

***SELF HEALING MELALUI STAND UP COMEDY PADA REMAJA KOMIKA  
BERLATAR BELAKANG BROKEN HOME***

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam  
Jurusan Dakwah dan Komunikasi  
Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta  
Guna Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)



Oleh

**AGUS MASHUDI SODIK**

**NIM.181221002**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

**2023**

## PERNYATAAN KEASLIAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Agus Mashudi Sodik  
NIM : 181221002  
Tempat, Tanggal Lahir : Pamekasan, 18 Agustus 1998  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Jurusan : Dakwah dan Komunikasi  
Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah  
Alamat : Jl. Mayor Achmadi, Jurangkambil, Jeruksawit, Kec.  
Gondangrejo, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah  
57188  
Judul Skripsi : *Self Healing* untuk mengurangi *stres broken home*  
pada remaja komika solo

Menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini benar hasil karya sendiri, jika di kemudian hari terbukti bahwa ia merupakan duplikat, tiruan, plagiat, atau dibuat oleh orang lain, sebagian atau keseluruhan, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal semi hukum.

Demikian Pernyataan ini saya buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sukoharjo, 7 April 2023

Penulis,  


Agus Mashudi Sodik

**Agit Purwo Hartanto, M.Pd**

**DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

---

**NOTA DINAS PEMBIMBING**

Hal : Skripsi sdr. Agus Mashudi Sodik

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta  
di Tempat

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya terhadap Skripsi saudara :

Nama : Agus Mashudi Sodik  
Nim : 181221002  
Judul : *Self Healing* untuk mengurangi *stres broken home* pada remaja komika solo

Dengan ini kami menilai skripsi tersebut dapat di setujui dan diajukan pada Sidang Munaqosyah Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Sukoharjo,  
Pembimbing,



**(Agit Purwo Hartanto, M.Pd)**  
NIK. 19920112 202112 2 004

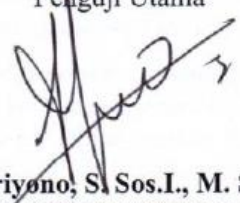
**HALAMAN PENGESAHAN**

**SELF HEALING UNTUK MENGURANGI STRES BROKEN HOME PADA  
REMAJA KOMIKA SOLO**


Disusun oleh:  
**/ Agus Mashudi Sodik**  
**181221002**

Telah dipertahankan di depan Dosen Penguji Skripsi  
Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta  
Pada Hari Rabu Tanggal 9 Agustus 2023  
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial  
Sukoharjo, 27 Oktober 2023


Sukoharjo,  
PANITIA UJIAN MUNAQOSAH  
Penguji Utama

  
**(Triyono, S. Sos.I., M. Si.)**  
NIP. 198210122023211012

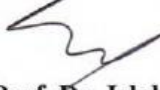
Penguji II/Ketua Sidang

  
**(Arwo Hartanto, M.Pd)**  
NIP. 1920112 202112 2 004

Penguji I/Sekretaris Sidang

  
**(Lintang Seira Putri, MA)**  
NIP. 19910414 201903 2 011

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

  
**(Prof. Dr. Islah, M.Ag)**  
NIP. 19730522 200312 1 001

## ABSTRAK

**Agus Mashudi Sodik, 181221002, *SELF HEALING MELALUI STAND UP COMEDY PADA REMAJA KOMIKA BERLATAR BELAKANG BROKEN HOME*, Skripsi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, Tahun 2023.**

*Broken home* berdampak negatif pada suatu keluarga salah satunya mengalami stres. Menjadi komika dalam kegiatan *stand up comedy* bagi remaja *broken home* menjadi media *self healing* dalam mengatasi stres yang dialami. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *self healing* melalui *stand up comedy* yang terjadi pada remaja komika akibat *broken home* pada komunitas *Stand Up Solo* dalam mengatasi stres.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dan jenis penelitiannya adalah penelitian lapangan. Pendekatan yang dipakai adalah analisis studi kasus terhadap fenomena *broken home* pada komika di Solo Raya. Teknik pengumpulan data yaitu dengan wawancara, observasi dan dokumentasi. Karakteristik informan yang dipakai adalah seorang komika di Komunitas *Stand Up Solo* dan menjadi korban *broken home*. Teknik analisis data yang digunakan yaitu reduksi data, penyajian data dan menarik kesimpulan.

Hasil penelitian adalah *broken home* terjadi pada keluarga menjadikan remaja mengalami stres. Hal tersebut ditandai dengan beberapa akibat yang dirasakan oleh remaja dari stress, seperti tidur yang tidak berkualitas. Tentunya stres akan mengganggu dirinya baik batin maupun fisik seseorang seperti yang sudah kita bahas sebelumnya. Beberapa poin penting yang menjadi terjadinya stres pada seseorang di lingkungan keluarga seperti terjadinya kesalahpahaman, hadirnya orang baru yang tidak sejalan dengan pemikiran di keluarga tersebut. Orang

Upaya yang dilakukan untuk mengatasi dengan bergabung di Komunitas *Stand Up Indonesia* dan menjadi komika. Proses yang dilakukan oleh korban *broken home* yaitu bergabung pada komunitas tersebut. Selanjutnya mereka menjadi komika dan menjadikan *stand up comedy* sebagai media *self healing* menghilangkan stres akibat *broken home*. Melalui kegiatan *stand up comedy* mereka merasa senang karena mereka dapat menghibur orang lain. Suasana tersebut juga membawa dalam positif dalam diri para komika yang sedang stres akibat *broken home*. Melalui pengalaman tersebut mereka konsisten menjadi komika untuk dapat membantu mereka menghilangkan stres.

***Kata kunci: Stand up comedy, Self Healing, Broken home, Stres, Komunitas Stand Up Indonesia chapter Solo.***

## ABSTRACT

**Agus Mashudi Sodik, 181221002 SELF HEALING MELALUI STAND UP COMEDY PADA REMAJA KOMIKA BERLATAR BELAKANG BROKEN HOME. Skripsi Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta 2023.**

*A broken home has a negative impact on a family, one of which is experiencing stress. Becoming a comic in stand up comedy activities for broken home teenagers is a medium for self-healing in dealing with the stress they are experiencing. The aim of this research is to find out the picture of self-healing through stand up comedy that occurs among teenage comics as a result of broken homes in the Stand Up Solo community in dealing with stress.*

*This research uses qualitative methods and the type of research is field research. The approach used is a case study analysis of the broken home phenomenon among comics in Solo Raya. Data collection techniques are interviews, observation and documentation. The characteristics of the informant used are a comic in the Solo Stand Up Community and a victim of a broken home. The data analysis techniques used are data reduction, data presentation and drawing conclusions..*

*The results of the research are that broken homes occur in families, causing teenagers to experience stress. This is characterized by several consequences felt by teenagers from stress, such as poor quality sleep. Of course, stress will disturb a person both mentally and physically, as we discussed previously. Several important points cause stress to someone in the family environment, such as misunderstandings, the presence of new people who are not in line with the thoughts of the family. Person*

*Efforts were made to overcome this by joining the Indonesian Stand Up Community and becoming a comic. The process carried out by victims of a broken home is to join the community. Then they became comics and used stand-up comedy as a medium for self-healing to relieve stress caused by a broken home. Through stand up comedy activities they feel happy because they can entertain other people. This atmosphere also brings positivity to the comics who are stressed due to broken homes. Through this experience, they consistently become comics to help them relieve stress.*

**Keywords: Stand up comedy, Self Healing, Broken home, Stress, Indonesian Stand Up Community Solo chapter.**

## **MOTTO**

“Jangan berduka. Apapun yang hilang darimu akan Kembali dalam bentuk yang lain”

Jalaluddrumi

“Saat kebodohan menguasai kesadaran, maka kesadaran memiliki hak untuk melakukan kebodohan ”

Ibnu Sina

“Tulisan tangan adalah perhiasan karya jari-jemari yang digerakkan oleh kecermelangan emas murni intelektual”

Abu Hayyan Al Tawhidi

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Skripsi ini kupersembahkan kepada:

Bapak dan ibu tercinta, yang telah mendidik dan membersarkanku sampai berada pada titik ini. Selain itu juga kupersembahkan kepada adiku tercinta yang senantiasa memberi warna dalam keluarga.



## **KATA PENGANTAR**

Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Segala puji bagi Allah yang menguasai alam semesta. Shalawat dan salam semoga tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad Saw. Beserta sahabat dan keluarganya.

Puji syukur kehadirat Allah Swt yang telah melimpahkan segala rahmat- Nya serta atas izin-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Namun demikian, skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang telah berkenan membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Oleh karena itu, dengan selesainya skripsi ini saya berterimakasih dan menyampaikan rasa hormat yang dalam kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Mudhofir, M.Pd. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Islah, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said.
3. Bapak Prof. Dr. H. Agus Wahyu Triatmo, M.Ag. selaku Ketua Jurusan Dakwah dan Komunikasi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta
4. Bapak Alfin Mifthahul Khairi., M.Pd. selaku koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam
5. Bapak Dr. Supandi, S.Ag., M.Ag selaku dosen wali selama masa perkuliah.
6. Bapak Agit Purwo Hartanto, M. Pd selaku dosen pembimbing yang penuh kesabaran dan kearifan bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
7. Dewan Penguji Bapak Triyono S.Sos.I., M.Si. selaku penguji utama dan Ibu Lintang Seira Putri, MA. selaku penguji II yang telah berkenan memberikan koreksi, evaluasi, dan arahan kepada penulis agar penulisan skripsi ini lebih baik dan bernilai.
8. Bapak Ibu Dosen Pengajar di program studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, terima kasih untuk ilmunya dan juga

jawaban-jawaban dari pertanyaan saya selama di kelas sehingga saya bisa tercerahkan dan mendapatkan jawaban dari pertanyaan saya.

9. Karyawan dan Karyawati serta seluruh civitas akademik di lingkungan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta atas bantuannya selama di kampus.
10. Ibu Musrifah dan Bapak Muhammad Hasbullah yang sudah membimbing, merawat, dan memberikan perhatian yang luar biasa kepada saya. Tak lupa selalu memberikan Ridho serta do'anya kepada saya, sehingga saya dapat berdiri di titik ini.
11. Adik saya Jefri Andriyawan yang memberikan suport dan dukungan
12. Teman-teman satu Angkatan BKI 2018 yang kusayangi yang selalu memberikan nasihat dan informasi yang baik.
13. Teman-teman organisasi PMII SUKOHARJO, UKM KSR UIN SURAKARTA, PMII, HMJ BKI 2019, DEMA I 2020, UKM OLAHRAGA, DEMA UIN RM Said 2021-2022 dan teman teman kantor saya yang sudah memberikan pengalaman selama masa perkuliahan.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan. Akhirnya semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan semua pihak yang membutuhkannya.

Sukoharjo,  
Yang bersangkutan,

Agus Mashudi Sodik  
NIM. 181221002

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	<b>Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.</b>
PERNYATAAN KEASLIAN KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
NOTA DINAS .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
MOTTO .....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR BAGAN .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan masalah.....	7
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Kajian Teori .....	9
1. Self Healing .....	9
2. <i>Broken Home</i> .....	13
3. Stand Up Comedy .....	15
4. Stress .....	19
B. Hasil Penelitian yang Relevan .....	27
C. Kerangka Berpikir .....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	35

B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	36
C. Subjek dan Objek Penelitian .....	37
D. Teknik Pengumpulan Data.....	38
E. Teknik Analisis Data.....	39
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Tempat .....	41
1. Tempat Penelitian.....	41
2. Profil Komunitas Stand Up Solo .....	42
B. Hasil Temuan Lapangan .....	43
1. Dampak Stres Pada Komika di Komunitas <i>Stand Up</i> Indonesia Solo .....	43
2. <i>Self Healing</i> Melalui <i>Stand Up Comedy</i> untuk Menghilangkan Stres .....	50
3. Hasil Temuan Wawancara.....	53
C. Pembahasan.....	61
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	74
B. Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA .....	76
LAMPIRAN.....	79
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	95

## **DAFTAR BAGAN**

Bagan 1 Kerangka Berfikir .....	33
Bagan 2 Coding Kategori Narasumber 1 atau J .....	56
Bagan 3 Coding Kategori dan Pertanyaan Narasumber Satu atau J .....	57
Bagan 4 Coding Kategori Narasumber Dua atau R .....	60
Bagan 5 Coding Kategori dan Pertanyaan Narasumber Dua atau R.....	61

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Sebagai makhluk sosial, manusia sangatlah penting dalam melakukan komunikasi. Salah satu cara berkomunikasi adalah berbicara. Berbicara bukanlah suatu hal yang mudah dilakukan oleh setiap manusia, apalagi berbicara di depan banyak orang. Selaras dengan pendapat Kusnadi, (2016) yang mengatakan, berkomunikasi adalah sesuatu yang dibutuhkan di hampir setiap kegiatan. Komunikasi dapat membentuk rasa saling pengertian dan menumbuhkan persahabatan, memelihara kasih sayang, menyebarkan pengetahuan dan melestarikan peradaban.

Selain itu berkomunikasi menjadi cara terbaik untuk menyelesaikan suatu permasalahan yang ada pada manusia. Permasalahan sering kali muncul karena faktor pengalaman menyedihkan dan pada dasarnya manusia membutuhkan orang lain dalam menyelesaikan permasalahan tersebut, hal ini sesuai dengan teori ahli filsafat Yunani kuno Aristoteles (384-322 SM) manusia sebagai makhluk sosial. Namun ada beberapa manusia memilih untuk memendam permasalahan tersebut, faktor yang menyebabkan manusia memilih untuk memendam hal tersebut adalah karena mereka takut akan respon negatif yang muncul, sehingga memicu timbulnya stres dan depresi.

Salah satu akibat dari kurangnya komunikasi adalah rusaknya hubungan antar manusia. Banyak hubungan pertemanan, kerabat, keluarga

yang retak dikarenakan kurangnya komunikasi. Data Badan Pusat Statistik (BPS) solo pada *website* solo pos <http://m.solopos.com> menginformasikan 826 jumlah kasus perceraian yang terjadi di kota Solo. Hal ini membuat munculnya anak *broken home* sebagai akibat dari kasus tersebut. Hal yang menjadi titik fokus adalah perkembangan dari anak *broken home* ini kedepannya, apakah mengalami stres atau bahkan depresi, sehingga diperlukan solusi untuk mengatasi hal ini. Badan Pusat Statistik (BPS) Indonesia merilis Statistik Indonesia 2022 dalam [kompas.com](http://kompas.com) yang salah satunya berisi daftar angka perceraian di Indonesia. Jawa Tengah merupakan urutan nomor 3 dengan jumlah perceraian tertinggi di Indonesia pada tahun 2022 yaitu total 75.509 kasus perceraian.

Berdasarkan Kamus Besar Psikologi Chaplin (2006) *broken home* berarti keluarga retak atau rumah tangga berantakan. Jadi *broken home* merupakan rumah tangga tanpa hadirnya salah satu dari orang tua baik ayah ataupun ibu disebabkan karena meninggal, perceraian atau meninggalkan rumah. Keluarga *broken home* cenderung membekali anak dengan masalah dan mempengaruhi tumbuh kembang anak. Dalam hal ini kebersamaan dan interaksi dalam keluarga akan berkurang, sedangkan anak merasa tidak diperhatikan sehingga anak juga akan sering mendengar suara *verbal* dan *nonverbal* serta teriakan dan akan menjadi stimulus anak yang pasti direspon walaupun hal itu menjadi pengalaman yang merugikan bagi anak.

*Broken home* khususnya bagi seorang anak usia remaja sangat tidak baik dan mengakibatkan anak menjadi jenuh dengan kehidupannya sendiri.

Anak remaja korban *broken home* akan mengalami masa sulit apabila dia belum mampu menyesuaikan dengan kenyataan yang dialami. Dalam hal ini dapat mengakibatkan anak remaja penuh dengan berbagai perasaan yang tidak menentu, cemas, sedih, dan sebagainya, di mana anak dilanda harapan dan tantangan, kesenangan dan kesengsaraan dari berbagai kondisi yang harus dapat dilalui dengan perjuangan dan usaha (Novita, 2022).

Kasus *broken home* ini sangat berdampak pada anak usia remaja, sehingga perilaku mereka banyak yang menyimpang dan mengakibatkan kebodohan. Dampak lain seperti terjadinya stres dalam diri seseorang, sehingga memberikan dampak pada diri seseorang. Seseorang yang mengalami stres berdampak pada kesehatan seperti menjadi kurang kualitasnya tidur karena dibebani oleh permasalahan *broken home*. Terjadinya *broken home* dan berdampak pada kondisi stres tersebut terjadi sejak korban masih kecil.

Kondisi tersebut yang dialami oleh para remaja yang mengikuti Komunitas *Stand up* Indonesia *chapter* Solo. Awal mula *broken home* di lingkungan keluarga telah terjadi sejak lama, mereka sekarang pada masa remaja. Pola pikir yang dibangun sudah berbeda dan memiliki kemampuan untuk menghilangkan stres akibat *broken home*. Salah satu yang mereka lakukan yaitu dengan mengikuti komunitas *stand up* Indonesia dan menjadi komika.

Masa remaja dengan kondisi *broken home* cenderung mengalami ketidakbahagiaan, pengendalian diri yang rendah, kepuasan hidup yang



rendah sehingga sering mengalami *stress* (Fatchurrahmi & Sholichah, 2020). Kondisi tersebut yang dirasakan oleh para remaja yang menjadi komika di Komunitas *Stand up* Indonesia *chapter* Solo. Mereka para korban *broken home* memanfaatkan *stand up* sebagai media *self healing* untuk menghilangkan stres.

