangun dan meningkatkan resiliensi. *Pillar 1: Life Change is Possible* (Perubahan hidup itu memungkinkan). Tidak ada keadaan atau situasi yang bersifat permanen; *Pillar 2: Thinking is the Key to Boosting Resilience* (Pola pikir kita adalah kunci untuk meningkatkan resiliensi); *Pillar 3: Accurate Thinking is the Key* (Berpikir dengan akurat adalah kunci); *Pillar 4: Refocus on the Human Strengths* (Fokus pada kekuatan manusia). Strukturasi menjelaskan tentang hubungan antara agen (individu atau faktor sosial) dan struktur (aturan, norma, dan sumber daya yang membentuk perilaku sosial). Menurut Giddens, struktur dan agen tidak dapat dipisahkan satu sama lain karena keduanya saling memengaruhi dalam praktik sosial. Menurut Giddens, struktur (aturan) bukanlah sesuatu yang statis atau hanya membatasi tindakan manusia, melainkan struktur (aturan) merupakan hasil dari tindakan sosial yang berulang. Motivasi tak sadar; dipahami sebagai suatu keinginan atau

kebutuhan yang berpotensi mengarahkan tindakan, tapi bukan tindakan itu sendiri; Kesadaran praktis; dipahami sebagai adanya pengetahuan yang sudah diandaikan; Kesadaran diskursif; dipahami sebagai konsep yang merujuk pada pemahaman individu tentang konteks sosial dan bagaimana individu menyadari serta memaknai tindakan dan praktik sosial mereka.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang berdasarkan penarasian dan pendeskripsian data (Ahmadi, 2019: 23). Oleh karena itu penelitian kualitatif lebih menekankan dalam menganalisis fenomena sosial, aktivitas, sikap, keyakinan, persepsi, dan pemikiran individu maupun kelompok. Dengan demikian, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan resiliensi, unsur pembangun dan peningkatan, serta strukturasi resiliensi dalam film "*Kembang Api*". Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif karena sifat data penelitian ini naratif dan tidak berkaitan dengan angka. Ratna (2009: 47) metode deskriptif memberikan perhatian terhadap data ilmiah yakni yang berhubungan dengan konteks keberadaannya. Sementara itu, metode deskriptif juga digunakan dalam penelitian ini karena mendeskripsikan dan menganalisis data yang diperoleh. Dengan demikian, jenis penelitian tersebut digunakan untuk mendeskripsikan resiliensi, unsur pembangun dan peningkatan resiliensi, serta strukturasi resiliensi, yang kemudian dianalisis dan diuraikan.

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah film yang berjudul "*Kembang Api*". Data penelitian ini berupa dialog dan adegan yang berhubungan dengan rumusan masalah. Peneliti menggunakan metode dokumentasi untuk menangkap data dengan cara mengunduh film "*Kembang Api*" dan menggunakan metode SBLC (Simak Bebas Libat Cakap) dengan teknik simak—catat untuk menganalisis data pada dialog dan adegan film yang telah diperoleh. Teknik ini digunakan untuk mendapatkan data pada film "*Kembang Api*", dengan menyimak informasi yang terdapat serta menyusunnya menjadi transkripsi film. Teknik penganalisisan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif analitik; (1) Mencari hubungan data penelitian dari dialog dan adegan film "*Kembang Api*" serta artikel dari media *online* yang berkaitan dengan masalah penelitian; (2) Menafsirkan data penelitian dari dialog dan adegan film "*Kembang Api*" serta dari artikel dari media *online* guna menemukan bentuk resiliensi mental yang terjadi; (3) Menelaah kembali data dari dialog dan adegan film "*Kembang Api*" serta dari artikel dari media *online* yang berkaitan dengan masalah penelitian;

(4) Menarik sebuah kesimpulan yang berisi hasil dari permasalahan yang terdapat dalam masalah penelitian. Deskriptif analitik dilakukan dengan mendeskripsikan fakta-fakta dalam karya sastra (Ratna, 2009: 34). Teknik uji keabsahan data penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan meningkatkan ketekunan dilakukan dengan cara mengecek data yang diperoleh, kemudian membandingkannya dengan berbagai artikel resiliensi dalam film yang menjadi sumber referensi penelitian ini. Teknik triangulasi merupakan metode pengumpulan data yang menggabungkan berbagai sumber dan data (Sugiyono, 2013: 273).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Komponen Resiliensi Reivich & Shatté dalam film “Kembang Api

Regulasi emosi merupakan salah satu komponen resiliensi yang ditemukan dalam film “*Kembang Api*”. Data ini diambil dari adegan dan dialog film “*Kembang Api*”. Data tersebut dijelaskan lebih lengkap dalam hasil penelitian berikut:



Gambar 1 Film *Kembang Api* 09:14—09:52

Pak Fahmi: “Kalau kembang api ini meledak, cahayanya akan *hu ... (memeragakan kilauan kembang api)* terbang tinggi menembus langit Jakarta. Bahkan Monas aja lewat”

(*Sukma kaget*)

Raga: “Monas?” (*heran*)

Pak Fahmi: “Iya, kenapa?”

Raga: “*Ehm, kalau menurut saya Monas gak terlalu tinggi, pak. Masih banyak gedung-gedung yang jauh lebih tinggi*”

Pak Fahmi: “Maksud saya itu cuman simbol, seperti ‘Eiffel’ di Paris ... atau ...” (*obrolan pak Fahmi dipotong*)

Sukma: “Bisa berhenti ngomongin Monas?” (*menangis*)

(*Semuanya terdiam*)

Sukma: “Bisa kita mulai? Lebih cepat lebih baik” (*membersihkan air mata*)

KR/Re/1/09:14—09:52

Adegan (1) terjadi saat mereka sedang berdiskusi tentang kembang api. Pak Fahmi mencoba menjelaskan tentang gambaran kembang api yang terbang tinggi menembus langit Jakarta, bahkan sampai melewati Monas. Sukma yang mendengar pernyataan itu menunjukkan respons emosional yang cukup kuat, yaitu dengan

menangis dan mengungkapkan keinginan untuk segera melanjutkan diskusi tanpa membahas Monas lebih lanjut. Perilaku Sukma yang menangis dan kemudian berusaha menenangkan diri menunjukkan adanya dinamika regulasi emosi yang penting dalam konteks ini. Sukma seakan mengungkapkan ketidaknyamanan atau kebingungan yang dialaminya, meskipun ini tidak langsung dijelaskan. Menangis bisa menjadi bentuk ekspresi dari ketegangan atau ketidaksepakatan dengan pernyataan Pak Fahmi. Hal ini mencerminkan kesulitan dalam mengenali perasaan atau emosi yang muncul, serta kesulitan untuk mengartikulasikan perasaan kepada orang lain. Setelah menangis, Sukma dengan cepat mencoba mengendalikan emosinya. Ini menunjukkan upaya Sukma untuk mengelola emosinya agar tidak mengganggu kelangsungan percakapan dan untuk melanjutkan percakapan tersebut dengan fokus yang lebih produktif. Sukma, meskipun terlihat terpengaruh emosinya, berusaha untuk tetap melanjutkan percakapan dan tidak membiarkan perasaan tersebut menghambat proses diskusi.