Hal tersebut sejalan dengan perlu dibangun tumpuan pola pikir yang positif untuk keluar dari permasalahan orang tua yang berpisah maupun masalah lingkungan. Anak adalah korban dari pilihan orang tuanya, ketika orang tua berencana untuk bercerai, itu menjadi kenangan yang menyakitkan bagi mereka. Seperti kasus komika di Komunitas *Stand up* Indonesia *chapter* Solo berinisial R seorang anak remaja yang menjadi korban *broken home* menderita secara *psikis* atau *stress* dan juga menderita secara fisik seperti sulit tidur, tidak nafsu makan dan mudah lelah. Tentu adanya *stand up comedy* sebagai media *self healing* dapat membantu para korban *broken home* menghilangkan stres dalam dirinya.

*Stand up comedy* digunakan sebagai media yang cocok untuk para remaja saat ini dalam meluapkan emosional dan keresahan yang ada dalam pikirannya, banyak remaja korban *broken home* yang bergabung di *Stand up comedy* karena mereka merasa mendapatkan keluarga baru dari komunitas tersebut, serta dapat mengungkapkan permasalahan yang mereka alami. Dilansir dari wawancara dari Tirto.id pada tanggal 13 Juli 2020 menurut Zulkifli Tegar, Direktur EDU *Foundation Stand up comedy* yang menyatakan komedi menjadi sebuah pelepasan emosional dan perasaan.

Peran penting *stand up comedy* menjadi kegiatan positif yang menghibur bagi kalangan banyak. Tidak hanya bagi korban *broken home* saja namun orang-orang lainnya membutuhkan hiburan. Seperti letih akibat aktivitas kerja dan selanjutnya orang membutuhkan sesuatu yang menghibur. Tentu hal tersebut menjadi *trend* baru di Indonesia selain melakukan aktivitas lain atau kegiatan lain.

*Stand up comedy* sebagai kegiatan yang menghibur dan berorientasi pada sesuatu yang lucu menjadi alat atau media seseorang untuk melepas penat akan aktivitas sehari-hari. Tanpa terkecuali juga oleh para korban *broken home* yang membutuhkan kegiatan positif untuk menghilangkan stres akibat *broken home*. Stres yang diakibatkan oleh adanya permasalahan di dalam lingkungan keluarga.

Melalui hasil pengamatan peneliti kemampuan melakukan *self healing* yang dilakukan oleh korban *broken home* tidak hanya sekedar mengikuti kegiatan *stand up comedy*, lebih jauh dari itu mereka menjadi komika atau yang melakukan *stand up comedy*. Peran tersebut yang menjadi salah satu langkah mereka menjadikan kegiatan *stand up comedy* sebagai alat *self healing*. Peneliti mengambil komunitas *stand up comedy* Indonesia *chapter* Solo karena hampir 50% komika yang ada di *stand up comedy* Solo merupakan korban *broken home*. Hal tersebut menunjukkan bahwa para anggota komunitas *stand up comedy* memanfaatkan betul kegiatan tersebut salah satunya untuk media *self healing* untuk menghilangkan stres akibat *broken home*.

Kasus perceraian yang tinggi membuat semakin nyata dinamika di dalam keluarga. Adanya kasus perceraian yang cukup tinggi bukan tidak mungkin akan berdampak pada kondisi psikis maupun fisik. Jika hal tersebut terjadi tentunya perlu adanya tindakan untuk mengatasi permasalahan yang diakibatkan *broken home*. Berbagai permasalahan yang berdampak pada anak korban *broken home* adalah *stress* dan depresi, fisik berupa tidak nafsu makan, mudah lelah, dan sulit tidur.

Pemulihan stres yang dilakukan oleh para korban *broken home* tersebut yaitu dengan mengikuti kegiatan *stand up comedy*. Melalui kegiatan tersebut mereka pakai sebagai media *self healing* untuk mengatasi stres dalam dirinya. Pemulihan akibat *broken home* perlu dilakukan supaya dampak stres tidak berkepanjangan dalam diri korban *broken home*. Melalui permasalahan tersebut maka peneliti akan memfokuskan penelitian dengan judul yaitu *stand up comedy* sebagai media *self healing* komika korban *broken home* dalam mengatasi stress (studi kasus di komunitas *stand up Indonesia chapter Solo*).

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka permasalahan yang muncul dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Perceraian orangtua atau *broken home* sangat berdampak pada psikis dan fisik anak remaja.

2. Permasalahan anak remaja korban *broken home*, misalkan psikologis berupa *stress* dan depresi, fisik berupa tidak nafsu makan, mudah lelah, dan sulit tidur.
3. Pemulihan remaja korban *broken home* dengan melakukan *stand up comedy* sebagai media *self healing* komika *stand up comedy chapter Solo* dalam mengatasi *stress*.

### **C. Pembatasan masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka batasan masalah dalam penelitian ini yaitu *stand up comedy* sebagai media *self healing* komika korban *broken home* dalam mengatasi *stress* di komunitas *stand up comedy chapter Solo*.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dan rancangan judul maka perumusan masalah yang akan penulis kemukakan yaitu “Bagaimana *self healing* melalui *stand up comedy* pada komika korban *broken home* dalam mengatasi *stress* akibat *broken home* di komunitas *stand up comedy chapter Solo*?”.

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran *self healing* melalui *stand up comedy* yang terjadi pada remaja komika akibat *broken home* pada komunitas *Stand Up Solo* dalam mengatasi stres.

### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini yaitu dapat dilihat dari segi teoritis dan praktis sebagai berikut :

## 1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis semoga hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi bagi pengembangan wawasan penelitian ilmu bimbingan dan konseling islam, terutama metode *self healing*.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Masyarakat umum

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi masyarakat untuk dapat mengetahui media atau cara *self healing* terutama korban *broken home* untuk dapat mengatasi *stress*.

### b. Ilmuan atau peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat diaplikasikan di kemudian hari apabila sedang menangani kasus serupa dan dapat dijadikan salah satu bahan rujukan konselor maupun pihak-pihak lain.

### c. Komunitas atau lembaga

Penelitian ini diharapkan menjadi inspirasi bagi para kalangan penggemar *stand up comedy* pada umumnya dan para komika pada khususnya.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Kajian Teori

##### 1. Self Healing

###### a. Pengertian *Self Healing*

*Self-healing* secara harfiah mengandung makna penyembuhan diri, karena kata healing sendiri diartikan sebagai “*a process of cure*” suatu proses pengobatan atau penyembuhan. *Self-healing* dimaksudkan sebagai suatu proses pengobatan atau penyembuhan yang dilakukan sendiri melalui proses keyakinannya sendiri dan juga didukung oleh lingkungan dan faktor eksternal penunjang (Crane & Ward., 2016). *Self-healing* sangat berkaitan dengan keyakinan karena konteks *self* atau diri menjadi elemen yang penting dalam memotivasi kepercayaan diri seseorang. Selain itu, *self-healing* juga berkaitan dengan komunikasi intrapersonal karena adanya proses dialog internal yang terjadi di dalam ruang self itu sendiri. *Self* sendiri dapat dibatasi sebagai “*individu known to individual*” yang di dalamnya memuat sejumlah komponen dan proses yang dapat diidentifikasi seperti kognisi, persepsi, memori, rasa atau hasrat, motivasi, kesadaran, dan hati nurani (Beck, 2002).

Dalam praktiknya *self-healing* merupakan istilah yang salah satunya menggunakan proses yang berprinsip bahwa sebenarnya tubuh manusia merupakan sesuatu yang mampu memperbaiki dan

menyembuhkan diri melalui cara-cara tertentu secara ilmiah (Budiman & Ardianty, 2018). Manusia dianggap sebagai makhluk yang utuh, memiliki pikiran, perasaan dan kemampuan yang luar biasa untuk mengendalikan diri dan menyelesaikan permasalahannya sendiri. Pikiran dan perilaku manusia merupakan suatu keterkaitan, jika pikiran manusia positif maka dapat dipastikan perilakunya pun akan positif, begitu pula sebaliknya, jika pikiran manusia negatif maka dengan tanpa disadari perilakunya pun juga akan negatif.

*Self healing* menjadikan seseorang lebih mengenal tentang dirinya. Dalam konsep spiritual, semakin banyak yang orang ketahui tentang tubuh, atau bahkan sel-sel tubuh, semakin orang tersebut menghargai betapa berharga dan mulianya segala anugerah dalam kehidupan, sehingga saat seseorang lebih mengenal dan menghargai tentang dirinya seseorang tersebut dapat menyembuhkan dirinya karena obat dari penyakit itu terletak pada hati seseorang tersebut (Salisah, 2012).

Islam juga pastinya juga memiliki pandangan tersendiri mengenai *self healing*. berdasarkan penafsiran *Quraish Shihab* (2019) dalam Tafsir Al-Mishbah pada surah Al-Baqarah ayat 152, surah Al-A'raf ayat 201, surah Al-Ra'du ayat 28, surah Az-Zumar ayat 23, surah Āli-Imrān ayat 145, surah Luqmān ayat 12, dan surah Az-Zumar ayat 7, bahwasannya konsep *self healing* dengan zikir dan syukur menurut *Quraish Shihab* (2019) adalah zikir dan syukur dengan keseluruhan

anggota tubuh berupa lisan, hati, pikiran dan perbuatan. Kedua, relevansi penafsiran *M. Quraish Shihab* terhadap praktik *self healing* di Indonesia, yakni eratny keterkaitan zikir dan syukur dalam kesehatan mental. Secara psikologis, zikir mampu memberikan ketenangan jiwa sebagai konsekuensi menurunnya ketegangan pada tubuh serta tumbuhnya keyakinan pada sifat Allah SWT. ketika mengingat-Nya. *Self healing* memberikan manfaat secara psikologis berupa : memperbaiki pikiran negatif, mengurangi rasa ketidak-puasan, menumbuhkan sifat positif serta semangat beribadah (Rahimah, 2022).

**b. Aspek aspek dalam *self healing***

Menurut *Gallup Press* (2016), kesejahteraan merupakan aspek dalam *self healing*. Kesejahteraan bukan hanya tentang kesenangan saja, bukan juga tentang kekayaan dan kesuksesan, atau tentang kesehatan dan kebugaran tubuh. Kesejahteraan bisa dikelompokkan antara lain :

1) Kesejahteraan karir

Merupakan aspek yang paling penting dalam hidup, karena setiap manusia pasti memiliki hal yang ingin dicapai dan dilakukan setiap hari untuk membentuk identitasnya. Sehingga kita perlu untuk mencintai apa yang kita kerjakan dan lakukan setiap harinya. Orang dengan kesejahteraan karir yang baik akan memiliki lebih banyak waktu untuk menikmati hidupnya.

2) Kesejahteraan sosial



Kehidupan dibentuk dari interaksi antar manusia, karena itu manusia tidak bisa lepas dari aspek sosial. Menjalinkan hubungan yang baik dapat membuat hidup kita bertumbuh dan berkembang, serta dapat membantu atau memotivasi kita untuk mencapai tujuan hidup, menikmati hidup, bahkan untuk hidup lebih baik dan sehat. Orang dengan kesejahteraan sosial yang baik akan menginvestasikan waktunya untuk menjalin hubungan yang dapat memberikan energi positif dalam kesehariannya.

### 3) Kesejahteraan finansial

Bukan tentang seberapa banyak uang atau harta yang kita miliki, melainkan tentang keamanan keuangan dan bagaimana kita mengelola uang dengan efektif. Uang memang belum tentu dapat membeli kebahagiaan, tetapi hidup akan terasa sulit untuk bahagia jika kebutuhan harian saja tidak terpenuhi. Orang dengan kesejahteraan finansial yang baik akan merasa puas dengan standar hidupnya, serta memiliki kebebasan untuk melakukan apa yang disukai, dengan siapa dan kapan ia akan melakukannya.

### 4) Kesejahteraan fisik

Keputusan jangka pendek yang kita ambil akan berdampak pada kesehatan kita di masa yang akan datang. Jika kita bijak dalam memilih gaya hidup, seperti menjaga asupan makanan, berolahraga, dan beristirahat, maka kita akan memiliki energi yang lebih, terlihat lebih segar, serta hidup lebih lama. Orang dengan kesejahteraan fisik

yang baik akan mengelola kesehatannya dengan bijak agar dapat menjalani hari esok dengan nyaman, ia akan dapat melakukan banyak hal yang belum tentu dapat dilakukan oleh orang seusianya.

#### 5) Kesejahteraan komunitas

Terlibat dan aktif dalam suatu komunitas dapat meningkatkan arti dan tujuan dalam hidup, serta membentuk gaya hidup yang lebih aktif. Melalui komunitas, kita dapat menyalurkan bakat dan *passion* kita untuk mendukung kebutuhan sosial atau lingkungan sekitar. Orang dengan kesejahteraan komunitas yang baik akan merasa aman dan nyaman terhadap lingkungan sekitarnya, serta merasa telah berada pada jalur hidup yang tepat.

## 2. *Broken Home*

*Broken home* merupakan situasi yang dialami dalam suatu lingkungan keluarga yang berada dalam keadaan tidak harmonis. Kondisi ketidakharmonisan tersebut merupakan kondisi yang tidak diharapkan oleh banyak orang. Ketidakharmonisan tersebut tentunya disebabkan oleh berbagai hal permasalahan atau dinamika dalam lingkungan keluarga. Kondisi *broken home* salah satunya adalah perselisihan antara suami dan istri yang berujung pada perceraian. Akibat dari perceraian ini mengakibatkan kurang lengkapnya atau kurang sempurnanya kasih sayang seorang anak dari kedua orang tuanya. Walaupun salah satu bahkan kedua orang tuanya menikah lagi dengan orang yang berbeda.

*Broken home* berasal dari dua kata bahasa Inggris yaitu “*Broken*” dan “*Home*”. *Broken* memiliki arti bahasa Indonesia “rusak”, sedangkan *home* memiliki arti “rumah”. *Broken home* berarti terjadinya kerusakan atau kehancuran di dalam suatu rumah tangga atau lingkungan keluarga yang disebabkan adanya perselisihan antara suami dan istri (Prasetyo, 2009). Di sisi lain *broken home* juga didefinisikan sebagai suatu keluarga yang tidak hadirnya sosok kedua orang tua karena kematian atau perceraian dan bahkan tidak hadirnya kedua orang tua dalam kehidupan anak (Ahmadi, 2009). Melalui beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa *broken home* adalah suatu kondisi dalam lingkungan keluarga yang tidak utuh karena berbagai hal seperti perceraian, kematian hubungan tidak harmonis. Kondisi tersebut yang akan terkena dampaknya adalah anak-anak (Imron & Bagus, 2019).

Terjadinya *broken home* dapat memberikan pengaruh terhadap pertumbuhan anak dalam lingkungan keluarga (Wulandari & Fauziah, 2019). Lingkungan keluarga yang seharusnya menjadi tempat terbaik untuk tumbuh kembang anak menuju masa remaja maupun dewasa. Keluarga memiliki peran penting dalam keberlangsungan masa depan seorang anak ketika sudah dewasa (Sri, 2012).

Kondisi keluarga yang kurang baik atau *broken home* nampaknya tidak hanya dipandang sebagai sesuatu yang negatif. Kondisi *broken home* juga dapat berdampak positif bagi seorang anak, walaupun kondisi *broken home* perlu dihindari. Hikmah yang dapat diambil bagi anak

korban *broken home* seperti adanya tuntutan untuk menjadi individu yang positif. Tidak adanya keharmonisan dalam keluarga menjadikan perhatian yang didapatkan oleh anak berkurang. Kondisi tersebut membuat anak dituntut untuk beradaptasi dengan kondisi tersebut, seperti contohnya bersikap mandiri tanpa adanya perhatian lebih. Dituntut oleh keadaan seseorang anak kemudian akan berubah pola pikirnya dan ada kemungkinan orang tersebut akan bersikap dewasa karena terbiasa menghadapi permasalahan dalam dirinya (Wulandari & Fauziah, 2019).

Perlu dipahami juga menurut Pratama et al., (2016) dampak negatif yang disebabkan oleh keadaan *broken home* tidak hanya berdampak pada anak namun berdampak pada semua anggota keluarga. Adanya perceraian menimbulkan stres, tekanan dan bahkan berdampak pada perubahan fisik maupun mental yang dialami oleh seluruh anggota keluarga.

### **3. Stand Up Comedy**

*Stand up comedy* pertama kali muncul sekitar tahun 1800 di Amerika yang saat itu masih berwujud *teater*. Saat itu, Amerika membuat teater yang bernama *The Minstrel Show* yang diselenggarakan oleh *Thomas Darmouth Rice*. *The Minstrel Show* memulai kiprahnya pada saat terjadinya perang saudara di Amerika (Kuniati, 2019). Materi lawakannya waktu itu masih sangat sederhana, justru hal ini

mendapatkan apresiasi yang baik dari warga Amerika saat itu terutama dari warga Amerika kalangan menengah ke atas.

Seiring berjalannya waktu, *The Minstrel show* berkembang dan mulai menjurus ke arah teater musik bertema komedi pada segmen pertamanya. Pada segmen kedua, lahirnya segmen yang dinamai *The Olio* yang dibawakan oleh grup yang beranggotakan dua orang bernama *The Endmen* yang dalam aksinya, mereka berpidato menyindir para politisi atau hanya sekedar membahas kehidupan pada umumnya, dari sinilah bermulainya dunia *Stand up comedy*.