Gambar 2 Film *Kembang Api* 1:16:09—1:17:06

(*Suara telepon Raga dari rumah sakit*)

Raga: “Rumah sakit?!” (*segera mematikan panggilan dan mengantongi handphonenya ke saku*)

(*Raga mulai gelisah dan lemas*)

Sukma dan “Mas?”

Pak Fahmi:

Pak Fahmi: “Kenapa, mas? Mas gapapa?”

Raga: “O—obat sa—ya” (*menunjuk ke tas*)

Pak Fahmi: (*membuka tas Raga*) “Di mana? Oh i— ini!”

(*Raga segera meminum obat*)

Sukma: “Mas? Mas selalu begini kalau ada telepon dari rumah sakit?”

(*Raga menghela nafas*)

Raga: “Saya takut, mbak. Saya takut dipanggil kerja”

KR/Re/2/1:16:09—1:17:06

Pada adegan (2), Raga menerima telepon dari rumah sakit yang langsung memicu reaksi gelisah dan lemas. Raga tampak cemas dan takut, dia segera mematikan panggilan telepon dan menyembunyikan handphonenya di saku. Sukma dan Pak Fahmi yang melihatnya segera bertanya tentang keadaannya. Raga menjelaskan bahwa dia takut dipanggil untuk bekerja dan

ketakutannya tersebut memengaruhi reaksi fisik dan emosionalnya. Momen ini menggambarkan bagaimana telepon dari rumah sakit memicu kecemasan pada Raga yang langsung menunjukkan respons emosional intens dan juga reaksi fisik seperti gelisah dan lemas. Regulasi emosi merupakan kemampuan untuk tetap tenang di bawah tekanan. Reivich & Shatté menjelaskan bahwa mengenali dan memahami emosi adalah langkah pertama dalam regulasi emosi. Raga tampaknya sadar akan ketakutannya, meskipun ia tidak langsung mengartikulasikan alasan di balik kecemasannya. Raga secara terbuka mengakui perasaan ketakutannya. Dengan memahami perasaan tersebut, ia menjadi lebih sadar akan sumber kecemasannya yaitu ketakutan untuk dipanggil bekerja oleh rumah sakit.

Pengendalian impuls merupakan salah satu komponen resiliensi yang ditemukan dalam film “*Kembang Api*”. Data ini diambil dari adegan dan dialog film “*Kembang Api*”. Data tersebut dijelaskan lebih lengkap dalam hasil penelitian berikut:



Gambar 3 Film *Kembang Api* 32:22—32:50

- Raga: “Mau mati aja susah” (*Raga mondar-mandir*)
- Pak Fahmi: “Enggak, enggak mas ... enggak susah. Kalau Anggun itu gak muncul gak akan susah mas”
- Raga: “Pak kalau misal ini berulang-ulang terus, nanti dia muncul lagi”
- Pak Fahmi: “Tunggu-tunggu ... denger-denger ... gini-gini ... kita harus cegah dia muncul lagi dari sini, jangan ikutan bunuh diri. Selama dia ikutan bunuh diri, kacau kita”

KR/Pi/3/32:22—32:50

Melalui dialog (3) tergambar bagaimana ketegangan emosional yang dialami Raga serta upaya Pak Fahmi untuk mengingatkan bahwa meskipun rasa putus asa dan dorongan impulsif muncul, ada baiknya untuk mengendalikan perasaan tersebut agar tidak melibatkan perilaku ekstrem, seperti bunuh diri. Adegan ini memperlihatkan situasi yang sangat emosional, di mana pengendalian impuls menjadi penting untuk mencegah keputusan yang merugikan. Menurut Reivich & Shatté, langkah pertama dalam pengendalian impuls adalah mengenali dorongan impulsif yang muncul. Pada adegan ini, Raga dengan jelas menunjukkan dorongan untuk melampiaskan rasa frustrasi dan keputusasaannya, meskipun ia tidak menyebutkan niat untuk bunuh diri

secara langsung. Ucapannya, “*Mau mati aja susah,*” menunjukkan perasaan putus asa yang kuat dan dorongan impulsif ini mencerminkan kesulitan dalam mengendalikan perasaan yang datang begitu mendalam.



Gambar 4 Film *Kembang Api* 44:25—45:06

- Pak Fahmi: “Karena saya sudah bikin surat bunuh diri buat anak dan istri saya”
(*Raga shock*)
- Pak Fahmi: “Emangnya kamu ga bikin?”
- Raga: “Ya ... ngapain? Saya kalau mau mati, ya mati aja” (*bingung*)
- Pak Fahmi: “Ya ... bukan gitu tujuannya, surat bunuh diri itu dibikin buat yang pertama, kita omongin ke mereka kalau kita sayang sekali sama mereka. yang kedua, ini adalah jalan terbaik yang kita tempuh. Bukan malah gak tahu diri seenaknya aja ...” (*obrolan pak Fahmi dipotong*)
- Raga: “Bapak kelilit hutang?”
- Pak Fahmi: “Tahu dari mana kamu?” (*Kaget-memalingkan kepala*)
- Raga: “Ya ... biasanya orang yang kelilit hutang bunuh diri ninggalin surat isinya kayak gitu, ya ... sama aja kayak yang saya lihat di film-film, pak”
(*Pak Fahmi terdiam*)

KR/Pi/4/44:25—45:06

Potongan dialog (4) mencerminkan reaksi Pak Fahmi yang cukup emosional dan agak terburu-buru ketika berbicara tentang tujuan surat tersebut. Ia merasa frustrasi dan meluapkan emosi dengan cara yang langsung, mencerminkan potensi kurangnya pengendalian impuls. Sementara, Raga memberikan komentar yang langsung mengarah pada topik yang sensitif—kelilit masalah atau situasi yang mungkin telah terjadi pada Pak Fahmi (kelilit hutang). Ini memicu respons cepat dari Pak Fahmi yang tampak kaget menunjukkan adanya peningkatan ketegangan dalam percakapan. Pengendalian impuls yang baik dalam hal ini akan melibatkan Pak Fahmi untuk tetap tenang, tidak langsung terbawa perasaan, dan merespons dengan lebih hati-hati tanpa meledak atau menyerang. Mengingat topik yang sensitif dan emosional, ia bisa memilih untuk menanggapi Raga dengan sikap yang lebih terukur, misalnya dengan bertanya lebih lanjut atau memberi penjelasan secara lebih rasional. Pada dasarnya, pengendalian impuls dalam situasi seperti ini berarti mampu menahan dorongan untuk bereaksi secara

berlebihan atau terlalu cepat dan memberi ruang untuk berpikir lebih jernih sebelum merespons. Orang yang kuat dalam faktor kecerdasan ketahanan pengendalian impuls juga cenderung tinggi dalam regulasi emosi. Ini adalah keterampilan penting dalam menjaga komunikasi yang efektif dan menghindari eskalasi konflik.

Optimisme merupakan salah satu komponen resiliensi yang ditemukan dalam film “Kembang Api”. Data ini diambil dari adegan dan dialog film “Kembang Api”. Data tersebut dijelaskan lebih lengkap dalam hasil penelitian berikut:



Gambar 5 Film Kembang Api 1:27:40—1:28:06

(*Anggun menelepon mama*)

Anggun: “Ma, Anggun udah nyolong uang mama”

Mama: “Mama gak peduli! Urusan uang gak ada artinya, Anggun (*Mama berusaha meakinkan Anggun*)

Mama janji sama papa, kita sama-sama ngadepin mereka yang nyakitin kamu ... ya? Kita lalui ini sama-sama. Pulang ya, nak?” (*mama menangis*)

KR/O/5/1:27:40—1:28:06

Pada konteks (5) dapat dilihat bahwa komponen optimisme dalam resiliensi Reivich & Shatté dijelaskan sebagai kemampuan untuk melihat masa depan dengan harapan dan keyakinan, bahkan ketika menghadapi kesulitan atau tantangan. Pada saat Anggun mengakui perbuatannya yang mencuri uang dari mama, respons mama menunjukkan optimisme yang sangat jelas. Mama Anggun merasa sedih dan menangis, ia mencoba untuk memberikan perspektif positif dengan mengatakan bahwa urusan uang tidak penting dan mereka akan bersama-sama menghadapi masalah ini. Individu yang tangguh adalah individu yang optimis, mereka percaya bahwa segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik.



Gambar 6 Film Kembang Api 1:30:12—1:30:58

Raga: ”Saya gak ngerti, pak? Memang kalau tua boleh menyerah?”

Pak Fahmi: “Maaf, mas. Energi kita udah habis, berat rasanya kalau mulai dari nol lagi” (*menundukkan kepala*)

Raga: “Saya rasa kalau mulai dari nol, enggak pak. Karena jujur ketika saya melihat kembang api ini pertama kali, saya sangat kagum, pak. Kemampuan yang bapak punya gak banyak orang punya seperti ini. Saya yakin di luar sana masih banyak orang yang mau pakai jasa bapak dan bapak pasti bisa bikin kembang api yang lebih canggih daripada yang ini, pak”

KR/O/6/1:30:12—1:30:58

Komponen optimisme Reivich & Shatté dapat dimaknai ketika Raga merespons pesimisme yang disampaikan oleh Pak Fahmi. Dia menunjukkan ketidakpastian dan keputusan terkait masa depannya. Namun, Raga menanggapi dengan keyakinan dan harapan, ia mengatakan bahwa meskipun Pak Fahmi merasa seperti sudah kehabisan energi, tetapi masih ada potensi besar yang dapat digali khususnya dalam bidang kemampuan unik yang dimiliki oleh Pak Fahmi—membuat kembang api yang luar biasa. Optimisme menyiratkan bahwa percaya memiliki kemampuan untuk mengatasi kesulitan yang akan muncul di masa depan. Optimisme, dalam hal ini adalah kemampuan Raga untuk melihat potensi masa depan dengan penuh harapan, meskipun Pak Fahmi merasa putus asa dan lelah. Raga menggambarkan bagaimana kemampuan Pak Fahmi dalam membuat kembang api adalah suatu keahlian yang langka dan sangat dihargai, yang masih dapat dimanfaatkan meskipun merasa seperti berada di titik terendah. Raga berfokus pada kekuatan dan bakat Pak Fahmi yang mengarah pada keyakinan bahwa meskipun saat ini terasa sulit, tetapi ada banyak kesempatan di luar sana yang bisa membantu Pak Fahmi bangkit dan kembali berkreasi.

Analisis Penyebab Masalah merupakan salah satu komponen resiliensi yang ditemukan dalam film “Kembang Api”. Data ini diambil dari adegan dan dialog film “Kembang Api”. Data tersebut dijelaskan lebih lengkap dalam hasil penelitian berikut:



Gambar 7 Film Kembang Api 05:34—05:58

Pak Fahmi: “Seperti generasi sekarang, generasi milenial. Luarnya romantis, dalamnya galau, luarnya happy dalamnya sedih. Luarnya sok tegar padahal dalamnya manja” (*tertawa mengejek*)

Raga: "Anak bapak gitu maksudnya?"
(*pak Fahmi terdiam dan merasa tersinggung*)

KR/Apm/7/05:34—05:58

Situasi dalam dialog (7) menggambarkan analisis penyebab masalah dalam resiliensi Reivich & Shatté dapat dijelaskan melalui cara Raga merespons pernyataan Pak Fahmi. Menurutnya generasi milenial tidak mencerminkan keadaan batin mereka. Ia menggambarkan generasi muda sebagai terlihat bahagia atau tegar di luar, tetapi sebenarnya merasa galau atau rapuh di dalam. Hal tersebut mencerminkan penilaian atau pandangan terhadap apa yang dilihat sebagai masalah atau ketidaksesuaian antara apa yang ditunjukkan dan apa yang sebenarnya dirasakan (Reivich dan Shatté, 2002: 43). Pada konteks percakapan ini, Pak Fahmi mungkin melihat perbedaan antara penampilan luar dan perasaan pada generasi milenial sebagai sebuah masalah atau ketidakmampuan mereka dalam mengelola perasaan secara terbuka. Namun, analisis ini dilakukan tanpa sepenuhnya memahami konteks perasaan atau alasan yang mendasari perbedaan tersebut, yang mengarah pada stereotip atau penilaian yang tidak sepenuhnya akurat.



Gambar 8 Film *Kembang Api* 23:40—24:05

Pak: "Mbak kenapa sih, mbak? Seperti
Fahmi: punya trauma dengan kata Monas
setiap ..." (*Sukma memotong obrolan
pak Fahmi*)
Sukma: "Berhenti ngomongin Monas!"
(*membentak*)
Pak: "Maaf, mbak. Saya Cuma mau
Fahmi: bilang saya pernah ngalamin ..."
Sukma: "Saya gak peduli bapak *déjà vu* atau
gak! Saya cuma mau mati!"

KR/Apm/8/23:40—24:05

Melalui dialog (8) tercermin bahwa adanya emosi yang intens dan komunikasi yang tidak efektif antara Pak Fahmi dan Sukma. Sukma terlihat sangat emosional, terpicu oleh kata "Monas" yang diucapkan oleh Pak Fahmi. Tindakannya membentak dan mengatakan bahwa dia tidak peduli menunjukkan bahwa dia merasa terancam atau terganggu oleh sesuatu yang mungkin tidak sepenuhnya dipahami oleh Pak Fahmi. Mungkin ada pengalaman masa lalu yang menyakitkan atau trauma yang terkait dengan "Monas" yang tidak diungkapkan. Pada konteks resiliensi, Reivich & Shatté menyarankan agar mengidentifikasi perasaan dan pemikiran yang muncul

dalam situasi yang membuat individu stres. Sukma mungkin tidak sadar bahwa reaksinya terhadap kata "Monas" dipengaruhi oleh pengalaman buruk atau pikiran negatif yang berkaitan dengan itu.