Seiring berjalannya waktu, dunia *stand up comedy* masuk dan menyebar keseluruh dunia termasuk Indonesia. Di kawasan Asia, banyak komika-komika terkenal yang muncul dari seni *stand up comedy*, contohnya Akmal Shaleh dari Malaysia, Paul Ogata dari Singapura, Johny Lever dari India, dan Dany Cho dari Korea Selatan. Ada beberapa nama yang tidak bisa dilepaskan dalam *dunia stand up comedy* di Indonesia. Menurut Pandji Pragiwaksono, ada tujuh orang yang menjadi cikal bakal lahirnya *stand up comedy* di Indonesia yaitu Warkop DKI, Taufik Savalas, Ramon Papan, Iwel wel, Indra Yudhistira, Agus Mulyadi, dan Raditya Dika (Ramon, 2016).

Sejak kemunculan *stand up comedy* di Indonesia, para pecinta *stand up comedy* mengambil bagian dengan membentuk komunitas *stand up comedy*. Pada awalnya komunitas pertama dibentuk oleh Ernest Prakasa dan Ryan Adriandry melalui Twitter, dengan nama akun: *@standupindo*.

Mereka berdua ditemukan di acara *Stand up comedy* Indonesia yang diadakan di Kompas TV. Mereka yang menjadi finalis pada saat itu berpikir untuk membuat wadah bagi para pecinta *stand up comedy*. Seiring berjalannya waktu, mereka menggandeng Pandji Pragiwaksono dan Raditya Dika yang telah dulu berkecimpung di dunia *stand up comedy*, serta penulis humor Isman H. Suryaman untuk mendirikan komunitas ini (Pandji, 2011).

*Stand up comedy* adalah aliran dalam komedi di mana terdapat seseorang yang berdiri sendiri melakukan monolog yang lucu. Monolognya berisi pengalaman-pengalaman yang diamati olehnya akan dunia di dalam dirinya atau dunia sekitarnya. Ia mengangkat hasil pengamatan akan hal-hal disekitarnya dan menceritakan ulang kepada penonton dengan jenaka (Pragiwaksono, 2012). Bisa diartikan bahwasanya *stand up comedy* adalah sebuah ungkapan atau cara berkomunikasi seseorang dengan mengungkapkan suatu keresahan-keresahannya. Untuk melepas beban beban yang terpendamnya.

Selain *Stand up comedy* merupakan bentuk dari seni lawak atau komedi yang dilakukan secara monolog (*one man show*) kepada para khalayak ramai. Walaupun dinamai "*Stand Up*", hal ini tidak selalu ditampilkan dengan berdiri, bisa saja sang komedian ini duduk di atas kursi sambil membawakan materi atau komedinya kepada para penontonnya selayaknya orang bercerita (Pragiwaksono, 2012).

*Stand up comedy* juga termasuk pertunjukan seni komedi yang memancing gelak tawa dari penontonnya. Lain halnya dengan *Theatrical Comedy*, di mana penciptanya menciptakan komedi melalui unsur drama yang terstruktur dengan berbagai karakter dan situasinya (Ramon, 2012). Dan untuk pelaku *stand up comedy* biasa disebut *comic* atau komika, *stand up comedian*, *stand up comic* atau *stand up*. Biasanya para komika memberikan awalan (*bridging*) dengan bercerita singkat yang lucu, padat, dan singkat (biasa disebut bit) dan *one-liners* yang pada umumnya tipe ini disebut *monologue* atau *comedy routine*.

*Stand up comedy* sering digelar atau ditampilkan di *comedy clubs*, cafe, kampus-kampus, gedung-gedung, dan lain sebagainya. Akan tetapi, hal ini bukan patokan untuk mengadakan penampilan *stand up comedy* yang harus ditempatkan di tempat-tempat besar, *stand up comedy* juga bisa ditampilkan di mana-mana. Sampai saat ini, biasanya komika profesional tampil di tempat-tempat yang memiliki penonton yang banyak. Seperti, *hall*, *ballroom*, gedung besar, untuk pertunjukan yang spesial (Pragiwaksono, 2012).

Dalam masalah penampilan, komika tidak terlalu sulit untuk berpenampilan, akan tetapi biasanya komika memilih *outfit* yang sesuai dengan tema dan isi materinya. *Stand up comedy* termasuk dalam seni pertunjukan komedi yang tujuannya untuk mendatangkan tawa dari para penonton. Berbeda halnya dengan *theatrical comedy* yang mana komedi yang didapatkan dari pertunjukan drama dan tentunya bertujuan untuk

mendatangkan tawa penonton (Papana, 2012). Pelaku atau yang melakukan *stand up comedy* disebut *comic* atau komika (Ikhsan, 2021)i.

Walaupun begitu, menjadi komika bukanlah hal yang mudah untuk dijalani. Selain faktor lucu, komika harus bisa membawakan isi materinya dengan tenang dan fokus, mental pun harus siap karna dilihat dari berbagai sisi. Jika seorang komika membawakan materi yang tidak banyak dimengeti penonton, maka akan sulit untuk mendapatkan *feel* dan juga *jokes*-nya, sehingga dapat membuat komika mengalami gugup, blank atau lupa (Pragiwaksono, 2012)

Para komika biasanya memberikan berbagai macam alur cerita, humor, atau lelucon yang lucu, sampai kritik-kritik umum, bisa berupa sindiran atau teguran sesuai khas masing-masing komika. Selain itu, beberapa komika memiliki kelebihan dalam memakai bahasa tubuh untuk mendukung performanya. Dalam dunia *Stand up comedy*, para komika biasanya membuat alur atau *script* (materi) yang akan disampaikan sebagai bahan lelucon. Jadi para komika sebelum tampil memang sudah terkonsep untuk menampilkan materi bawaannya. Seiring berjalannya waktu, komunitas-komunitas dan pertunjukan *Stand up comedy* berkembang dan menyebar ke seluruh dunia termasuk Indonesia (Pragiwaksono, 2012).

#### **4. Stress**

Beberapa orang bisa jadi mengalami stress dalam kehidupannya, baik karena pekerjaan, keluarga dan lain sebagainya. Akan tetapi tidak



semua orang mampu mengendalikan stress tersebut, sehingga dapat berakibat pada diri sendiri maupun orang lain. Tentunya hal tersebut akan berbahaya jika terus menerus dibiarkan. Pengalaman stress ini sering kali dialami oleh orang dewasa karena harus dihadapkan berbagai permasalahan. Walaupun di sisi lain juga tidak menutup kemungkinan anak di bawah umur dapat mengalami stress yang datang dari lingkungan maupun diri sendiri.

Tentunya hal tersebut akan berakibat pada kesejahteraan seseorang, kesejahteraan untuk mendapatkan kenyamanan dan bahkan dengan mengalami stress tersebut dapat mengakibatkan pada menurunnya kesehatan seseorang. Kesehatan juga dapat diukur dari kondisi seseorang yang sejahtera baik fisik, mental dan sosial (Ambarwati, Pinilih, & Astuti, 2017). Jika seseorang memiliki kesehatan yang baik maka akan menjadi mudah untuk melakukan berbagai hal, utamanya yang bermanfaat bagi dirinya maupun orang lain.

Pada dasarnya stres didefinisikan sebagai suatu kondisi yang muncul karena adanya tuntutan fisik, lingkungan maupun situasi sosial yang menimpa dirinya dan kondisi tersebut tidak terkontrol (Ambarwati et al., 2017). Stres juga sebagai akibat tidak adanya keseimbangan di antara sumber daya yang dimiliki seseorang dengan tuntutan yang ada. Terjadinya kesenjangan tersebut jika semakin tinggi akan berakibat pada semakin tingginya tingkat stres pada diri seseorang dan stres akan

mengancam individu yang bersangkutan (Asih, Widhiastuti, & Dewi, 2018).

Hawari mengatakan bahwa jika seseorang mampu mengatasi adanya stres dalam dirinya dapat diartikan bahwa seseorang itu tidak mengalami gangguan pada fungsi organ tubuh, artinya seseorang tersebut belum mengalami stres (Arista, 2017). Lazarus dan Folkman berpandangan bahwa stres adalah bagian dari konsekuensi seseorang dalam menilai dirinya. Artinya bahwa jika seseorang menilai dirinya mampu terhadap berbagai tuntutan, maka ia akan mampu mengatasi atau terhindar dari stres (Wibowo, 2017). Mereka menambahkan bahwa ketika seseorang sedang menghadapi kesulitan dan mampu menghadapinya maka seseorang itu pada dasarnya mengalami sedikit stres (Wibowo, 2017).

Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi adanya stres cukup tinggi yang mana sekitar 350 juta jiwa mengalami stres. Kondisi tersebut menempatkan stres sebagai gangguan kesehatan keempat di dunia (Ambarwati et al., 2017). Tentunya hal tersebut yang harus menjadi perhatian manusia untuk meminimalisir adanya stres. Walaupun stres terkadang tidak bisa dihindarkan dalam diri manusia.

Perlu diketahui stres ternyata dapat menimbulkan dampak positif dalam diri manusia, sehingga seseorang mampu meningkatkan efisiensi kinerja dalam dirinya. Hal positif tersebut penting kiranya diperhatikan untuk meningkatkan motivasi, adaptasi dan menentukan reaksi diri terhadap lingkungan sekitar (Nur & Mugi, 2021). Maksudnya adalah

dengan pernah mengalami stress individu dapat belajar dari hal tersebut. Pengalaman tersebut dapat digunakan sebagai usaha untuk meminimalisir maupun menyelesaikan kondisi stres dalam diri.

Beberapa hal yang dapat menimbulkan stres menurut Arista, (2017) yaitu *pertama*, stres yang bersumber dari diri sendiri karena adanya konflik dalam diri. Hal tersebut dapat dilihat dari dua kecenderungan yaitu muncul ketika seseorang memiliki ketertarikan pada dua tujuan yang sama-sama baik dan muncul ketika seseorang dihadapkan pada dua pilihan yang tidak menyenangkan.

*Kedua*, stres bersumber dari keluarga, keluarga menjadi lingkungan terkecil bagi seseorang. Mereka bisa jadi melakukan interaksi lebih banyak dibandingkan dengan lingkungan masyarakat. Interaksi tersebut mengakibatkan pada stres dalam diri anggota keluarga. Sumber stres yang diakibatkan dengan adanya keluarga bisa diakibatkan karena kesalah pahaman, hadirnya orang baru yang tidak sejalan dan lain sebagainya.

*Ketiga*, stres bersumber dari komunitas dan masyarakat. Masyarakat merupakan sekumpulan manusia yang saling berinteraksi satu sama lain. Setiap manusia tentunya memiliki pemikiran maupun watak yang berbeda-beda, sehingga dalam berinteraksi terdapat kemungkinan salah terjadi kesalahpahaman antara satu dengan yang lain. Hal tersebut dapat mengakibatkan pada dikucilkannya seseorang di lingkungan

masyarakat. Tentunya hal tersebut akan berakibat pada diri seseorang ketika dikucilkan.

Stres juga memiliki beberapa indikator, indikator tersebut menurut Sarafino dalam Wibowo, (2017) dibagi menjadi dua yaitu sebagai berikut:

*Pertama*, aspek biologis, aspek ini berkaitan dengan perubahan fisik seseorang. Seseorang yang mengalami akan terjadi perubahan dalam kondisi fisiknya atau kondisi biologisnya. Contoh-contoh perubahan tersebut seperti terjadinya sakit kepala, dalam tidur tidak nyenyak, terjadi gangguan dalam pencernaan, hilangnya nafsu makan, kulit mengalami gangguan, tubuh memproduksi keringat berlebih dan lain sebagainya.

*Kedua*, aspek psikososial, aspek ini akan berdampak pada perilaku maupun cara berfikir seseorang terhadap lingkungannya. Aspek tersebut dapat dilihat pada sisi kognitif, emosi, dan gangguan tingkah laku.

Sisi kognitif merupakan sisi pada stres yang dialami seseorang dan hal tersebut mempengaruhi fungsi kognitif. Kondisi tersebut mengakibatkan seseorang akan mengalihkan perhatian kepada sesuatu yang lain. Contohnya seperti tidak fokus dalam memperhatikan sesuatu, menurunnya daya ingat seperti mudah lupa dan menurunnya konsentrasi seseorang.

Sisi emosi tersebut seringkali muncul ketika seseorang sedang mengalami stres. Walaupun demikian emosi juga dapat dipakai

seseorang untuk menjadi media pembelajaran dalam mengatasi stres. Gejala seseorang jika sedang stres dan dibarengi dengan emosi akan mudah marah maupun mengalami kecemasan yang berlebihan.

Sisi gangguan tingkah laku, sisi ini dapat dikatakan cenderung negatif pada seseorang yang sedang mengalami stress. Tingkah laku yang tidak mampu dikontrol tersebut dapat mengakibatkan seseorang mudah menyalahkan orang lain. Maka dari itu ketika seseorang sedang stres tingkah lakunya terkadang susah untuk dikontrol, bahkan seseorang itu dapat acuh tak acuh terhadap orang-orang disekitarnya. Sikap malas juga dapat ditimbulkan ketika seseorang sedang stres.

Berbeda halnya dengan Sarafino, Beehr dan Newman dalam Asih et al., (2018) memaparkan terdapat beberapa indikator atau gejala-gejala orang yang sedang mengalami stres yaitu sebagai berikut:

*Pertama*, gejala psikologis berupa kecemasan, ketegangan, kebingungan, mudah tersinggung, menurunnya rasa percaya diri, merasa terkucilkan atau asing, kebosanan, kehilangan kreativitas, memendam rasa, depresi, dan lainnya. *Kedua*, gejala fisiologis berupa gangguan pada kulit sakit kepala, sakit pada punggung bagian bawah, gangguan tidur, rusaknya fungsi imun tubuh, meningkatnya denyut jantung dan lainnya. *Ketiga*, gejala perilaku seperti menunda, menghindari pekerjaan, menurunnya prestasi, perilaku makan tidak normal, menurunnya kualitas hubungan personal, kecenderungan untuk

melakukan bunuh diri (tidak semua stres cenderung seperti hal ini) dan lain sebagainya.

Setelah mengetahui indikator-indikator atau gejala-gejala stres, kita juga harus memahami perbedaan stres dengan kecemasan. Menurut Luthan dalam Asih et al., (2018) setidaknya terdapat tiga perbedaan yang dapat kita perhatikan di antara stres dan kecemasan yaitu sebagai berikut:

*Pertama*, adanya stres bukan masalah kecemasan, maksudnya adalah adanya kecemasan masuk dalam lingkup emosional dan psikologis. Hal tersebut berbeda dengan stres yang terjadi dalam lingkup emosional, psikologi dan juga fisik. Seseorang yang sedang stres dalam dirinya dapat disertai dengan kecemasan, namun keduanya tidak sama.

*Kedua*, terjadinya stres pada seseorang bukan hanya berkaitan dengan ketegangan saraf. Walaupun adanya ketegangan saraf tersebut dihasilkan oleh stres, namun di antara keduanya pada dasarnya tidak sama. Contohnya seperti orang pingsan menunjukkan stres dan beberapa orang mengendalikannya. Pengendalian tersebut seperti tidak menunjukkan ketegangan pada saraf.

*Ketiga*, stres tidak melulu perih yang merusak atau buruk dan perlu dihindari. Stres merupakan sesuatu yang perlu dihadapi dan diselesaikan. Fenomena stres merupakan fenomena yang tidak dapat dihindarkan dalam diri manusia. Selanjutnya tinggal sikap manusia dalam menyikapi adanya stres.

Dalam stres juga memiliki beberapa jenisnya, seperti yang dipaparkan oleh Berney dan Selye dalam Asih et al., (2018). Jenis-jenis stres menurut keduanya dibagi menjadi empat jenis yaitu sebagai berikut:

*Pertama, eustres* atau good stress, stres jenis ini mampu meningkatkan stimulus dan kegairahan seseorang. Efeknya bagi seseorang mampu memberikan manfaat. Seperti tanggung jawab pekerjaan, tekanan dari orang lain, tugas atau beban kehidupan akan bermanfaat dalam meningkatkan semangat dalam diri seseorang.

*Kedua, distres*, stres jenis ini dapat mengakibatkan munculnya efek berbahaya dalam diri seseorang. Seperti tuntutan yang dihadapi seseorang namun ia merasa tidak menyenangkan. Selain itu juga tuntutan yang berlebihan atau sulit dapat mengakibatkan seseorang bekerja ekstra dalam menyelesaikannya. Akibat dari kerja ekstra tersebut dapat mengakibatkan seseorang terganggu kesehatannya.

*Ketiga, hyperstres*, stres jenis ini akan memiliki dampak yang cukup besar bagi seseorang yang mengalaminya. Walaupun dampak tersebut dapat bersifat positif maupun negatif, namun ketika mengalami stres jenis ini individu dapat dibatasi kemampuan adaptasinya. Stres jenis ini contohnya stres yang dialami seseorang yang berada di daerah konflik.

*Keempat, Hypostres*, stres jenis ini muncul karena seseorang kekurangan stimulus. Kekurangan tersebut dapat terjadi kepada seseorang yang bosan melakukan pekerjaan yang rutin tanpa melakukan

hal lain. Perlunya melakukan hal baru di luar kegiatan bekerja seperti rekreasi dengan rekan kerja ataupun melakukan inovasi-inovasi yang kreatif untuk kemajuan perusahaan.