Empati merupakan salah satu komponen resiliensi yang ditemukan dalam film "*Kembang Api*". Data ini diambil dari adegan dan dialog film "*Kembang Api*". Data tersebut dijelaskan lebih lengkap dalam hasil penelitian berikut:



Gambar 9 Film *Kembang Api* 11:28—12:12

Pak: "Usia kamu berapa? 15? 16? 17?
Fahmi: hidup kamu masih panjang"
Anggun: "Apaan sih, pak. Gak jelas deh
alasanya"
Sukma: "Jelas. Maksud bapak ini kamu
masih muda, masih punya banyak
harapan"
Anggun: "Harapan apa, ya? Saya gak butuh
harapan"
Pak: "Dek gini, ya, kalau cuma patah
Fahmi: hati, putus cinta itu menurut kami
bukan masalah yang berat"
Anggun: "Tunggu-tunggu, bentar ... tapi di
sini saya gak lagi patah hati dan juga
gak galau, bapak kenapa sok tahu
banget, ya?"

KR/E/9/11:28—12:12

Pada fragmen adegan (9) terungkap bahwa komponen empati dari resiliensi Reivich & Shatté dapat dijelaskan sebagai kemampuan untuk memahami dan merasakan perasaan orang lain, serta memberikan respons yang penuh perhatian dan mendukung. Empati bukan hanya tentang mendengarkan kata-kata yang diucapkan, tetapi juga tentang merasakan perasaan yang tidak terucapkan dan memberikan dukungan yang tepat. Pada percakapan ini, Pak Fahmi berusaha mengungkapkan perhatian terhadap Anggun dengan harapan untuk memberikan dorongan semangat kepada Anggun agar menyadari bahwa hidupnya masih memiliki banyak potensi dan peluang. Pak Fahmi ingin memberi perspektif yang lebih positif, tetapi sayangnya, cara penyampaiannya kurang tepat bagi Anggun pada saat itu. Anggun merasa tidak dipahami dan merespon dengan ketidaksetujuan. Dari sini, bisa dilihat bahwa Anggun merasa bahwa Pak Fahmi tidak memahami perasaan yang sedang dia alami. Dia kesulitan dan marah karena dia merasa bahwa

masalahnya tidak dipahami dengan baik oleh orang lain, bahkan Pak Fahmi yang berusaha menasehati. Pada bagian berikutnya, Sukma mencoba untuk menjelaskan maksud Pak Fahmi dengan mengatakan, “*Jelas. Maksud bapak ini kamu masih muda, masih punya banyak harapan.*” Namun, Anggun tetap merasa bahwa apa yang disampaikan Sukma dan Pak Fahmi tidak sesuai dengan perasaannya saat itu. Ini menunjukkan bahwa Anggun merasa sangat terputus dengan harapan atau dukungan dari orang lain pada saat itu.



Gambar 10 Film *Kembang Api* 55:14–55:42

(kilas balik Raga)
(suara telepon mama Raga)

Mama: “Kemarin mama sama papa datang ke acara ulang tahun kakek, kamu ditanyain terus. ‘Mana pak dokter? Mana pak dokter?’ Mama cuman bisa jawab, kamu sibuk di rumah sakit”

Raga: “Iya, ma” (*menundukkan kepala*)

Mama: “Raga, kamu baik-baik aja, kan? Kok suara kamu lemas gitu, kamu capek ya? Kamu harus istirahat yang cukup, makan yang bener, ya?”

(Raga merendamkan tubuhnya ke bak mandi dengan memakai jas dokternya)

KR/E/10/55:14—55:42

Pada dialog (10) narasi memperlihatkan perubahan empati, dapat ditemukan dalam adegan Mama Raga berbicara dengan penuh perhatian dan kasih sayang terhadap Raga. Meskipun Raga tidak secara langsung mengungkapkan perasaannya, Mama memperhatikan bahwa suara Raga terdengar lemas dan dia menunjukkan perhatian terhadap kesehatannya, “*Kamu baik-baik aja, kan? Kok suara kamu lemas gitu, kamu capek ya? Kamu harus istirahat yang cukup, makan yang bener, ya?*” Kalimat ini menunjukkan bahwa Mama tidak hanya peduli dengan fisik Raga, tetapi juga dengan kesejahteraannya secara emosional dan mentalnya. Mama mencoba untuk memberikan dukungan tanpa menghakimi dengan cara yang penuh perhatian. Namun, meskipun Mama berusaha mengungkapkan empati, Raga tidak mampu merespons secara terbuka. Raga hanya menjawab dengan “*Iya, ma*”, dan terlihat tidak terlalu mengungkapkan perasaan atau respons positif terhadap perhatian yang diberikan oleh mamanya. Bahkan, dalam kilas balik itu, Raga malah merendamkan tubuhnya ke dalam bak mandi sambil masih mengenakan jas dokter, sebuah simbol perasaan terjebak

dalam peran yang diembannya. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun Mama sudah berusaha empati, Raga mungkin merasa sangat tertekan, cemas, dan kesulitan untuk mengungkapkan perasaan atau menerima dukungan yang ditawarkan.

Efikasi diri merupakan salah satu komponen resiliensi yang ditemukan dalam film “*Kembang Api*”. Data ini diambil dari adegan dan dialog film “*Kembang Api*”. Data tersebut dijelaskan lebih lengkap dalam hasil penelitian berikut:



Gambar 11 Film *Kembang Api* 1:13:20—1:13:35

Pak Fahmi: “Dulu saya seumur dia gak pernah merasa gitu, sering juga saya dibully. Gak pernah kepikiran untuk bunuh diri. Payah anak sekarang, mentalnya lemah!”

KE/Ed/11/1:13:20—1:13:35

Pada lanjutan alur cerita, ditemukan (11) mengindikasikan bahwa Pak Fahmi menunjukkan ketidakpahaman atau kurangnya empati terhadap efikasi diri dalam konteks perasaan dan pengalaman yang dialami oleh generasi yang lebih muda, seperti Anggun. Efikasi diri (*self-efficacy*) dalam model resiliensi Reivich & Shatté merujuk pada keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengatasi tantangan atau kesulitan yang dihadapi. Hal ini sangat terkait dengan cara individu merespons stres atau perasaan kesulitan dalam hidup. Pada kalimat “*Dulu saya seumur dia gak pernah merasa gitu, sering juga saya dibully. Gak pernah kepikiran untuk bunuh diri. Payah anak sekarang, mentalnya lemah!*” Alih-alih menyarankan peningkatan efikasi diri atau memberi dorongan untuk meyakinkan Anggun tentang kemampuannya dalam menghadapi tantangan, Pak Fahmi malah meremehkan pengalaman yang dialami oleh Anggun.



Gambar 12 Film *Kembang Api* 1:18:03—1:18:29

Anggun: “Terus ini gimana? Harus ada cara lain gitu supaya kita tetep mati gitu? Gak kayak gini lagi?”

Sukma: “Ehm... Anggun, sepertinya kita dikasih kesempatan kedua” (*berusaha menjelaskan ke Anggun*)

Anggun: “Buat?”

Sukma: “Supaya kita bisa berpikir tentang apa yang kita inginkan”

KR/Ed/12/1:18:03—1:18:29

Pada dialog (12), tampak bahwa Anggun menunjukkan rasa putus asa dan kebingungannya terkait dengan perasaan dan keputusan yang dia hadapi, di mana dia mempertanyakan apakah ada cara lain untuk melanjutkan kehidupannya. Pada hal ini, efikasi diri—yaitu keyakinan individu pada kemampuannya untuk memengaruhi atau mengatasi situasi dalam hidup—berperan besar. Pada percakapan ini, Anggun merasa tidak memiliki kontrol atau kemampuan untuk merubah kondisinya dan merasa bahwa satu-satunya pilihan adalah untuk mengakhiri hidupnya. Ketika dia bertanya, “*Harus ada cara lain supaya kita tetep mati gitu? Gak kayak gini lagi?*”, ini menunjukkan ketidakmampuannya untuk melihat kemungkinan-kemungkinan lain dalam hidupnya—dia merasa terjebak dalam perasaan putus asa dan tidak melihat jalan keluar.

Jangkauan merupakan salah satu komponen resiliensi yang ditemukan dalam film “*Kembang Api*”. Data ini diambil dari adegan dan dialog film “*Kembang Api*”. Data tersebut dijelaskan lebih lengkap dalam hasil penelitian berikut:



Gambar 13 Film *Kembang Api* 17:48—18:05

Raga: “Sore, mau tanya. Apa benar ini pertemuan buat grup ... (*Pak Fahmi memotong obrolan Raga*)

Pak Fahmi: “Kamu?”

Raga: “Apa benar ini meeting point grup ‘Kembang Api’?”

Pak Fahmi: “Iya. Mas ‘*Anggrek Hitam*’, ya?”

KR/J/13/17:48—18:05

Percakapan (13) memperlihatkan bahwa Raga bertanya tentang apakah pertemuan itu benar untuk grup “*Kembang Api*” dan Pak Fahmi mengonfirmasi sambil menyebutkan nama lain (“*Mas ‘Anggrek Hitam’*”). Ini menunjukkan adanya interaksi sosial dan pertukaran informasi yang merupakan bagian dari jangkauan dalam resiliensi. Raga berusaha mencari informasi dari Pak Fahmi dengan bertanya, sementara Pak Fahmi menjawab dengan memberikan klarifikasi, yang membuka

kesempatan bagi mereka untuk saling berkomunikasi dan memahami situasi lebih jelas.

2. Unsur Pembangunan dan Peningkatan Resiliensi Reivich & Shatté dalam film “*Kembang Api*”

Pillar 1: *Life Change is Possible* merupakan salah satu unsur pembangunan dan peningkatan yang ditemukan dalam film “*Kembang Api*”. Data ini diambil dari adegan dan dialog film “*Kembang Api*”. Data tersebut dijelaskan lebih lengkap dalam hasil penelitian berikut:



Gambar 14 Film *Kembang Api* 48:15—50:20

Pak Fahmi: “Saya dulu kerja di pabrik kembang api, tugas saya adalah mendesain *event-event* yang butuh pesta kembang api, misalnya event besar di Ancol, Gelora Bung Karno, atau Monas. Sampai suatu hari saya gagal ...”

(*Beralih ke pesta kembang api. Pak Fahmi mencoba menyalakan kembang api melalui perangkatnya, tetapi kembang api gagal untuk dinyalakan. Hingga atasan Pak Fahmi meminta ganti rugi atas kegagalan yang telah dilakukan oleh pak Fahmi*)

Pak Manajer: “Kerugian ini semua, lo yang tanggung! Dan besok lo gak usah masuk kantor lagi!”

(*pak Fahmi terdiam dan meneteskan air mata*)

PPR/Lcip/14/48:15—50:20

Peristiwa (14) memperlihatkan dinamika tokoh Pak Fahmi menceritakan pengalamannya bekerja di pabrik kembang api, di mana dia berhasil merancang berbagai acara besar. Namun, suatu hari dia mengalami kegagalan besar dan perusahaannya meminta ganti rugi atas kegagalannya dalam menyalakan kembang api. Pak Manajer bahkan memberitahunya bahwa dia diberhentikan atas tindakannya yang merugikan. Ini adalah situasi yang penuh tekanan dan bisa mengarah pada perasaan putus asa atau ketidakmampuan untuk bangkit. Namun, bagian *Life Change is Possible* dalam resiliensi ini terletak pada bagaimana seseorang menghadapi kegagalan atau kesulitan yang besar, dapat membawa perubahan positif yang mungkin terjadi. Meskipun Pak Fahmi merasa dihukum dan tertekan oleh situasi tersebut, resiliensinya akan berkembang jika dia bisa melihat kegagalan tersebut sebagai bagian dari proses belajar dan pemulihan, bukan sebagai akhir dari segalanya.

Pillar 2: Thinking is the Key to Boosting Resilience merupakan salah satu unsur pembangun dan peningkatan yang ditemukan dalam film “*Kembang Api*”. Data ini diambil dari adegan dan dialog film “*Kembang Api*”. Data tersebut dijelaskan lebih lengkap dalam hasil penelitian berikut:



Gambar 15 Film *Kembang Api* 37:04–38:08

- Sukma: “Ini bukannya tinggal diledakin aja, kan?”
- Pak Fahmi: “Iya benar, mbak. Jadi rencana kita sebenarnya ngelarang anak kecil untuk ikut bunuh diri bareng kita”
- Sukma: “Kenapa harus dilarang? Kita semua ke sini tujuannya sama, kan? Hari ini pertama kali saya bangun pagi, saya gak bingung lagi. Saya tahu apa yang mau saya lakukan hari ini. Sampai sini saya ketemu kalian malah jadi bingung. (*menangis*) Kalian kok tega, sih? Kalian ga tahu? Betapa bahagianya saya hari ini”

PPR/Tkbr/15/37:04—38:08

Cuplikan (15) menunjukkan bahwa unsur *Thinking is the Key to Boosting Resilience* dapat dilihat dalam Sukma menghadapi perubahan besar dalam hidupnya dan bagaimana dia merespons tantangan emosional yang dia hadapi. Pada awal percakapan, Sukma berbicara dengan penuh kebingungan dan pertanyaan tentang situasi di sekitarnya. Dia mengungkapkan bahwa hari ini adalah pertama kalinya dia bangun pagi dan tidak merasa kebingungan. Ini menunjukkan bahwa, meskipun ada perasaan kesulitan dan kebingungan dalam hidupnya, Sukma merasakan bahwa ada proses perubahan positif yang terjadi dalam dirinya. Hari ini, dia merasa memiliki tujuan dan arah yang jelas. Hal tersebut merupakan poin penting dalam resiliensi, di mana seseorang meskipun pernah merasa terpuruk atau bingung, mulai menemukan kembali makna dan arah dalam hidupnya.