## **B. Hasil Penelitian yang Relevan**

1. Penyimpangan prinsip kerja sama dan kritik sosial yang terdapat dalam *stand up comedy* yang disampaikan oleh Abdurrahum Arsyad maka dapat disimpulkan bahwa: (1) wujud penyimpangan prinsip kerja sama yang terdapat dalam *stand up comedy* Indonesia *season 4* oleh *comic* Abdurrahum Arsyad terdiri dari penyimpangan maksim kuantitas, maksim kualitas, maksim relevansi dan maksim pelaksanaan. (2) *Stand up comedy* merupakan salah satu jenis humor yang berkembang di masyarakat yang diungkapkan dengan melanggar maksim kuantitas, kualitas, relevansi, dan pelaksanaan dapat digunakan sebagai sarana untuk menyampaikan kritik sosial karena dapat diungkapkan dengan bahasa yang harmonis dan mempunyai kesan santai serta menggelitik. (Krissandi & Setiawan, 2018).
2. Penciptaan humor dalam *stand-up comedy* dipandang sebagai kombinasi dari berbagai fitur linguistik dari lelucon seperti permainan kata dan permainan kata-kata, hiperbola, pengulangan, waktu, dan pilihan paralinguistik. Selain itu, para komedian mengembangkan persona panggung tertentu dan menciptakan gaya pertunjukan mereka sendiri. Spontanitas dan fleksibilitas terbukti menjadi dua karakteristik



terpenting yang harus dimiliki oleh seorang stand-up comedian agar dapat memberikan kinerja yang sukses (Puksi, 2018).

Perbedaannya adalah analisis kontrastif dari komedi yang dibuat oleh dua pemain dengan karakter yang sangat berbeda ini menegaskan pengamatan bahwa humor yang sukses dalam komedi stand-up tidak bergantung pada jenis persona panggung tertentu maupun pada gaya pertunjukan tertentu. Sebaliknya, itu dibuat dari penggunaan pelawak dari rantai berbagai aspek linguistik dari lelucon dan dalam banyak kasus dari ketidaksesuaian yang diungkapkan oleh garis pukulan dalam cerita dan lelucon.

3. Komedian belajar bagaimana dan siapa yang berada di atas panggung. Menulis dan menampilkan komedi *stand-up* memerlukan tantangan sosial dan profesional yang kompleks. Menghadapi tantangan ini, *stand-up comedian* mengadaptasi persona. Melalui analisis kritis literatur penelitian, teori humor, dan akun orang pertama dan ketiga dari stand-up comedy dan humor, tesis ini mengidentifikasi kebutuhan untuk menjembatani cerita rakyat dengan metode ilmiah (Naessens & David, 2018).

Perbedaan penelitian ini menilai pendekatan humor dan komedi stand-up saat ini, mengidentifikasi kesulitan konseptual dan garis penemuan yang erat, dan mengusulkan solusi melalui *NIGHTS* (Teori Humor Umum yang Terintegrasi Secara Nasional dari Stand-up

Comedy). Klaim utama NIGHTS adalah bahwa pertunjukan komedi stand-up dimulai sebagai proses yang disengaja.

4. Mengungkapkan arti-penting pengkodean linguistik, stereotip, formula, panggilan-dan-tanggapan, mencela diri sendiri, dan berbagi pengalaman yang tidak hanya melibatkan komedian dan penonton dalam produksi dan konsumsi humor, tetapi juga mengurangi otoritas panggung komedian menjadi minimal. Disimpulkan bahwa tenor interaksional stand-up comedy Nigeria dapat secara unik bergantung pada pengkodean linguistik, pada dasarnya adalah pergantian kode Pidgin Nigeria (khususnya) dan Bahasa Inggris (Akin Adetunji, 2013). Perbedaan penelitian terletak pada metode penelitian, tujuan penelitian dan konsentrasi penelitian.
5. Setiap orang tidak dapat menghindari dari penderitaan. Penderitaan itu bisa berupa luka, baik besar maupun kecil, baik luka fisik maupun jiwa. Luka jiwa atau yang biasa disebut luka batin dapat terjadi melalui banyak peristiwa, antara lain peristiwa traumatis, baik dari lingkungan keluarga maupun dari lingkungan sekitarnya. Perasaan bersalah juga dapat menjadi penyebab luka batin, juga karena adanya penolakan. Luka batin berdampak buruk bagi seseorang baik secara sosiologis, psikologis, fisiologis, dan teologis. Berdasarkan metode kualitatif, artikel ini menjelaskan pemulihan konsep diri dalam penyembuhan luka batin seseorang. Sebagai hasil dari penelitian ini, luka batin dapat disembuhkan dengan pemulihan konsep diri seseorang (agnes maria,

2021). Perbedaan pada penelitian ini berfokus pada literatur komika dalam mencari perpaduan aspek psikologi dengan studi kasus di lapangan.

6. Jurnal penelitian psikologi dengan judul Mengatasi Kehilangan Akibat Kematian Orang Tua : Studi Fenomenologi Self-Healing pada Remaja, tahun 2021 yang ditulis Alseta Marcha Nurriyana dan Siti Ina Savira. Pada penelitian terdahulu ini fokus membahas Self healing dalam mengatasi remaja akibat kematian orang tua dengan menggunakan metode kualitatif fenomenologi dan pengumpulan data hanya menggunakan metode wawancara saja. Penelitian terdahulu ini ada kesamaan yaitu sama-sama membahas pemulihan remaja dengan pendekatan self healing. Perbedaan peneliti sendiri dengan penelitian terdahulu ini yaitu peneliti sendiri menggunakan metode kualitatif deskriptif dan peneliti sendiri fokus bagaimana penerapan self healing dalam mengatasi depresi yang dialami oleh para komika *stand up comedy chapter solo*.
7. Jurnal dengan judul *Mindfulness for Adolescents form Broken Home Family* tahun 2021 yang ditulis Rifka Fatchurrahmi and Mutingatu Sholichah. Penelitian terdahulu ini fokus pada pengaruh perhatian dan kasih sayang dalam meningkatkan kesejahteraan remaja korban broken home dengan menggunakan metode kuantitatif. Sedangkan penelitian sendiri fokus pada penerapan metode *self healing* pada penanganan

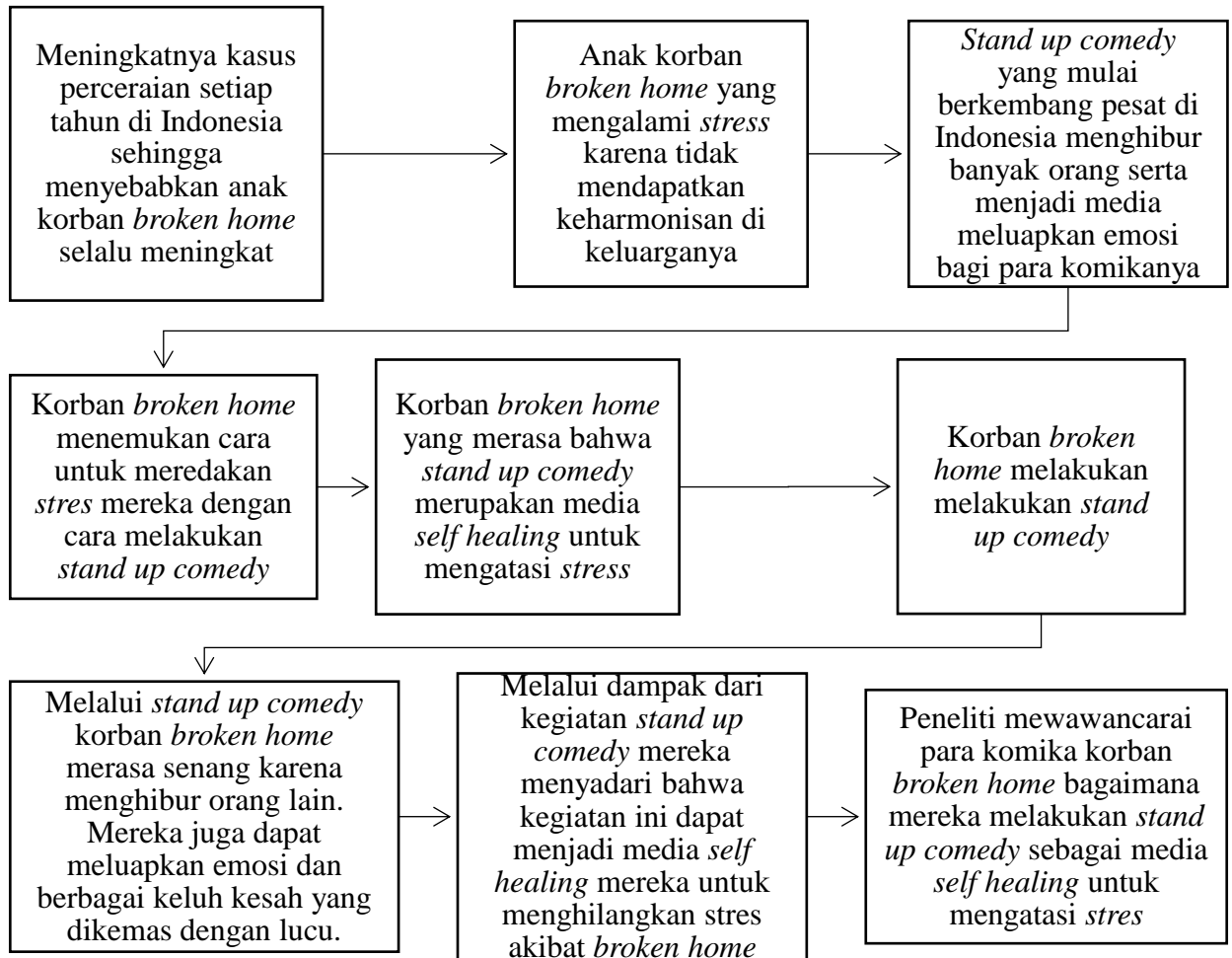
depresi remaja korban broken home dengan metode kualitatif (Rifka, 2021).

8. Jurnal Of Terenursing (JOTING) dengan judul Pengaruh Self Healing Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pasien Post Op tahun 2019 yang ditulis oleh Ahmad Redho, dkk. Pada penelitian ini membahas bagaimana pengaruh self healing terhadap penurunan sensasi nyeri pasien post Op, penelitian ini menjadikan self healing untuk medikasi menurunkan skala nyeri pada pasien post Op. Penelitian terdahulu ini menggunakan metode kuantitatif eksperimen. Sedangkan penelitian sendiri fokus pada penerapan pendekatan self healing dalam mengatasi depresi remaja broken home. Kemudian penelitian sendiri juga menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif (Ahmad, dkk., 2019).
9. Skripsi Meianti Puji Ramadhani tahun 2015 berjudul Persepsi khalayak terhadap tayangan sinetron komedi “Suami-Suami Takut Istri” di Trans TV (Survey di RW 4 Kelurahan sukabumi utara Jakarta barat). Dengan hasil 64% responden menjawab positif atas isi SSTI, 27 % menjawab netral dan 8% menjawab negative atas isi sinetron komedia SSTI. Persamaan dengan penelitian yang saya lakukan adalah pada bahasan komedi sama-sama menggelitik pada komedia suatu program dan membahas tentang Persepsi Khalayak. Perbedaan penelitian dengan yang saya lakukan adalah topik yang diangkat berbeda didalam penelitian Meianti mempersepsikan isi program sinetron Komedi SSTI sedangkan di penelitian yang saya penelitian dilakukan hanya berfokus

pada humor komika tidak keseluruhan tayangan di SUCI KOMPAS TV (Meianti, 2015).

10. Skripsi Ulul Azmi Lestari (2016) berjudul Proses Komunikasi Intrapersonal dalam mengangkat materi *stand up comedy* (Studi deskriptif kualitatif pada komunitas *stand up comedy* UIN Jogja). Dengan hasil dalam menyampaikan isu dikemas dalam humor oleh para komika saat tampil memerlukan persiapan sensori, persepsi, memori dan berfikir. Dengan objek penelitian yakni komunitas *stand up comedy* UIN Jogja. Penelitian tersebut menggunakan metode deskriptif kualitatif dalam menyelesaikan permasalahan. Perbedaan dengan penelitian yang saya lakukan adalah pada objek penelitian saya menggunakan 2 objek penelitian *stand up comedy* solo dan *stand up* indo Jogja, pada metodologinya nya penelitian saya mengguna deskriptif kualitatif. Dengan membumbui teori humor dan teori presentasi diri sebagai teknik menemukan persepsi yang ditangkap khalayak pada humor Komika program SUCI Kompas TV.

### C. Kerangka Berpikir



Bagan 1 Kerangka Berfikir

Penyusunan kerangka berpikir pada penelitian ini mengenai proses berpikir peneliti terhadap penelitian tentang para komika *stand up comedy* Solo korban *broken home* yang melakukan *stand up comedy* sebagai media *self healing* untuk mengatasi *stres*. Peran *stand up comedy* sebagai media untuk menyalurkan dan meluapkan emosi sangat penting bagi para komika korban

*broken home* agar dapat meredakan *stress* akibat permasalahan keluarga mereka. Menurut *Lazarus & Folkman* (1984), salah satu sumber *stress* yaitu *background stressor* yang merupakan “masalah sehari-hari” dalam kehidupan. *Stressor* ini berdampak kecil namun berlangsung terus-menerus, sehingga dapat mengganggu *stress* negatif pada individu.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Metode penelitian ini adalah metode kualitatif, metode kualitatif yaitu pengumpulan sumbernya dari aktivitas wawancara, pengamatan, penggalian dokumen dan data (Sugiyono, 2019). Jenis penelitian yang dilaksanakan peneliti merupakan penelitian lapangan dengan memakai pendekatan analisis studi kasus. Tujuannya adalah untuk memahami suatu permasalahan dengan proses interaksi dan asumsi mengenai suatu permasalahan, yang melibatkan bantuan sumber data dari lingkungan sekitar. Pendekatan ini digunakan peneliti karena ingin mengetahui keadaan tentang *stand up comedy* sebagai media *self healing* komika korban *broken home* dalam mengatasi *stres*.

Berdasarkan dari obyek yang diteliti, penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif studi kasus. Metode penelitian kualitatif sering disebut metode penelitian natural karena penelitiannya dilakukan secara alamiah, obyek alamiah merupakan obyek yang berkembang apa adanya, tidak dimanipulasi dan kehadiran peneliti tidak mempengaruhi obyek tersebut. Dalam penelitian kualitatif Instrumennya adalah peneliti itu sendiri. Maka dalam hal ini peneliti diwajibkan memiliki wawasan yang luas, sehingga mampu bertanya, menganalisis, memotret dan memahami situasi sosial agar yang diteliti menjadi lebih jelas dan bermakna (Sugiyono, 2019). Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang bersifat deskriptif



dan lebih menggunakan analisis. Metode studi kasus bertujuan guna mencari solusi dari sebuah permasalahan. Ciri utama dari penelitian kualitatif studi kasus ini yaitu mengharuskan peneliti terjun langsung di lapangan, bertindak sebagai pengamat, membuat kategori, mengamati fenomena di lapangan, mencatat, menyampaikan data sesuai fakta, dan menekankan pada observasi alamiah (Ismail Suardi Wekke, 2019).

Maka dapat disimpulkan penelitian kualitatif studi kasus adalah penelitian yang harus menyuruh peneliti untuk menjadi instrumen, mendeskripsikan fenomena penelitian, terjun langsung ke lapangan sebagai pengamat, agar nantinya mendapatkan hasil penelitian yang akurat, tidak manipulasi dan fleksibel dalam memahami fenomena yang terjadi di lapangan.

## **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Cekopi Jl. Mendungan No.13, Pabelan, Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah, merupakan tempat berkumpul para komika saat menyelenggarakan acara *stand up comedy* atau *open mic* yang dilakukan setiap seminggu sekali.

Tempat dilakukan di cafe *babrak space*. Jl. Baturan raya, Baturan, kec. Colomadu, Karanganyar, Jawa Tengah. merupakan tempat berkumpulnya juga para komika saat menyelenggarakan acara *stand up comedy* atau *open mic* yang dilakukan setiap seminggu sekali.

## **2. Waktu penelitian**

Penelitian diawali dengan *survey* awal yang dilakukan di bulan oktober, sambil lalu melakukan observasi lebih dalam, penyusunan proposal juga dilakukan dibulan yang sama.

Berikutnya penyebaran angket yang akan dilakukan pada bulan november. Melihat sudah terkumpulnya data dan kematangan pertanyaan. Terakhir menyusun data, analisis data dan menarik kesimpulan dengan metode studi kasus oleh peneliti dengan hasil yang dinarasikan.

## **C. Subjek dan Objek Penelitian**

### **1. Subjek Penelitian**

Secara spesifik subjek penelitian adalah informan. Informasi merupakan orang yang berada dalam instansi yang akan diteliti. Informan yaitu orang yang penting dalam memberikan informasi tentang situasi ataupun kondisi objek penelitian (Prastowo, 2014).

Subjek peneliti dalam penelitian ini adalah anggota komunitas *stand up comedy* berusia 18-35 tahun korban *broken home*, pemilihan pada usia tersebut dikarenakan bahwa anggota komunitas yang aktif menjadi anggota komunitas *stand up comedy* Solo.

### **2. Objek Penelitian**

Objek penelitian ini yaitu terkait *stand up comedy* sebagai media *self healing* yang digunakan komika korban *broken home* dalam mengatasi *stres*.

## **D. Teknik Pengumpulan Data**

Metode Pengumpulan informasi ialah langkah yang sangat utama di dalam sesuatu penelitian, sebab pada dasarnya tujuan utama dari peneliti merupakan untuk memperoleh informasi. Tata cara yang digunakan oleh peneliti dalam proses pengumpulan informasi yang diperlukan merupakan sebagai berikut :

### **1. Wawancara (*Interview*)**

Wawancara merupakan obrolan dengan iktikad tertentu, wawancara yang digunakan adalah wawancara terstruktur. Obrolan itu dicoba oleh dua pihak ialah pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan kepada narasumber. Cara ini digunakan buat mendapatkan penjelasan yang sebetulnya, sehingga bisa menggali serta mengantarkan data. Tata cara ini dicoba secara langsung kepada pihak-pihak yang bisa diperoleh informasi yang bisa dipertanggungjawabkan kebenarannya. Wawancara kepada komika korban *broken home* yang melakukan *stand up comedy* sebagai media *self healing* dalam mengatasi *stress*.