Pillar 3: Accurate Thinking is the Key merupakan salah satu unsur pembangun dan peningkatan yang ditemukan dalam film “*Kembang Api*”. Data ini diambil dari adegan dan dialog film “*Kembang Api*”. Data tersebut dijelaskan lebih lengkap dalam hasil penelitian berikut:



Gambar 16 Film *Kembang Api* 1:19:47—1:20:44

- Sukma: “Kamu masih muda, Anggun” (*berusaha meyakinkan*)
- Anggun: “Terus? Kenapa kalau emang masih muda? Emang yang boleh bunuh diri cuman orang yang udah tua? (*menatap mereka bertiga*) Nih, mas Raga, emang mas Raga udah tua? Atau emang ada peraturannya, dilarang bunuh diri untuk anak yang di bawah 21 tahun”
- Sukma: “Emang kenyataannya di atas 21 tahun dianggap lebih dewasa dalam berpikir dan bertindak”
- Anggun: “Oh ... jadi saya gak boleh bunuh diri itu karena dianggap saya kurang matang dalam berfikir dan juga bertindak, gitu ya? (*menatap ke langit-langit sambil berjalan kecil*) Sedangkan kalian semua pantas untuk mati bunuh diri karena kalian sudah matang dalam berfikir dan bertindak. Begitu kah pak ‘*langit mendung?*’ mbak ‘*tengkorak putih?*’ mas ‘*anggrek hitam?*’ (*menatap mereka bertiga*)”

PPR/Aty/16/1:19:47—1:20:44

Pada percakapan (16) menyiratkan bahwa Sukma mencoba untuk meyakinkan Anggun bahwa ia masih muda, alasan untuk tidak terburu-buru mengambil keputusan drastis seperti bunuh diri. Sukma mengajak Anggun untuk melihat lebih jauh dan memperhatikan bahwa usianya yang masih muda memberi peluang untuk perubahan dalam hidup. Meskipun pada saat itu Anggun merasa putus asa dan tidak melihat jalan keluar, ungkapan Sukma ini mencerminkan potensi perubahan dalam hidup Anggun yang masih terbuka, meskipun dia merasa tidak ada harapan. Pada konteks *Accurate Thinking is the Key*, hal ini menunjukkan bahwa meskipun seseorang merasa kesulitan atau tidak ada harapan, ada kemungkinan untuk berkembang dan merasakan perubahan positif dalam hidup, terutama dengan adanya dukungan dari orang lain yang dapat membantu melihat potensi dalam diri mereka.

Pillar 4: Refocus on the Human Strengths merupakan salah satu unsur pembangun dan peningkatan yang ditemukan dalam film “*Kembang Api*”. Data ini diambil dari adegan dan dialog film “*Kembang Api*”. Data tersebut dijelaskan lebih lengkap dalam hasil penelitian berikut:



Gambar 17 Film *Kembang Api* 1:13:57—1:14:27

Raga: “Orang yang *dibully* itu kepercayaan dirinya rendah. Kita harus bikin dirinya lebih berharga dengan dia merasa cantik, pintar, dan anak itu juga kelihatannya berbakat. Saya paham ini karena dulu di kuliah saya pelajari”

PPR/Rhs/17/1:13:57—1:14:27

Narasi (17) mengungkapkan pentingnya untuk melihat dan mengembangkan kekuatan, kemampuan, dan potensi positif dalam diri seseorang untuk membantu Anggun lebih tangguh (resilien). Ketika seseorang mengalami masalah atau tantangan, lebih baik untuk mengarahkan perhatian pada apa yang mereka lakukan dengan baik atau kualitas positif yang mereka miliki, bukan hanya mengidentifikasi kelemahan atau kekurangannya. Pada konteks dialog ini, Raga berusaha menunjukkan bagaimana seseorang yang mengalami perundungan dapat merasa lebih berharga dengan mengidentifikasi kekuatan atau kualitas positif dalam dirinya, seperti kecantikan, kecerdasan, atau bakat.

3. Strukturasi Resiliensi Anthony Giddens dalam film “*Kembang Api*”

Motivasi Tak Sadar merupakan salah satu strukturasi resiliensi yang ditemukan dalam film “*Kembang Api*”. Data ini diambil dari adegan dan dialog film “*Kembang Api*”. Data tersebut dijelaskan lebih lengkap dalam hasil penelitian berikut:



Gambar 18 Film *Kembang Api* 02:19—02:51

(Pak Fahmi mengambil foto anak dan istri di sakunya)

Andin: “Pa, kalau Andin gak dapat beasiswanya ... Andin masih tetep kuliah kan, pa? Papa sendiri kan udah janji sama Andin. Ya ... kan, pa?”

(tatapan Pak Fahmi kosong)

SR/Mts/18/02:19—02:51

Pada ungkapan (18) dapat disimpulkan bahwa Andin; anak Pak Fahmi bertanya tentang kelanjutan studinya di Perguruan Tinggi (PT), menunjukkan bahwa

ada harapan atau keinginan besar yang terpendam dalam diri Pak Fahmi untuk memastikan anaknya bisa melanjutkan pendidikan. Walaupun Pak Fahmi tidak mengungkapkan jawabannya dengan kata-kata, tatapannya yang kosong bisa jadi mencerminkan kebingungannya atau perasaan kuat yang tidak dapat dia ungkapkan. Tatapan kosong Pak Fahmi mungkin mencerminkan kecemasan atau kekhawatirannya yang tidak bisa diekspresikan secara terbuka. Dia mungkin tidak ingin menunjukkan rasa khawatir atau ketidakpastian mengenai masa depan Andin, perasaan itu ada di dalam dirinya dan memengaruhi sikap serta tindakannya. Hal ini juga bisa memengaruhi bagaimana Pak Fahmi berusaha bertahan atau beradaptasi dengan situasi yang ada, meskipun dia tampaknya tidak mengungkapkan perasaan tersebut secara verbal.

Kesadaran Praktis merupakan salah satu strukturasi resiliensi yang ditemukan dalam film “*Kembang Api*”. Data ini diambil dari adegan dan dialog film “*Kembang Api*”. Data tersebut dijelaskan lebih lengkap dalam hasil penelitian berikut:



Gambar 19 Film *Kembang Api* 32:51—33:19

Pak Fahmi: “Motivasi kita kuat, kok. Masalah kita juga berat, kecuali si Anggun itu”

Raga: “Bapak jangan sok tahu, pak. Darimana bapak tahu kalau masalahnya Anggun itu gak berat?”