### **2. Observasi**

Observasi adalah suatu proses penghimpunan data dengan melakukan pengamatan terhadap gejala-gejala sosial yang sedang diteliti baik secara langsung maupun tidak langsung (Tanzeh, 2009). Pada setiap observasi data yang diperoleh peneliti nantinya akan menjadi sesuatu yang penting dan menjadi perbandingan seperti

dibandingkan dari kondisi di lapangan dari hasil observasi dan hasil wawancara (Sukmadinata, 2005).

Melalui teknik observasi ini, peneliti memiliki keuntungan data yang akurat, tepat dan dapat dipertanggungjawabkan (Nazir, 2009). Pada penelitian ini peneliti menggunakan observasi partisipan yaitu peneliti berpartisipasi dan terlibat dalam kegiatan yang sedang diamati (Yusuf, 2017). Peneliti mengambil hal tersebut karena untuk melihat dan merasakan seperti apa yang dirasakan oleh subjek penelitian, hal tersebut akan berguna bagi peneliti ketika menulis hasil laporan penelitian.

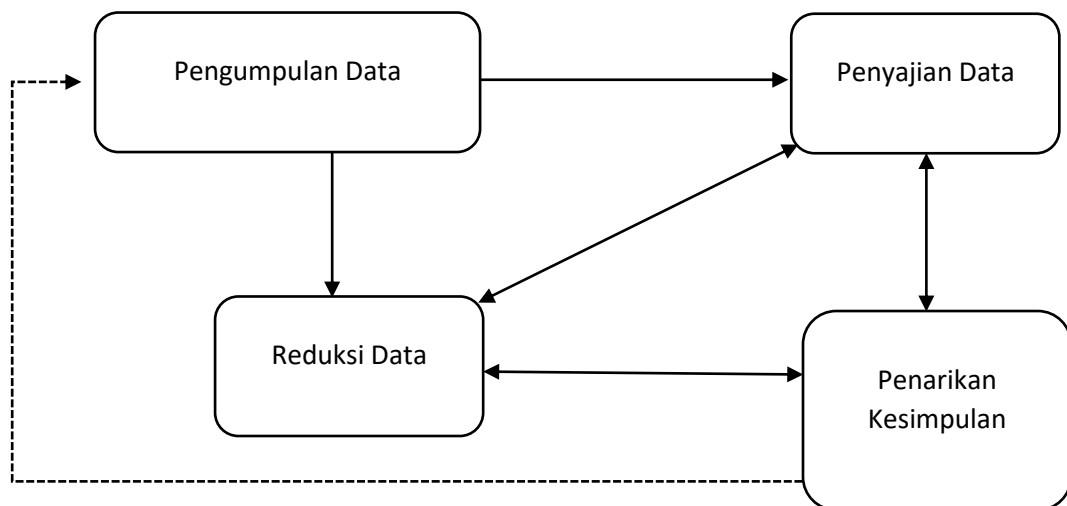
### **3. Dokumentasi**

Dokumentasi dalam penelitian ini berupa foto saat wawancara dengan komika korban *broken home* komunitas *stand up chapter* Solo. Beberapa dokumentasi foto juga dilakukan saat para komika melakukan *stand up comedy* di panggung. Peneliti melakukan teknik dokumentasi untuk menambah data serta lampiran sehingga dapat menguatkan hasil wawancara.

### **E. Teknik Analisis Data**

Analisis data yaitu aktivitas setelah informasi data dari segala responden ataupun sumber informasi lain yang telah terkumpul. Aktivitas dalam analisis data merupakan mengelompokkan data bersumber pada variabel serta tipe responden, mentabulasi data bersumber pada variabel dari segala responden.

1. Reduksi data merupakan informasi yang di peroleh dari lapangan jumlahnya lumayan banyak, sehingga sangat butuh di catat secara cermat serta rinci. Mereduksi informasi berarti merangkum, memilih hal – hal yang pokok, memfokuskan pada hal- hal yang berarti, di cari tema serta pola (Sugiyono, 2019)
2. Penyajian Data merupakan memaparkan data yang ada dalam riset kuantitatif, penyajian dapat dalam wujud tabel, grafik, *phi chard*, *pictogram*, dan sejenisnya (Sugiyono, 2019)
3. Menarik kesimpulan adalah pokok-pokok penting pembahasan yang biasanya pada penelitian kuantitatif di akhir penutup yang menjawab rumusan masalah dan memperkuat bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti menarik kesimpulan yang kredibel (Sugiyono, 2019)



## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Tempat

##### 1. Tempat Penelitian

*Stand up comedy* merupakan suatu hal yang tidak asing lagi di Indonesia, trend tersebut sudah terjadi sejak lama. Pada masa sekarang *Stand up comedy* menjadi suatu hal yang biasa dan bahkan terkadang menjadi kebutuhan masyarakat. Para pelaku atau pemerannya biasanya disebut komika sedangkan kegiatannya disebut *open mic*.

Trend adanya *Stand up comedy* tersebut mengakibatkan banyaknya ketertarikan masyarakat, selanjutnya muncul komunitas *Stand up comedy* Indonesia. Komunitas tersebut diprakarasi oleh komika-komika Indonesia yang cukup terkenal seperti Ernest Prakasa dan Ryan Andriandy. Selanjutnya mereka berdua menggandeng juga Raditya Dika dan Pandji Pragiwaksono untuk mendirikan komunitas *Stand up comedy* Indonesia. Isman Hidayat Suryaman juga turut menjadi bagian dari komunitas tersebut.

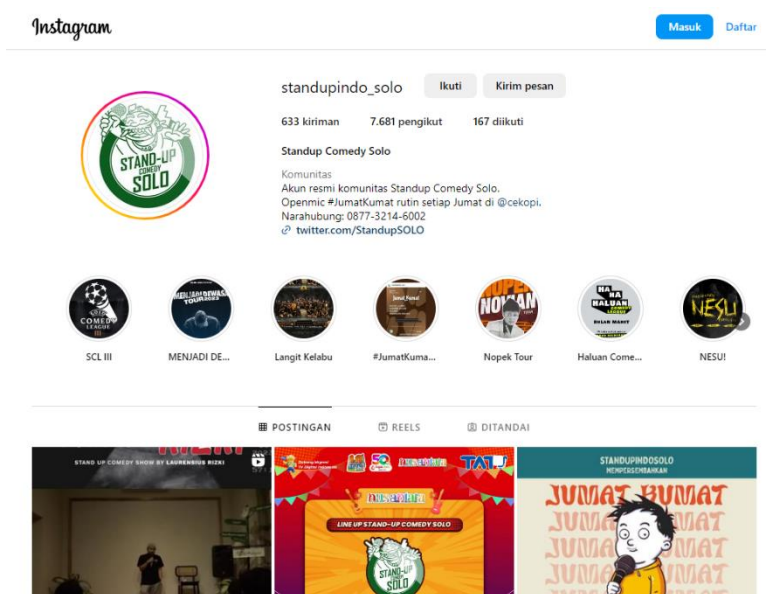
Tanggal 13 Juli 2011 komunitas tersebut diresmikan dengan memulai kegiatan awalnya dengan nama *Stand Up Nite* di Comedy Café Jakarta. Ernest Prakasa menjadi ketua pertamanya atau disebut presiden Stand Up Indo (Penulis, n.d.). Melalui rentang waktu tersebut sampai sekarang komunitas tersebut semakin hari melebarkan sayapnya.

Sehingga sampai sekarang beberapa daerah sudah memiliki pengurus atau pengelola komunitas *stand up comedy*, tanpa terkecuali di Solo.

Solo menjadi daerah yang memiliki komunitas tersebut dan disebut nama *Stand up comedy* Solo. Komunitas tersebut memiliki media sosial seperti Instagram: @standupindo\_solo dan Twitter: @StandupSOLO. Berbagai kegiatan yang diselenggarakan juga dapat dilihat dalam akun resmi media sosial komunitas *Stand up comedy* Solo. Rutinan yang *stand up comedy* dilaksanakan di Cekopi.

Tempat dilakukan di cafe *babrak space*. Jl. Baturan raya, Baturan, kec. Colomadu, Karanganyar, Jawa Tengah. merupakan tempat berkumpulnya juga para komika saat menyelenggarakan acara *stand up comedy* atau *open mic* yang dilakukan setiap seminggu sekali.

## 2. Profil Komunitas Stand Up Solo



Gambar 1 Media Sosial Komunitas Stand Up Comedy Solo

Kegiatan-kegiatan komunitas tersebut dilakukan rutin setiap Jumat di tempat nongkrong yaitu cekopi. Alamat cekopi ini di Jl Madubronto No 09 Sondakan, Kecamatan Laweyan, Kota Surakarta, Provinsi Jawa Tengah. Kegiatan rutin tersebut dapat dinikmati oleh umum dengan mengangkat berbagai tema menarik. Tema-tema yang dibahas seperti kenakalan remaja, isu seksualitas, praktek aborsi dan lain sebagainya.

Beberapa kegiatannya ada yang dapat diakses *free* dan ada juga penonton yang harus membayarnya untuk menikmati stand up comedy. Kegiatan yang berbayar bisa jadi mendatangkan bintang tamu komika yang sudah cukup banyak dikenal secara nasional. Contohnya komika Nopek Novian yang digelar 3 September 2022 panitia menarik biaya tiket masuk.

## **B. Hasil Temuan Lapangan**

### **1. Dampak Stres Pada Komika di Komunitas *Stand Up* Indonesia**

#### **Solo**

Kita telah membahas mengenai komunitas *Stand Up* Indonesia dan khususnya yang ada di Solo. Pada komunitas tersebut terdiri dari berbagai orang yang memiliki sifat masing-masing dan bahkan mereka memiliki cerita masa lalu yang berbeda-beda. Hal tersebut menjadi penting untuk mengkaji karakteristik dari masing orang-orang. Seperti yang kita tahu bahwa kegiatan *Stand up comedy* merupakan kegiatan yang mengasikan, mengundang tawa, kebahagiaan dan lain sebagainya.



Kegiatan *Stand up comedy* juga terkadang menampilkan materi-materi yang mengikuti perkembangan isu di masyarakat. Tentu hal tersebut membuat *Stand up comedy* menjadi kegiatan yang cukup baik, tentunya dengan catatan tetap menjaga norma-norma di masyarakat. Norma-norma tersebut seperti tidak menyerang secara pribadi personal maupun kelompok. Isu-isu ras, agama, budaya terkadang sensitif jika disampaikan tidak baik kepada khalayak ramai. Walaupun tujuan *Stand up comedy* untuk mengundang tawa dan terkesan bercanda, tentunya harus menjaga norma di masyarakat.

*Trend Stand up comedy* di Indonesia sudah sejak lama di mulai dan sampai sekarang masih tetap eksis di Indonesia. Orang-orang datang maupun mengakses melalui media digital untuk menonton dan sekedar hiburan dari kepenatan baik pekerjaan, perkuliahan, sekolah dan lainnya. Di sisi lain terdapat orang-orang yang memanfaatkan kegiatan tersebut menjadi media *self healing* para komika korban *broken home*. Para korban *broken home* menjadi komika dan menghibur penonton menjadi sebuah bagian dari *self healing* mereka.

Kondisi *broken home* tersebut mengakibatkan mereka sering merasakan stres dalam dirinya. Tentunya stres akan mengganggu dirinya baik batin maupun fisik seseorang seperti yang sudah kita bahas sebelumnya. Kondisi stres mengakibatkan kondisi yang tidak baik dalam diri seseorang. *Broken home* menjadi salah satu penyebab terjadinya stres pada para komika Komunitas Stand Up Solo.

*Broken home* yang terjadi pada para komika memiliki karakteristik berbeda dan mereka juga memiliki sikap yang berbeda juga dalam merespon adanya kondisi *broken home*. Padahal harusnya keluarga menjadi bagian terpenting dalam lingkungan terkecil seseorang. Seperti yang sudah dibahas sebelumnya stres juga dapat disebabkan oleh lingkungan keluarga. Beberapa poin penting yang menjadi terjadinya stres pada seseorang di lingkungan keluarga seperti terjadinya kesalahpahaman, hadirnya orang baru yang tidak sejalan dengan pemikiran di keluarga tersebut. Orang baru tersebut seperti adanya saudara yang menginap atau pasangan baru. Hal tersebut juga terjadi pada para komika yang mengalami stres akibat *broken home*.

*“Bukan bermaksud menyalahkan, ya. Tetapi bagi saya yang menjadi penyebab itu datangnya orang baru di keluarga kecil yang terdengar di keluarga besar sehingga terjadi cekcok antara keduanya. Selain karena komunikasi, egosentris juga termasuk, ketidakdewasaan, dan lain-lain.”* (Jane)

Komunikasi juga penting dalam sebuah keluarga baik keluarga kecil maupun keluarga besar. Walaupun tidak satu rumah namun masih satu keluarga maka akan tetap berkomunikasi. Seperti halnya ada orang baru yang masuk dalam keluarga kecil, lalu komunikasi buruk dengan orang baru atau terdapat sikap yang tidak baik. Kemudian cerita ke keluarga besar yang mengakibatkan ketidaksukaan. Tentunya perlu ada komunikasi dan menurunkan ego dari masing-masing individu supaya tidak terjadi kesalahpahaman dalam suatu keluarga.

Bersikap bijak dalam menghadapi kondisi tersebut menjadi penting kiranya supaya permasalahan dalam keluarga tidak berlarut-larut dan mengakibatkan seseorang mengalami stres. Tentunya setiap orang memiliki sifat masing-masing dan mempunyai cara untuk menyikapi permasalahan keluarga. Melihat hal tersebut, muncul permasalahan ketika diri sendiri dianggap sebagai orang yang tidak mempunyai kapasitas untuk ikut serta menyelesaikan.

*“Ingin ikut menyelesaikan masalah, namun kapasitas saya sebagai anak sulit untuk ikut campur. Sehingga lebih menerima keadaan” (Raka)*

*“Ingin ikut menyelesaikan. Namun karena kondisi tersebut terjadi di saat kecil dan saya selalu dianggap anak kecil yang tidak bisa apa-apa serta pendapatnya tidak bermutu, saya menjadi diam. Mulanya saya tetap berusaha untuk peduli, sekali, dua kali, tiga kali, namun tetap tidak didengarkan. Akhirnya saya bodo amat.” (Jane)*

Melihat hal tersebut nampaknya para komika sudah lama mengalami kondisi *broken home* yang mengakibatkan stres pada diri mereka. Kondisi masih kecil merupakan kondisi yang masih butuh bimbingan dari orang-orang terdekat khususnya orang tua. Sayangnya orang tua yang harusnya memberikan contoh baik kepada anaknya, namun melibatkan anak pada permasalahan orang dewasa.

Kondisi dari para komika tersebut terjadi sejak kecil dan sampai saat ini masih terjadi di dalam kehidupan mereka. Melalui *Stand up comedy* mereka menenangkan kondisi buruk dengan yang menyenangkan bagi mereka. Selain itu kondisi *broken home* yang mereka alami sejak lama

nampaknya membuat mereka menjadi tidak peduli dalam ikut serta menyelesaikan kondisi tersebut. Tentunya jika terus terjadi kondisi *broken home* bukan tidak mungkin mereka akan kembali mengalami stres dalam dirinya.

Kondisi masih kecil juga akan mengalami kesulitan untuk mengontrol diri sendiri. Anak-anak belum memiliki pola pikir yang dewasa dan tidak sebaik pola pikir pada orang dewasa. Walaupun demikian tentu orang dewasa juga tidak menjamin dapat berfikir dengan bijak dalam menyikapi masalah yang sedang dihadapi. Anak-anak tidak boleh menjadi korban keegoisan orang dewasa dalam menyikapi suatu permasalahan.

Hal-hal buruk tentunya akan mengancam dan tertanam dalam otak seorang anak. Sebagai seorang anak yang terkadang diikutsertakan dalam permasalahan rumah tangga membuat anak juga harus mengambil sikap dalam menghadapi hal tersebut. Mereka para komika yang mengalami *broken home* lebih memilih menerima keadaan dan bersikap tidak peduli pada permasalahan keluarga.

*Broken home* menjadi salah satu isu penting dalam pembahasan kali ini. Adanya stres yang disebabkan oleh *broken home* berpengaruh pada kehidupan sehari-hari. Walaupun awal mula *broken home* yang terjadi pada para komika Stand Up Solo, namun sampai sekarang mereka masih mengalami stres yang disebabkan oleh *broken home*.

Terdapat juga fenomena *bullying* yang juga pernah dialami oleh komika. Mereka mencontohkan seperti mengejek dengan kata-kata yang tidak pantas untuk didengar orang lain. Selain itu juga seseorang tidak menghargai prosedur yang sudah disepakati bersama, karena itu komika Stand Up Solo merasa hal tersebut menjadi tekanan dalam dirinya. Padahal yang dilakukan oleh komika tersebut sesuai dengan prosedur.

*“Tuntutan hidup (LoL). Tuntutan hidup saya sadari ternyata berat juga. Apalagi masuk masa emerging adulthood menuju dewasa muda. Selain kerjaan, saya juga sering menemukan ‘ketidakbiasaan’ yang terjadi. Contohnya, di saat saya mengerjakan sesuatu sesuai kesepakatan dan prosedur, tiba-tiba ada rekan yang dengan sengaja memberikan pengaruh (ucapan) yang membuat berada di bawah tekanan. Misalnya saja, mengejek saya dengan kata tidak berguna.” (Jane)*

Penyebab lain yang menyebabkan stres dalam diri komika adalah permasalahan percintaan atau asmara. Tidak bisa dipungkiri bahwa masalah asmara terkadang menjadi beban pikiran seseorang, jika tidak segera diselesaikan tentunya akan menjadi berlarut-larut. Pada permasalahan percintaan yaitu dengan menyatukan dua orang dengan dua pemikiran yang terkadang berbeda akan menjadi tantangan tersendiri bagi mereka dalam menjalaninya. Perlu adanya sikap kedewasaan diri dan pandai bersikap ketika dalam berbagai kondisi, seperti sedang terjadi ketidaksepahaman di antara keduanya.

Permasalahan pendidikan juga menjadi salah satu penyebab komika Stand Up Solo mengalami stres. Berbagai tuntutan yang ada seperti tugas belajar dan lainnya terkadang membuat seseorang merasa tertekan. Sebagai orang terdidik dan melakukan pendidikan juga akan

berfikir bagaimana karir kedepannya. Terkadang seorang usia-usia remaja mengalami ketakutan mengenai karir dan masa depannya. Ketakutan tersebut dapat mengakibatkan rasa tertekan dalam diri seseorang.

*“Masalah asmara, masa depan, karir dan pendidikan” (Raka)*

Dampak-dampak yang ditimbulkan dari stres akibat kondisi *broken home* pada komika yaitu tidak nyenyak tidur, sehingga istirahat mereka kurang berkualitas. Tidak nafsu makan juga menjadi dampak negatif dari stres yang dialami korban *broken home*. Kondisi *broken home* akan mengakibatkan terpecah-belah dalam sebuah keluarga dan selanjutnya akan memunculkan konflik dan berbagai situasi hal tersebut membuat tidak nyaman pada anak.

*“Benar sekali. Dampaknya terasa hingga sekarang. Sedari dulu saya tidak menyangka bahwa kondisi tersebut dapat membuat saya sering tidak nyenyak dalam tidur. Tiap bangun selalu berusaha sendiri untuk mengurus diri sendiri dengan minim bantuan keluarga” (J)*

*“Awal kejadian tersebut sangat stress, tidak nafsu makan, dan tidur tidak nyenyak” (R)*

Pada remaja dampak tersebut akan mempengaruhi kesehatan mental. Remaja akan merasa marah terhadap kondisi pertengkaran yang dilakukan orang tuanya, namun di sisi lain juga dapat menciptakan kondisi ekstrim seperti terjadinya perceraian seorang dapat merasa lega karena kurangnya pertengkaran. Dampak lain juga mengalami masalah eksternalisasi. Gangguan perilaku, kenakalan remaja dan perilaku impusif (Makarim, 2022).

## 2. *Self Healing Melalui Stand Up Comedy untuk Menghilangkan Stres*

Secara garis besar dan menjadi permasalahan pada para komika Stand Up Solo yaitu pernah mengalami *broken home*. Kondisi tersebut membuat mereka merasakan stres dalam diri mereka. Walaupun awal mula adanya *broken home* yang menimpa diri mereka ketika kecil, namun sampai sekarang juga terdapat juga masih belum membaik. Kondisi demikian tentunya memberikan dampak stres yang berkepanjangan, walaupun tidak setiap saat atau waktu mereka mengalami stres.

*Broken home* menjadi sesuatu yang terkadang menghantui mereka, mereka juga berharap akan adanya kondisi baik dalam keluarga para komika tersebut. Kondisi yang berjalan cukup lama dan nampaknya sudah menjadi terbiasa membuat mereka akhirnya memiliki sikap bodo amat. Seperti pembahasan sebelumnya yaitu awal mula terjadinya kondisi *broken home* di kehidupan mereka ketika mereka masih di bawah umur. Mereka masih dianggap belum memiliki kapasitas dan tidak pantas ikut campur dalam permasalahan orang dewasa, namun nampaknya orang tua sebagai orang dewasa lalai akan dampak pada diri anaknya.

Stres yang disebabkan oleh *broken home* mengakibatkan para komika Stand Up Solo mengalami berbagai kondisi seperti sulitnya tidur dengan nyenyak, tidak nafsu makan dan merasa sendiri dalam kehidupan sehari-hari. Tidur yang tidak berkualitas tentunya akan

mengganggu kesehatan seseorang. Aktifitas yang seharusnya seperti kerja, sekolah dan lain sebagainya menjadi terkendala. Menurunnya nafsu makan juga dapat mengakibatkan menurunnya kesehatan. Tubuh manusia juga membutuhkan asupan makanan yang baik, di samping makanan bergizi juga harus teratur dalam makan.

Perilaku atau kondisi tersebut jika dibiarkan terus menerus akan berdampak buruk bagi kesehatan seseorang. Stres yang disebabkan kondisi *broken home* juga harus dihadapi dan diselesaikan seperti melakukan kegiatan-kegiatan yang positif untuk membangun kondisi tubuh yang baik. Walaupun stres juga memiliki penyebabnya, namun fenomena stres merupakan fenomena yang tidak dapat dihindarkan dalam diri manusia. Selanjutnya tinggal sikap manusia dalam menyikapi adanya stres. Para komika Stand Up Solo juga mengalami stres yang salah satunya disebabkan oleh *broken home*. Stres tersebut memiliki dampak dalam diri para komika tersebut.

*“Benar sekali. Dampaknya terasa hingga sekarang. Sedari dulu saya tidak menyangka bahwa kondisi tersebut dapat membuat saya sering tidak nyenyak dalam tidur. Tiap bangun selalu berusaha sendiri untuk mengurus diri sendiri dengan minim bantuan keluarga.”* (Jane)

*“Awal kejadian tersebut sangat stress, tidak nafsu makan, dan tidur tidak nyenyak”* (Raka)

Kondisi yang dirasakan oleh komika Stand Up Solo tersebut menjadi petanda bahwa mereka mengalami stres. Beberapa upaya juga mereka lakukan untuk meredakan stres yang mereka alami. Kegiatan tersebut seperti melakukan hal yang positif maupun menyenangkan.



Kegiatan olahraga juga menjadi alternatif mereka untuk menjaga tubuh tetap sehat. Seperti yang kita tau sebelumnya akibat mengalami stres tidur mereka menjadi tidak maksimal. Tidur menjadi kegiatan untuk mengistirahatkan tubuh dari berbagai aktifitas sehari-hari.

Olahraga yang rutin juga dapat membuat meningkatnya kesehatan tubuh, menjaga kebugaran tubuh dan lain sebagainya. Kegiatan lain yang juga mereka lakukan seperti melakukan *coping* dengan maksud untuk menanggulangi situasi stres dalam diri seseorang. Melalui penanggulangan stres dapat meminimalisir akibat dari adanya stres yang disebabkan oleh suatu masalah. Masalah seseorang yang terkadang begitu besar, maka seseorang harus mampu mengatur dengan baik dan bahkan mampu menyelesaikan atau menemukan jalan keluar yang baik.

Di era digital dan perkembangan teknologi semakin pesat juga menjadi salah satu alternatif mereka dalam melakukan aktifitas untuk menghilangkan stres. Mereka memanfaatkan teknologi *handphone* untuk bermain game dan mendengarkan musik. Tidak dapat dipungkiri bahwa perkembangan zaman teknologi semakin memudahkan manusia dalam melakukan aktifitas sehari-hari.

*“Melakukan coping pastinya. Biasanya melalui game dan musik. Namun untuk sekarang, lebih mengusahakan diri untuk mencari relasi, entah melalui kerjaan maupun komunitas.”* (Jane)

*“Melakukan hal yang disenangi, seperti olahraga, karena sedang aktif jadi komika jadi membuat materi stand up”* (Raka)

Menjadi komika juga sekarang menjadi alternatif mereka untuk menjadi alat atau media *self healing* dalam menghadapi stres yang

diakibatkan oleh salah satunya *broken home*. Kondisi *broken home* juga sangat membuat mereka stres, namun juga berjalannya waktu mereka memahami keadaan.

Mereka juga memahami bagaimana mencari kegiatan lain yang positif dan menyenangkan untuk mereda kondisi stres dalam diri mereka. Mereka juga sudah menerima keadaan yang ada dalam kehidupan mereka yaitu keluarga. Hal tersebut tentunya disebabkan karena awal mula peristiwa *broken home* sudah sejak lama menimpa mereka. Artinya bahwa mereka sudah mengalami lama dan sudah hafal sesuatu yang harus dikerjakan ketika muncul lagi gesekan di dalam keluarga mereka.

*Tidak terlalu. Saat ini sudah dikatakan bisa menerima. Toh terjadinya sudah lama.” (Jane)*

### **3. Hasil Temuan Wawancara**

Pada penelitian ini peneliti melakukan wawancara kepada komika korban *broken home* yang tergabung atau menjadi anggota Komunitas *Stand up Indonesia chapter Solo*. Narasumber pada penelitian ini berjumlah dua narasumber. Hasil temuan wawancara dibagi menjadi lima yaitu Komunitas *Stand Up Indonesia, broken home*, stres, rencana kedepan dan hubungan narasumber dengan lingkungan. Selanjutnya berikut ini dipaparkan singkat poin-poin penting dari hasil wawancara.

#### **a. Narasumber J**

Secara singkat narasumber memahami betul mengenai Komunitas *Stand up Indonesia*. Awal mula pengetahuan tersebut

dari media sosial yang menjadi *branding* dari komunitas terutama di media sosial. Keingintahuan mengenai komunitas jenis ini karena sedang mencari sebuah komunitas yang cocok dan membutuhkannya untuk menyalurkan hobi dan khususnya melakukan *self healing* dalam proses menghilangkan stres.

Kondisi stres tersebut disebabkan peristiwa *broken home* yang dialami mereka di lingkungan keluarga. Hal tersebut juga berdampak pada diri mereka sampai penelitian ini dilakukan. Hal tersebut membuat narasumber menjadi tidak nyenyak dalam tidur dan melakukan berbagai hal sendiri tanpa bantuan keluarga.

*“Benar sekali. Dampaknya terasa hingga sekarang. Sedari dulu saya tidak menyangka bahwa kondisi tersebut dapat membuat saya sering tidak nyenyak dalam tidur. Tiap bangun selalu berusaha sendiri untuk mengurus diri sendiri dengan minim bantuan keluarga.”* (Jane)

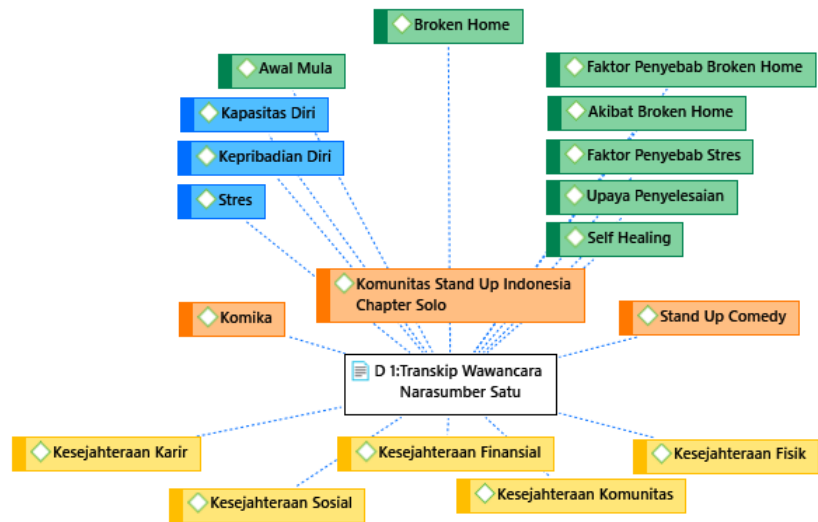
*Broken home* yang dialami narasumber berdampak pada kondisi diri narasumber dan mengakibatkan stres. Beberapa hal yang mereka lakukan ketika mengalami stres yaitu bermain game, mendengarkan musik. Kegiatan tersebut mereka lakukan sebelum mengenal komunitas *stand up* Indonesia. Setelah bergabung pada komunitas tersebut dan menjadi komika, mereka menjadikan kegiatan *stand up comedy* sebagai media *self healing* untuk menghilangkan stres. Kehadiran komunitas ini menurut narasumber cukup membantunya dalam menghilangkan stres akibat *broken home*.

*“Mereka cukup menghibur meskipun saat di kondisi-kondisi baper saya terkadang terbawa perasaan. Namun, kesolidan yang dirasakan saat di tengah-tengah pertemuan, cukup membuat saya rileks.” (Jane)*

Melalui *stand up comedy* dan menjadi komika atau yang menampilkan *stand up comedy* narasumber berfikir untuk saat ini atau saat penelitian ini dilakukan bukan menjadi sumber pendapatan utama. Hal tersebut karena ia masih bekerja, akan tetapi narasumber tidak menutup kemungkinan menjadi komika dijadikan sumber pendapatannya dikemudian hari.

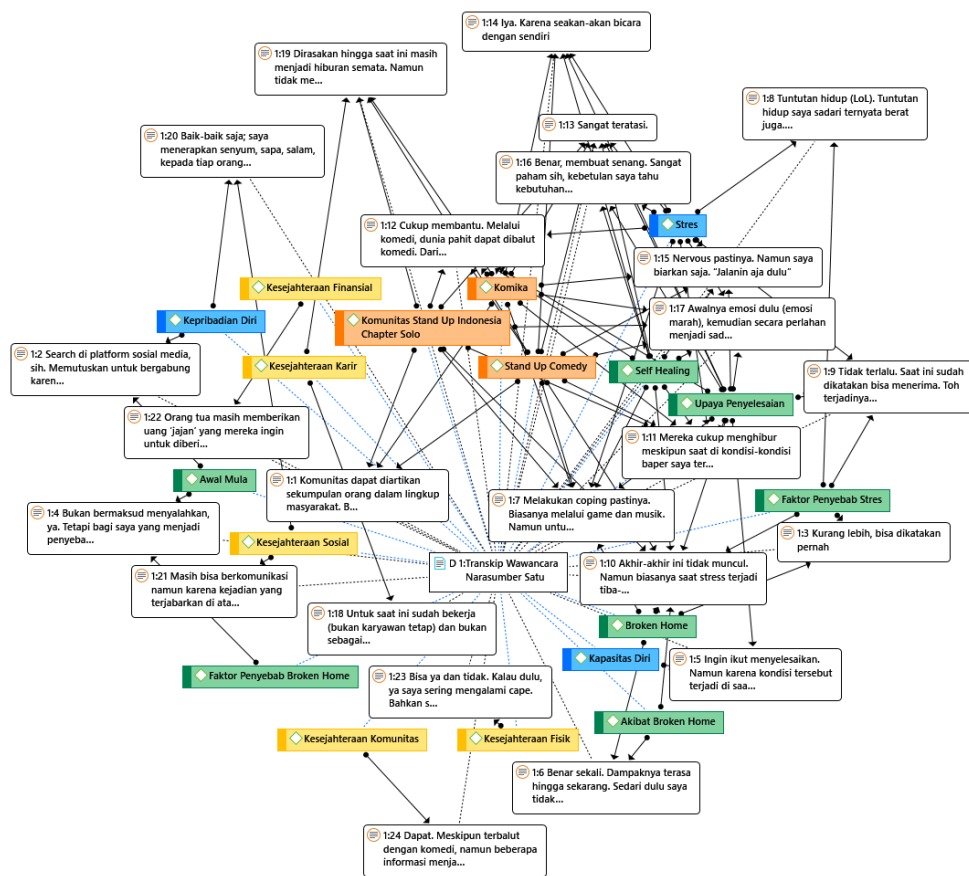
*“Untuk saat ini sudah bekerja (bukan karyawan tetap) dan bukan sebagai komika. Namun apabila nanti terkena PHK, sebagai upaya penanggulangan saya akan mencoba menggeluti pekerjaan di bidang hiburan, bisa saja menjadi komika. Kebetulan saya juga tertarik dalam dunia tersebut.” (Jane)*

Mengenai hubungan narasumber dengan keluarga masih terdapat komunikasi, hal tersebut seperti narasumber masih menjalin komunikasi yang baik dan bahkan mendapatkan uang dari orang tua. Hubungan tersebut menandakan bahwa masih terjadi kondisi yang cukup dan tidak sampai kepada kondisi tidak saling menegur sapa di dalam sebuah keluarga.



Bagan 2 Coding Kategori Narasumber 1 atau J

Di atas disajikan bagan dari hasil coding transkrip wawancara narasumber satu atau R. Di mulai dari warna hijau menjelaskan beberapa poin mengenai berbagai hal yang menyangkut *broken home*. Selanjutnya berwarna biru mengenai diri korban *broken home*. Warna orange menjelaskan peran dan proses menghilangkan stres akibat *broken home*. Warna kuning menjadi bagian yang membuktikan terjadinya berbagai indikator yang penting dalam proses *self healing*. Hasil transkrip lengkapnya mengenai *coding* dan hasil wawancara peneliti sajikan atau tampilkan di lampiran penelitian ini.



Bagan 3 Coding Kategori dan Pertanyaan Narasumber Satu atau J

## b. Narasumber R

Narasumber dua mengenai secara singkat mengenai komunitas *stand up* Indonesia. Awal mula ia mengetahui dari teman yang juga sebelumnya mengetahui komunitas tersebut. Ia melihat komunitas tersebut memiliki kegiatan yang positif dan menghibur. Melalui hal tersebut selanjutnya narasumber memiliki ketertarikan dan akhirnya bergabung pada komunitas *stand up* Indonesia.