Pak Fahmi: “Anak muda apa sih masalahnya? Hamil engga, berantem sama pacar engga, paling berantem sama orang tua”

Raga: “Ya ... mungkin itu berat bagi Anggun, pak”

Pak Fahmi: “*Eh!* mas. Saya punya anak seumuran dia, tiap hari kita berantem sama dia. Gak pernah dia kepikiran buat bunuh diri kayak gitu”

SR/Kp/19/32:51—33:19

Pada bagian (19) memperlihatkan nuansa Pak Fahmi mencoba untuk merasionalisasi masalah yang dihadapi oleh Anggun dengan mengatakan, “*Anak muda apa sih masalahnya? Hamil engga, berantem sama pacar engga, paling berantem sama orang tua.*” Meskipun niat Pak Fahmi mungkin adalah untuk memberi perspektif pada situasi, tetapi hal ini mencerminkan kurangnya kesadaran praktis mengenai pengalaman subjektif Anggun. Masalah yang tampaknya ringan bagi orang

dewasa, mungkin sangat berat bagi anak muda seperti Anggun. Namun, Raga merespons dengan menunjukkan bahwa dia mencoba untuk melihat situasi dari sudut pandang Anggun. Hal ini merupakan contoh bagaimana kesadaran praktis bisa berkembang melalui usaha untuk memahami pengalaman orang lain. Raga menyadari bahwa meskipun masalah yang dihadapi Anggun mungkin terlihat kecil atau sepele bagi orang lain, dampaknya bagi Anggun bisa sangat besar. Resiliensi dapat ditingkatkan ketika seseorang mampu memahami dan merespons masalah orang lain dengan empati.

Kesadaran diskursif merupakan salah satu strukturasi resiliensi yang ditemukan dalam film “*Kembang Api*”. Data ini diambil dari adegan dan dialog film “*Kembang Api*”. Data tersebut dijelaskan lebih lengkap dalam hasil penelitian berikut:



Gambar 20 Film *Kembang Api* 1:00:08—1:00:52

- Pak Fahmi: “Saya terjebak hutang dan saya mati dengan harapan saya dapat uang asuransi untuk masa depan keluarga saya. Ini foto keluarga saya (*menunjukkan foto keluarga pak Fahmi ke Anggun*)”
- Anggun: “*Wih!* cantik-cantik”
- Pak Fahmi: “Anak gadis saya seusia kamu”
- Anggun: “Langsung kaya, dong, keluarganya, pak?”
- Pak Fahmi: “*Hehe*, emang itu tujuannya”
- Anggun: “Hebat, bapak. Mereka pasti *happy* banget bapak mati, ya?”
- Pak Fahmi: “Ya ... gak juga, lah. Mereka pasti sedih. Keluarga kami itu harmonis, sayang satu sama lain, dekat satu sama lain”

SR/Kd/20/1:00:08—1:00:52

Potongan dialog (20) mencerminkan tokoh Pak Fahmi sedang membagikan cerita tentang keputusannya untuk mengakhiri hidup dengan harapan dapat memberikan uang asuransi kepada keluarganya. Ini mengarah pada pembicaraan yang lebih dalam tentang masalah finansial dan kekhawatiran tentang masa depan keluarga. Pak Fahmi menggunakan foto keluarganya untuk mengilustrasikan hubungannya dengan mereka. Anggun merespons dengan berkata, “*Langsung kaya, dong, keluarganya, pak?*” Ini adalah tanggapan yang terkesan lebih ringan dan mungkin merujuk pada anggapan bahwa uang asuransi dapat langsung

memperbaiki situasi keuangan keluarga Pak Fahmi. Namun, respons Anggun ini menunjukkan kurangnya kesadaran tentang konsekuensi emosional dari keputusan Pak Fahmi, yaitu bahwa meskipun uang asuransi bisa memberikan keamanan finansial, kehilangan seorang anggota keluarga akan sangat menyakitkan. Kesadaran diskursif mengarah pada kemampuan untuk melihat lebih dalam makna yang ingin disampaikan dalam percakapan ini, bukan hanya pada permukaan atau topik yang diangkat.

4. Relevansi Konsep Resiliensi Reivich & Shatté dengan Strukturasi Anthony Giddens

Perpaduan antara konsep resiliensi psikologis dari Reivich dan Shatté dan teori strukturasi Giddens menghadirkan suatu pemahaman yang komprehensif tentang bagaimana manusia membentuk ketahanan mental dalam konteks struktural yang kompleks. Resiliensi, dalam hal ini, bukan hanya kapasitas internal untuk bangkit dari keterpurukan, tetapi juga proses sosial yang melibatkan agen reflektif dalam menegosiasikan struktur hidupnya. Setiap aspek resiliensi yang dijelaskan oleh Reivich dan Shatté (seperti optimisme, pengendalian impuls, dan efikasi diri) terbukti tidak berdiri sendiri, melainkan berkaitan dengan bagaimana individu menginterpretasikan dan merespon struktur sosial tempat ia berada. Misalnya: Efikasi diri yang dimiliki tokoh-tokoh dalam film berkembang seiring meningkatnya kesadaran akan kebebasan untuk bertindak dalam *loop* yang semula dianggap sebagai hukuman. Pengaturan emosi dan empati muncul sebagai hasil dari proses sosial bersama antar tokoh—mereka saling mengingatkan, mendengarkan, dan menunjukkan bahwa kesadaran sosial dapat menjadi sarana untuk menstrukturkan kembali cara berpikir mereka tentang penderitaan.

Konsep ini sejalan secara mendalam dengan pandangan Reivich dan Shatté tentang resiliensi, di mana individu dianggap sebagai subjek yang tidak hanya menerima keadaan sulit sebagai kenyataan final, tetapi justru memiliki kekuatan internal untuk menghadapi, menyesuaikan diri, dan bangkit dari tekanan atau stres. Pada hal ini, individu yang resilien adalah agen yang aktif: ia tidak semata-mata menjadi korban dari kondisi sosial, psikologis, atau lingkungan, melainkan mampu menavigasi kompleksitas tersebut dengan strategi adaptif dan sadar. Misalnya, seseorang yang hidup dalam lingkungan penuh tekanan ekonomi, sosial, atau konflik struktural bisa saja menyerah pada keadaan jika diposisikan sebagai objek dari struktur. Namun, dalam perspektif strukturasi, individu tersebut memiliki kemungkinan untuk bertindak secara reflektif—yaitu mengevaluasi situasi, mengembangkan strategi bertahan, dan secara bertahap mencari celah dalam sistem untuk

menciptakan perubahan bagi dirinya. Di sinilah prinsip resiliensi bekerja, terutama dalam bentuk seperti efikasi diri (keyakinan akan kemampuan mengatasi tantangan) dan regulasi emosi, yang memungkinkan agen untuk tetap stabil secara emosional sekaligus produktif secara tindakan.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa film “*Kembang Api*” menggambarkan proses resiliensi mental individu dalam menghadapi berbagai tantangan dan tekanan hidup. Melalui kajian strukturasi Anthony Giddens, film ini menunjukkan bagaimana tindakan dan keputusan karakter-karakternya, terutama dalam menghadapi krisis dan trauma tidak hanya dipengaruhi oleh struktur sosial yang ada, tetapi juga kemampuan individu untuk memanfaatkan agensi dalam merespons situasi-situasi tersebut.