*“Kenal dari teman, kemudian melihat kegiatan nya yang positif dan menghibur. Akhirnya saya tertarik untuk ikut bergabung”* (Raka)

Narasumber dalam perjalanan hidupnya mengalami kondisi *broken home* dalam lingkungan keluarga. Ia menuturkan bahwa penyebab terjadinya *broken home* adalah perbedaan pendapat dan kurangnya komunikasi yang baik. Sikap yang ditampilkan yaitu peduli dan terdapat keinginan ikut serta menyelesaikan permasalahannya. Keinginan tersebut terhalang oleh kapasitasnya sebagai anak yang merasa belum mampu masuk dalam persoalan orang dewasa.

*“Penyebabnya perbedaan pendapat/komunikasi dan saya ingin ikut menyelesaikan masalah, namun kapasitas saya sebagai anak sulit untuk ikut campur. Sehingga lebih menerima keadaan” (Raka)*

Akibat dari kondisi *broken home* membuatnya mengalami stres yang menyebabkan narasumber tidak nafsu makan dan tidak nyaman ketika tidur. Ketika stres ia melakukan hal-hal positif seperti olahraga dan sekarang bertambah dengan menjadi komika dengan melakukan *stand up comedy*. Stres yang dialami narasumber tidak hanya disebabkan oleh kondisi *broken home* akan tetapi terdapat penyebab lain seperti asmara, masa depan, karir dan pendidikan.

*“Awal kejadian tersebut sangat stress, tidak nafsu makan, dan tidur tidak nyenyak.” (Raka)’*

*“Melakukan hal yang disenangi, seperti olahraga, karena sedang aktif jadi komika jadi membuat materi stand up” (Raka)*

*“Masalah asmara, masa depan, karir dan pendidikan” (Raka)*

Komunitas *Stand up* Indonesia memiliki peran dalam proses *self healing* para korban *broken home*. Menjadi komika dan melakukan *stand up comedy* menjadi media *self healing*. Narasumber juga berpandangan bahwa seseorang perlu melakukan *self healing*. Seperti yang dirasakan oleh narasumber *self healing* mempengaruhi kehidupan diri narasumber.

*“Dari stand up comedy, saya belajar bahwa tragedi yang terjadi dihidup kita bisa diterima dengan baik”* (Raka)

*“Sangat perlu. Karena stress sangat mempengaruhi dalam kehidupan sehingga perlu self healing”* (Raka)

Rencana karir kedepan yang direncanakan narasumber adalah ingin menjadi profesional sebagai komika *stand up comedy*. Melalui kegiatan *stand up comedy* dan melakukan *stand up* seperti pengalaman narasumber menjadikan emosi dalam dirinya menurun atau terurai. Akan tetapi di masa sekrang *stand up comedy* menjadi hobi, jika kesempatan menjadi *stand up comedy* cukup bagus akan meningkatkan menjadi profesional.

*“Awalnya emosi, namun emosi kita disalurkan melalui stan dup atau bercerita dengan orang lain. sehingga emosi nya bisa terurai”* (Raka)

*“Untuk saat ini masih hobi. Namun apabila ada jalan atau kesempatan bagus maka akan saya lakukan dengan senang hati”* (Raka)

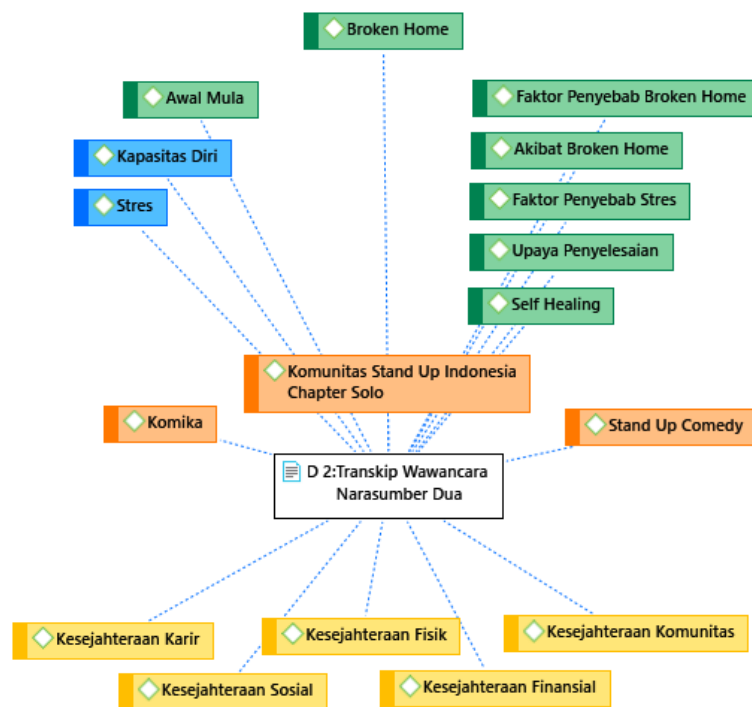
Mengenai hubungan narasumber dengan lingkungan, ia mengakui terkadang bersosialisasi dengan lingkungan sekitar.



Komunikasi baik juga masih terjalin dengan keluarga. Walaupun kondisinya *broken home* namun masih ada komunikasi walaupun tidak sebaik komunikasi dengan keluarga lainnya.

*“Kadang bersosialisasi dengan sekitar, kadang butuh waktu sendiri. Sehingga seimbang”* (Raka)

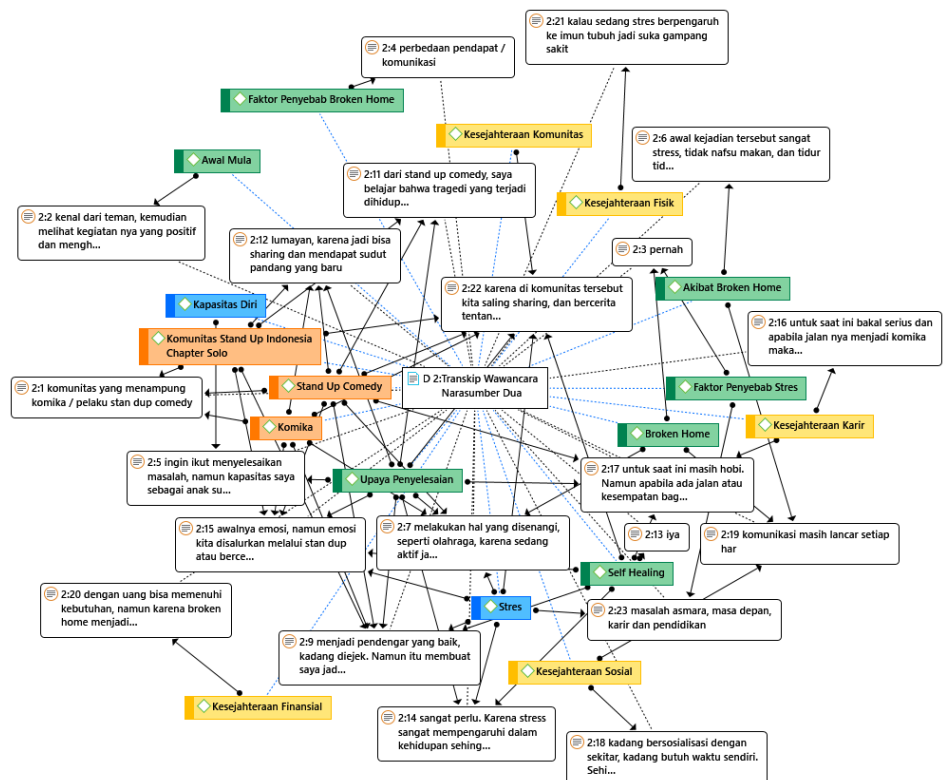
*“Komunikasi masih lancar setiap hari, dengan uang bisa memenuhi kebutuhan, namun karena broken home menjadi terpecah keluarganya. Namun untuk masalah kebutuhan masih terpenuhi”* (Raka)



Bagan 4 Coding Kategori Narasumber Dua atau R

Di atas disajikan bagan dari hasil coding transkrip wawancara narasumber satu atau R. Di mulai dari warna hijau menjelaskan beberapa poin mengenai berbagai hal yang menyangkut *broken home*. Selanjutnya berwarna biru mengenai diri korban *broken home*. Warna orange menjelaskan peran dan proses

menghilangkan stres akibat *broken home*. Warna kuning menjadi bagian yang membuktikan terjadinya berbagai indikator yang penting dalam proses *self healing*. Hasil transkrip lengkapnya mengenai *coding* dan hasil wawancara peneliti sajikan atau tampilkan di lampiran penelitian ini.



Bagan 5 Coding Kategori dan Pertanyaan Narasumber Dua atau R

### C. Pembahasan

Media Self Healing Korban Broken Home Para Komika *Stand up comedy* Solo Raya. Terjadinya stres yang dialami oleh para komika membuat mereka mengalami berbagai dampak dalam dirinya. Seperti yang sudah kita bahas sebelumnya para komika mengalami stres salah satunya karena permasalahan *broken home*. Kondisi yang sudah terjadi sejak lama

membuat mereka terkadang sudah menjadi terbiasa akan hal tersebut. Akan tetapi tidak dapat dipungkiri juga mereka terkadang mengalami stres akibat kondisi *broken home*.

Mereka juga nampaknya mampu mengatasinya dengan berbagai kegiatan positif untuk menghilangkan stres. Setelah ditelusuri mereka juga mengikuti Komunitas *Stand up comedy* Indonesia wilayah Solo Raya. Komunitas yang menjadi wadah para komika untuk bertukar ide, gagasan, cerita dan lain sebagainya. Selanjutnya ide, gagasan atau cerita tersebut dirumuskan menjadi sebuah materi *Stand up comedy*.

Materi-materi yang disajikan juga tidak hanya membahas mengenai pengalaman hidup para komika, mereka juga menyajikan berbagai isu-isu terkini di masyarakat. Pada dasarnya materi-materi tersebut disajikan atau dipaparkan untuk memberikan *comedy* kepada para audiens. Audiens pun tidak hanya berasal dari anggota komunitas, mereka biasanya melakukan acara *Stand up comedy* di tempat tongkrongan anak muda. Tentunya hal tersebut akan menjadi daya tarik tersendiri bagi marketing sebuah *cafe*.

*Trend* tersebut dari waktu ke waktu mengalami perkembangan dan diminati oleh berbagai kalangan untuk sekedar hiburan. Hal tersebut dimanfaatkan oleh para korban *broken home* untuk ikut serta dalam kegiatan *Stand up comedy*. Tidak hanya menjadi penonton atau audiens saja namun mereka juga ikut serta dalam memberikan hiburan kepada orang lain. Melalui *Stand up comedy* selain menjadi hiburan dan mengundang tawa

ketika menjadi penonton, menjadi komika juga membuat mereka merasakan kebahagiaan tersendiri di dalamnya.

Awal mula mereka mengenal Komunitas *Stand Up* Indonesia *chapter* Solo yaitu dengan ketertarikannya terhadap suatu komunitas yang menarik dan menyenangkan. Selain itu juga awal mula mengenal komunitas tersebut melalui relasi dengan teman. Melalui keingintahuan dan informasi tersebut membuat mereka mencoba untuk mencari tahu Komunitas *Stand Up* Indonesia *chapter* Solo yang kebetulan sesuai daerah domisili mereka.

Melalui media sosial komunitas baik Instagram maupun Twitter membuat mereka tertarik untuk bergabung dalam Komunitas *Stand Up* Indonesia *Chapter Solo*. Melalui media sosial juga mereka berpandangan bahwa kegiatan yang dilakukan oleh komunitas tersebut positif dan menghibur. Kegiatan-kegiatan yang diselenggarakan juga cukup aktif bahkan rutin diselenggarakan. Dengan berbekal tersebut mereka memutuskan untuk bergabung pada komunitas tersebut, terlebih mereka merupakan tipe yang mampu dengan mudah menyerap humor.

Setelah mengenal dan memutuskan bergabung mereka mulai mengetahui tentang Komunitas *Stand Up* Indonesia *chapter* Solo. Mereka memahami bahwa komunitas tersebut merupakan komunitas yang mewadahi para komika atau pelawak yang ada di area Solo. Materi lawakan yang mereka bawa yaitu mengenai isu-isu di masyarakat dan isu tersebut dikemas dengan komedi. Akan tetapi komunitas ini juga tidak menutup kemungkinan bergabungnya mereka yang ingin belajar menjadi komika.

Pengenalan mengenai Komunitas *Stand Up* Indonesia *Chapter* Solo membuat mereka memanfaatkan dengan betul untuk kehidupan diri mereka. Hadirnya komunitas tersebut membantu para komika korban *broken home* menyelesaikan permasalahan stres dalam dirinya. Peran tersebut seperti menjadi pendengar berbagai permasalahan yang ada dalam diri komika. Komunitas tersebut juga cukup menghibur diri komika ketika dalam kondisi stres atau menghadapi permasalahan. Solidaritas yang dibangun di dalam komunitas juga menjadi kekuatan untuk menunjukkan hadirnya komunitas dalam hati anggotanya maupun masyarakat luas.

Di sisi lain para juga terdapat kondisi di mana pembicaraan ketika bertemu atau berkumpul muncul kondisi yang tidak menyenangkan. Walaupun sebagai komunitas *Stand up comedy* dikenal sebagai perkumpulan orang-orang yang suka sesuatu menyenangkan. Akan tetapi manusia juga mempunyai hati yang perasa, maka dalam obrolan terkadang dibawa perasaan. Seperti suatu kondisi obrolan yang tidak mengenakan bagi orang lain, seperti saling ejek, tidak disaring dalam menyampaikan sesuatu dan tidak tepat untuk didengar.

Melalui komunitas ini mereka para korban *broken home* kemudian mereka menjadi komika. Mereka tidak hanya menikmati *Stand up comedy* sebagai audiens tapi mereka berperan sebagai komika. Melalui *open mic* atau orang yang menghibur orang lain dengan usaha membuat penonton tertawa. *Open mic* yang dilakukan oleh para korban *broken home* menjadi media *self healing*. Stres yang dialami oleh para korban *broken home*

membuat mereka butuh sesuatu yang menyenangkan untuk menghilangkan stres atau sekedar meredakan efek dari stres. Keadaan tersebut membuat mereka tidak terlalu terbawa atau berlarut-larut kondisi stres.

Awal mula mereka menjadi komika merasa kurang percaya diri, namun berjalannya waktu terbiasa untuk *open mic*. Selanjutnya mereka sudah menjadi terbiasa dan membawakan materi-materi yang berkaitan dengan isu-isu di masyarakat. Isu-isu tersebut dikemas dalam sebuah komedi untuk membuat tertawa orang. Tidak jarang juga materi-materi yang dibawakan memiliki pesan kepada seseorang maupun kelompok, seperti melakukan roasting dengan fokus ke seseorang. Di sisi lain juga terkadang menyampaikan kritik terhadap lembaga negara maupun lainnya namun dikemas menjadi sesuatu yang lucu. Melalui *Stand up comedy* juga dapat menjadi media belajar dan menyadari bahwa kejadian dalam kehidupan dapat diterima dengan baik.

Terdapat kesenangan tersendiri jika kita mampu membuat orang lain senang. Walaupun diri kita sedang mengalami suatu hal kurang baik, namun melalui kegiatan tersebut juga permasalahan yang sedang dihadapi mampu diredakan dan bahkan dapat terselesaikan. Para komika korban *broken home* juga menyadari bahwa dewasa ini membutuhkan perasaan senang ketika sedang mengalami stres.

Melalui rasa senang tersebut para komika menganggap bahwa ketika sedang stres akibat kondisi *broken home* dapat diatasi dengan *self healing*. *Self healing* dengan cara menjadi komika dalam sebuah kegiatan *open mic*

atau ketika perform menghibur penonton di Komunitas *Stand Up* Indonesia *chapter* Solo. Kesadaran tersebut yang membuat mereka terus menerus menjadi komika untuk sekedar *self healing* dari stres akibat *broken home*.

*Self healing* yang dilakukan oleh para komika korban *broken home* menjadi tersalurkan di Komunitas *Stand Up* Indonesia *chapter* Solo. Mereka juga sekarang ini menyadari bahwa ketika tubuh mengalami stres, maka mereka butuh *self healing*. Tentunya stres-stres yang tidak hanya disebabkan oleh *broken home* saja seperti yang sudah kita bahas sebelumnya.

Permasalahan *broken home* mengakibatkan emosi dalam diri karena kondisi yang tidak baik, terjadinya perbedaan pendapat. Pikiran yang dewasa akan mampu mengontrol emosi supaya tidak melewati batas norma-norma di masyarakat. Para korban *broken home* juga menyadari bahwa menghadapi masalah melalui emosi tidak akan selesai. *Self healing* para korban yaitu dengan melakukan *Stand up comedy*. Perbincangan atau bercerita dengan orang lain juga dapat menjadi alternatif mereka untuk berbagi cerita. Dari sini dapat kita lihat, hadirnya Komunitas *Stand Up* Indonesia *chapter* Solo mampu mewedahi mereka yang memiliki latar belakang keluarga yang kurang baik. Anggota komunitas juga menjadi pendengar dalam berbagai cerita, sehingga rasa kekeluargaan, rasa memiliki dan lainnya tumbuh di dalam komunitas tersebut.

Dari pembahasan tersebut dapat dilihat bahwa korban *broken home* memilih bergabung di Komunitas *Stand Up* Indonesia *Chapter* Solo sebagai

media *self healing*. Komunitas tersebut memberikan peran penting dalam mengatasi stres pada korban *broken home*. Mereka mampu meredakan emosi ketika sedang stres dengan *self healing* melalui *Stand up comedy*. Solidaritas yang dibangun dalam komunitas membuat mereka para korban *broken home* merasa nyaman untuk bercerita. Imbasnya adalah para korban menjadikan *Stand up comedy* menjadi jalan mengatasi stres.