Komponen utama dari resiliensi mental yang ditunjukkan oleh karakter-karakternya meliputi kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan, menjaga keseimbangan emosi, dan memiliki rasa harapan serta tujuan hidup. Tokoh dalam film ini menunjukkan bagaimana mereka mampu mengatasi berbagai kesulitan dan tekanan hidup melalui pengembangan pola pikir yang positif dan tindakan yang konstruktif.

Unsur-unsur yang membangun dan meningkatkan resiliensi dalam film ini dapat ditemukan melalui hubungan interpersonal yang mendukung, seperti keluarga, teman, dan komunitas (*kembang api*). Dukungan sosial memainkan peran penting dalam memperkuat kapasitas individu untuk bertahan dalam menghadapi trauma dan kesulitan. Sementara itu, aspek internal seperti pengelolaan emosi, optimisme, serta kepercayaan diri juga menjadi faktor yang signifikan dalam peningkatan resiliensi mental.

Strukturasi Anthony Giddens dapat dipahami sebagai hasil dari interaksi antara agen (individu) dan struktur sosial yang ada. Agen-agen dalam film ini tidak hanya dipengaruhi oleh struktur sosial yang membatasi, tetapi juga memiliki kapasitas untuk berperan aktif dalam membentuk makna dan menciptakan perubahan dalam hidup mereka. Sebaliknya, agen dalam film ini menunjukkan bagaimana mereka menggunakan agensi mereka untuk memodifikasi dan menyesuaikan diri dengan struktur yang ada, sehingga menciptakan sebuah proses resiliensi yang dinamis dan terus berkembang. Proses ini memperlihatkan bahwa resiliensi mental bukan sekadar respons terhadap krisis, tetapi merupakan hasil dari interaksi yang berkelanjutan antara individu dan struktur sosial yang ada di sekitarnya.

Konsep agen dalam strukturasi Anthony Giddens memiliki relevansi yang kuat dengan prinsip-prinsip resiliensi menurut Reivich dan Shatté. Keduanya menempatkan individu sebagai subjek yang aktif, reflektif, dan memiliki kapasitas untuk bertindak dalam menghadapi berbagai tantangan yang muncul dari struktur sosial. Agen yang resilien bukanlah sosok pasif yang tunduk pada tekanan lingkungan, melainkan individu yang mampu mengelola emosi, memelihara optimisme, mempertahankan efikasi diri, serta membuat keputusan sadar yang memungkinkan terciptanya adaptasi dan bahkan perubahan sosial. Dengan kata lain, resiliensi bukan hanya kemampuan untuk bertahan dalam kesulitan, tetapi juga merupakan manifestasi konkret dari agensi: kapasitas untuk bertindak, memilih, dan memaknai pengalaman secara reflektif. Pada perspektif ini, resiliensi menjadi fondasi penting bagi individu dalam mereproduksi atau menegosiasikan ulang struktur sosial, sekaligus sebagai kekuatan internal yang memungkinkan munculnya transformasi dalam kehidupan pribadi maupun sosial.

Dengan demikian, penelitian ini menyimpulkan bahwa film “*Kembang Api*” menggambarkan proses resiliensi mental sebagai suatu hal yang sangat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yang saling berinteraksi, yang ditentukan oleh agensi individu serta struktur sosial yang ada. Pendekatan strukturasi Giddens dalam menganalisis resiliensi mental memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana individu membentuk dan mengubah realitas mereka melalui pilihan dan tindakan yang mereka lakukan, serta bagaimana struktur sosial memengaruhi, tetapi juga memberikan ruang bagi agen untuk beradaptasi dan bertahan.

DAFTAR RUJUKAN

- Ahmadi, A. (2019). *Metode Penelitian Sastra*. Gresik: Graniti.
- Andrianto, E., & Febriyanti, S. N. (2024). *Representasi Kebapakan pada Tokoh Ayah Difabilitas dalam Film Miracle in Cell no 7 Versi Remake Indonesia 1*. Nusantera: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial 11(6), 2220-2225.
- Arimbi, S. A. (2022). *Konflik Batin Tokoh Utama dalam Novel Lebih Senyap dari Bisikan Karya Andina Dwifatma (Kajian Psikologi Sigmund Freud)*. BAPALA, 9(6).
- Azzahra, F. (2017). *Pengaruh Resiliensi Terhadap Distres Psikologi pada Mahasiswa*. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 5(1), 91.
- Deborah, S. D. (2018). *Trauma dan Resiliensi pada Wanita Penyintas Kekerasan dalam Rumah Tangga*. Jurnal Ilmiah Psikologi: MANASA, 7(2), 121-130.

- Giddens, A. (2010). *Teori Strukturasi: Dasar-dasar Pembentukan Struktur Sosial Masyarakat*. Pustaka Pelajar.
- Goffman, E. (1963). *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity*. Touchstone, USA.
- Jefkins, F. (2003). *Public Relations Edisi Kelima. Terjemahan Haris Munandar*. Jakarta: Erlangga.
- Mangunwijaya, Y. B. (1992). *Sastra dan Religiositas*. Yogyakarta: Kanisius.
- Nurjanah, H. C., Purbani, W., & Liliani, E. (2024). *Pesan Moral dalam Film Love is Not Enough: Analisis Semiotika Roland Barthes*. *Jurnal Audiens* 5(3).
- Putri, A. E., & Laeli, S. (2024). *Membangun Resiliensi Sepanjang Rentang Kehidupan: Strategi Menghadapi Tantangan dan Tekanan*. *Jurnal Karimah Tauhid*.
- Ratna, N. K. (2009). *Teori, Metode, dan Teknik Penelitian Sastra*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The Resilience Factor*. Broadway Books.
- Rokom. (2023). *Menjaga Kesehatan Mental Para Penerus Bangsa*. Dari <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20231012/3644025/menjaga-kesehatan-mental-para-penerus-bangsa/>. Diakses pada Tanggal 24 Oktober 2024.
- Rinaldi. (2010). *Resiliensi pada Masyarakat Kota Padang Ditinjau dari Jenis Kelamin*. *Jurnal Psikologi*, 3(2), 2010, 101.
- Santo. (2023). *Sinopsis Kembang Api, Rekomendasi Film Indonesia tentang Kesehatan Mental*. dari <https://detik.com/jateng/budaya/d-6608938/sinopsis-kembang-api-rekomendasi-film-indonesia-tentang-kesehatan-mental>. Diakses pada Tanggal 23 Oktober 2024.
- Schoon, I. (2006). *Risk and Resilience Adaptations in Changing Times*. USA: Cambridge University Press.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Utami, C. T., & Helmi, A. F. (2017). *Self-Efficacy dan Resiliensi: Sebuah Tinjauan Meta-Analisis*. *Buletin Psikologi*, 5(1), 54 – 65. 2017, hal. 55.