Beberapa hal penting juga yang menjadi perhatian untuk melakukan *selfhealing*. Hal-hal tersebut tentunya menjadi kriteria sukses tidaknya *self healing*. Kriteria tersebut dipaparkan melalui beberapa aspek yang dapat diperhatikan seperti aspek berbagai kesejahteraan dalam diri seseorang. Kesejahteraan yang dimaksud seperti kesejahteraan karir, kesejahteraan sosial, kesejahteraan finansial, kesejahteraan fisik dan kesejahteraan komunitas.

Sebagai korban *broken home* yang mengalami *stres* kesejahteraan dalam diri juga harus menjadi perhatian sebagai bentuk *self healing*. Mereka mengikuti Komunitas *Stand Up Indonesia chapter Solo* merupakan bagian dari media *self healing* dari stres. Mengenai sebagai komika merupakan sebuah bagian dari penghasilan dari korban *broken home*. Saat ini menjadi pekerja di suatu tempat walaupun tidak menjadi karyawan tetap mereka tetap menata karir kedepannya dengan baik.

Bekerja di orang lain tentunya tidak menutup kemungkinan akan terkena Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) yang tidak terduga sebelumnya. Lebih jauh lagi mereka yang bukan pekerja kontrak akan kehilangan



pekerjaan jika mereka sudah selesai kontrak, sedangkan tempat mereka bekerja tidak melakukan perpanjangan kontrak maupun mengangkat menjadi pekerja tetap.

Melihat hal tersebut para korban *broken home* yang sekarang menjadi komika menjadikan *Stand up comedy* tidak hanya hiburan atau media *self healing* dari stres semata. Para korban juga tidak membatah kemungkinan mereka akan menekuni dunia hiburan seperti menjadi komika untuk sumber penghasilannya. Jika ditekuni dalam dunia hiburan *Stand up comedy* tidak menutup kemungkinan menjadi komika merupakan penghasilan yang menjanjikan.

Permasalahan mengenai karir tersebut jika dilihat di masa sekarang, para korban *broken home* hanya sekedar hiburan maupun hobby semata. Mereka memanfaatkan *Stand up comedy* sebagai media *self healing* mereka karena stres akibat *broken home*. Tentunya sepanjang hobby tersebut positif dalam menyembuhkan stres, maka *self healing* yang mereka lakukan melalui *Stand up comedy* berjalan dengan lancar dan sukses.

Dapat dilihat juga mereka masih menikmati kegiatan mereka dari kerja dan mengikuti kegiatan di Komunitas *Stand Up Indonesia chapter Solo*. Maka jika mereka merasakan kebahagiaan dalam menjalani kehidupan *self healing* mereka berhasil dilakukan. Kesejahteraan karir tidak akan tercapai jika mereka tidak dapat menikmati hidupnya karena berbagai tekanan. Terlihat juga mereka telah menerima kondisi *broken home* dan

mereka memahami apa yang perlu mereka lakukan untuk *self healing* menghilangkan stres.

Selain aspek kesejahteraan karir, kesejahteraan sosial juga menjadi penting karena manusia sebagai makhluk sosial. Sebagai makhluk sosial manusia saling berinteraksi dengan manusia lain dan saling membutuhkan satu sama lain. Hubungan tersebut dapat menciptakan hidup yang bertumbuh dan berkembang. Lebih lanjut kesejahteraan sosial yang terjadi karena adanya interaksi sosial akan membuat tumbuhnya semangat hidup, tujuan hidup, menikmati hidup.

Walaupun demikian tetap manusia harus belajar untuk bijaksana dalam kehidupan sosial, jangan sampai manusia lain membuat diri kita berlarut-larut dalam permasalahan. Permasalahan yang membuat diri kita stres, bahkan merasa dirinya tidak memiliki kemampuan hidup sehingga memutuskan untuk mengakhiri hidup. Tentunya hal tersebut mencerminkan manusia tidak menikmati hidup, bahkan dapat dikatakan tidak sejahtera.

Berkaitan dengan para korban *broken home* hubungan mereka dengan lingkungannya mengatakan bahwa mereka tidak sering bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Mereka juga berpendapat seseorang perlu waktu untuk menikmati kehidupan dengan sendirian. Di antara keduanya mereka mengatakan seimbang. Artinya tidak terlalu menutup diri maupun terlalu banyak tampil di lingkungan sekitar.

Jika sedang di luar mereka juga dapat memberikan salam sapa, ramah dengan orang lain, dan mampu bersosialisasi dengan baik. Di

samping karena keinginan untuk menikmati waktu dengan sendiri mereka juga disibukan dengan kegiatan, seperti bekerja dan lainnya. Selain beresialisasi dengan lingkungan sekitar, komunikasi dengan lingkungan dalam rumah tangga juga penting kiranya diperhatikan oleh mereka.

Kejadian di masa lalu yang menyebabkan kondisi *broken home* membuat adanya sekat di antara manusia di dalam keluarga. Walaupun mereka masih dapat berkomunikasi di antara yang lain, bahkan salah satu korban *broken home* mengatakan bahwa intensitas berkomunikasi dengan teman lebih intens daripada komunikasi dengan keluarga.

Kesejahteraan selanjutnya yaitu kesejahteraan finansial, kesejahteraan ini tidak terlalu mengukur dari jumlah uang yang dimiliki. Kesejahteraan finansial yang dimaksud adalah mengenai keamanan keuangan dan proses seseorang mampu mengelola keuangannya dengan baik. Memiliki uang yang banyak, jika tidak mampu mengelola dengan baik akan merasa kesulitan, bahkan merasa kurang, sehingga berhutang untuk mencukupi gaya hidup.

Para korban *broken home* mengenai kesejahteraan finansial merasa bahwa kebutuhan masih dapat terpenuhi, walaupun akibat dari *broken home* menjadikan tidak begitu bagi. Orang tua juga masih memberikan uang untuk mereka para korban *broken home*. Mengenai permasalahan keuangan salah satu korban *broken home* menuturkan bahwa ada tidaknya uang membuat menjadi masalah dalam dirinya.

Ketika ia mempunyai banyak uang ingin membeli sesuatu yang tidak sesuai kebutuhan, namun ia menyadari bahwa masih memiliki banyak kebutuhan. Di sisi lain ketika tidak mempunyai uang juga menjadi masalah karena sulit untuk mencukupi kebutuhan. Kesadaran tersebut menunjukkan bahwa masih kurangnya pemahaman mengenai manajemen keuangan yang baik dalam salah satu korban *broken home*. Jika hal tersebut dibiarkan terus menerus maka ia tidak dapat dikatakan sejahtera dalam finansialnya. Maka dari itu *self healing* yang sedang ia lakukan akan terjadi hambatan.

Kesejahteraan selanjutnya adalah kesejahteraan fisik, dalam hal ini pemilihan gaya hidup, pola makan, rajin olahraga, dan istirahat yang cukup akan membuat fisik sejahtera. Tanda-tanda tubuh mengalami kesejahteraan fisik yaitu dengan rasa nyaman dan semangat untuk menjalani kehidupan sehari-hari. Bagi salah satu korban *broken home* yang mengalami stres membuat imun menurun sehingga menyebabkan mudah terserang penyakit.

Di sisi lain salah satu korban *broken home* mengatakan bahwa kondisi tersebut tidak selalu mengganggu kesejahteraan fisiknya. Ketika terganggu kesehatannya ia meluapkannya kepada pasangan maupun rekan di dalam Komunitas *Stand Up Indonesia chapter Solo*. Mengenai sekarang ini ia mengatakan bahwa yang sering mengganggu dirinya untuk mencapai kesejahteraan fisik yaitu aktivitas sehari-hari yang terkadang membuatnya kurang istirahat. Kondisi tersebut membuatnya kurang fit dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Melalui kedua contoh dari para korban *broken home* terlihat bahwa tidak setiap waktu mereka mengalami

kesejahteraan fisik. Mereka terkadang mengalami kondisi badan yang kurang baik dan terganggu untuk melaksanakan aktifitas sehari-hari.

Aspek kesejahteraan yang terakhir adalah kesejahteraan komunitas, artinya bahwa seseorang yang ikut serta aktif dalam sebuah komunitas/organisasi akan mampu meningkatkan arti kehidupan. Melalui sebuah komunitas seseorang dapat menyalurkan bakat dalam dirinya. Ciri-ciri seseorang memiliki kesejahteraan komunitas adalah terciptanya rasa nyaman terhadap lingkungan sebuah komunitas.

Para korban *broken home* menjadikan Komunitas *Stand Up Indonesia chapter Solo* sebagai media *self healing*. Rasa nyaman dan rasa solidaritas yang ada dalam komunitas tersebut membuat mereka senang mengikutinya. Mereka juga mendapatkan masukan-masukan mengenai berbagai permasalahan yang sedang dialami. Melalui bercerita tersebut mereka juga menganggap bagian dari *self healing*.

Dari pembahasan mengenai aspek-aspek terpenting dalam *self healing* menunjukkan belum sepenuhnya dapat dikatakan *self healing* pada kondisi-kondisi tertentu. Seperti pada kesejahteraan finansial dan kesejahteraan fisik. Perlu adanya manajemen yang baik dalam finansial supaya dapat tetap mencukupi kebutuhan sehari-hari. Selanjutnya kesejahteraan fisik juga perlu diperhatikan supaya tidak berlarut-larut fisiknya dalam kondisi tidak sehat. Keberhasilan *self healing* dipengaruhi oleh aspek-aspek kesejahteraan yang telah kita bahas. Penting kiranya para korban *broken home* jika ingin menggunakan *Stand up comedy* sebagai

media *self healing* dalam mengatasi stres maka perlu memperhatikan aspek-aspek tersebut.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari pembahasan tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat kondisi stres yang dialami oleh para korban *broken home*. Walaupun kejadian *broken home* sudah sejak lama, namun terkadang masih muncul permasalahannya di masa sekarang. Hal tersebutlah yang membuat munculnya stres dalam diri mereka. Berjalannya waktu mereka mulai menjadi terbiasa dalam menghadapi kondisi *broken home*. Salah satu media *self healing* yang dilakukan para korban *broken home* adalah menjadi komika dan bergabung dalam Komunitas *Stand Up Indonesia chapter Solo*.

Keikutsertaan tersebut berjalannya waktu membuat mereka menjadi komika, artinya tidak hanya menikmati hiburan dari para komika mereka juga ikut serta menghibur orang lain sebagai komika. Proses menjadi komika ini membuat mereka senang dan beranggapan hal tersebut bagian dari *self healing*. Selain itu ketika *open mic* atau *perform* Hal tersebut menjadi media *self healing* dalam mengatasi stres yang mereka alami. Beberapa aspek penting dalam terwujudnya *self healing* adalah kesejahteraan karir, kesejahteraan sosial, kesejahteraan finansial, kesejahteraan fisik dan kesejahteraan komunitas.

#### **B. Saran**

Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dalam penelitian ini, maka perlu adanya penelitian lebih lanjut mengenai *self healing*, *broken*

*home*, stres dan *Stand up comedy*. Seperti mengkaji kondisi *broken home* yang baru terjadi di masa sekarang pada seseorang. Hal tersebut tentunya akan menjadi hal yang penting karena stres para korban *broken home* baru terjadi dalam waktu dekat. Peneliti melihat jika kejadian *broken home* pada masa lampu dan terpaut waktu yang lama membuat para korban akan bersikap biasa saja. Maka dari itu stres yang dialami tidak terlalu besar pada masa sekarang jika awal mula *broken home* sudah terjadi sejak lama.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, O., Mahbub, R., & Ab, A. (2018). *Stand up comedy, Stand up comedy Indonesia, Satire, Diskriminasi, Semiotika, John Fiske. 071511533055*, 1–16.
- Agnes Maria. (2021). Pemulihan Konsep Diri Dalam Penyembuhan Luka Batin. *Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 2.
- Aisa, A., Hasanah, I., Hasanah, U., & Wahyuningrum, S. R. (2021). Self-Healing Untuk Mengurangi Stres Akademik Mahasiswa Saat Kuliah Daring. *Pamomong: Journal Of Islamic Educational Counseling*, 2(2), 136–153. <https://doi.org/10.18326/Pamomong.V2i2.136-153>
- Akin Adetunji. (2013). *The Interactional Context Of Humor In Nigerian Stand-Up Comedy*.
- Ahmadi, A. (2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2017). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40–47. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Anita Chaudhari, Brinzel Rodrigues, S. M. (2016). *Proses Komunikasi Intrapersonal Komika Dalam Mengangkat Isu Materi Stand Up Comedy (Studi Deskriptif Kualitatif Pada Komunitas Stand Up Comedy UIN Jogja*. 390–392.
- Arista, M. P. (2017). *Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Dysmenorrhea pada Remaja Putri di MAN 1 Kota Madiun*. STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Asih, G. Y., Widhiastuti, H., & Dewi, R. (2018). *Stress Kerja*. Semarang: Semarang University Press.
- Bahrien, B., & Ardianty, S. (2017). Pengaruh Efektivitas Terapi Self Healing Menggunakan Energi Reiki Terhadap Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 141–148. <https://doi.org/10.15575/Psy.V4i1.1227>
- Cast, Alicia D., & Burke, Peter J. (2002). Sebuah Teori Harga Diri. *Pasukan Sosial*, 3.
- Comedy, S. U., Naratif, P., Pragiwaksono, P., & Putra, S. D. (N.D.). Struktur Narasi Pada Tayangan *Stand up comedy*. *Ejournal3.Undip.Ac.Id*.
- Dr. Edi Suryadi, M., Dr. Darmawan, M.Si., M., & Drs. Ajang Mulyadi, M. M. (2019). *Metode Penelitian Komunikasi*.
- Ibrahim, N., Qura, U., & Rahman, F. (2020). Speech Act Of Indonesia Stand Up Comedian That Potentially Implicated To Racist Problem. *Linguistic*

*Forensic Analysis.*

- Ifah Atur Kuniati. (2019). *Stand Up Comedy, Retorika Generasi Milenial*. 2.
- Ikhsan, M. N. (2021). *Stand Up Comedy sebagai Media Dakwah dan Kritik Sosial terhadap Karya Dzawin Nur Ikram*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Imron, M., & Bagus, S. (2019). Analisis Faktor Penyebab dan Dampak Keluarga Broken Home. *Jurnal Raheema: Jurnal Studi Gender Dan Anak*, 6(2), 245–256.
- Ismail, N. (2019). *Stand Up Comedy Sebagai Media Kritik Sosial Terhadap Pemerintah (Analisis Wacana Video Stand Up Comedy Arie Kriting)*. 7–30.
- Ismail Suardi Wekke. (2019). *Metode Penelitian Sosial*.
- Khusna, G. A. U. (2021). *Pengembangan Modul Sel Healing Untuk Mengurangi Trauma Bagi Korban Pelecehan Seksual*. [Http://Digilib.Uinsby.Ac.Id/50539/](http://Digilib.Uinsby.Ac.Id/50539/)
- Krissandi, A. D. S., & Setiawan, K. A. (2018). Kritik Sosial *Stand up comedy* Indonesia Dalam Tinjauan Pragmatik. *Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra*.
- Kusnadi. (2016). Komunikasi dalam al-Qur'an (Studi Analisis Komunikasi Interpersonal pada Kisah Ibrahim). *Intizar*, 20(2), 267–284.
- Lee Lee Hia, & Vahedi, V. (2015). *Self-Healing Polymer Composites: Prospects, Challenges, And Applications*. 221.
- Makarim, F. R. (2022). Dampak Kesehatan Mental yang Bisa Dialami Anak Broken Home. Retrieved September 29, 2023, from halodoc.com website: <https://www.halodoc.com/artikel/dampak-kesehatan-mental-yang-bisa-dialami-anak-broken-home>
- Muthi'atur Rahimah. (2022). *Konsep Self Healing Dengan Zikir Dan Syukur Dalam Al-Qur'an (Studi Analisis Kitab Tafsir Al-Mishbah Karya M. Quraish Shihab (L. 1944 M))*.
- Naessens, & David, E. (2018). *The Development Of Comic Stage Persona (CSP) In Stand-Up Comedy: An Interdisciplinary Approach To An Intersubjective Performance Phenomenon*.
- Nazir, M. (2009). Metode Penelitian. In *Ghalia Indonesia*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Novita, K. (2022). *Resiliensi Remaja pada Keluarga Single Parent dari Perceraian di Desa Sukomaju Kabupaten Banyuwangi*. Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
- Nur, L., & Mugi, H. (2021). Tinjauan literatur mengenai stres dalam organisasi.

- Jurnal Ilmu Manajemen*, 18(1), 20–30. Retrieved from <https://journal.uny.ac.id/index.php/jim/article/view/39339/15281>
- Papana, R. (2012). *Kiat Tahap Awal Belajar Stand Up Comedy Indonesia Kitab Suci*. Jakarta: Media Kita.
- Penulis, T. (n.d.). Sejarah Komunitas Stand Up Comedy Indonesia. Retrieved March 15, 2023, from standupindo.id website: <https://standupindo.id/sejarah-komunitas-stand-up-comedy-indonesia/>
- Pragiwaksono, P. (2012). *Merdeka dalam Bercanda*. Yogyakarta: Bentang.
- Prasetyo, M. (2009). *Membangun Komunikasi Keluarga*. Jakarta: Alex Media.
- Pratama, R., Syahniar, S., & Karneli, Y. (2016). Perilaku Agresif Siswa dari Keluarga Broken Home. *Konselor*, 5(4), 238. <https://doi.org/10.24036/02016546557-0-00>
- Sri, L. (2012). *Psikologi Keluarga: Penanaman Konflik dalam Keluarga*. 2012: Kencana.
- Puksi, F. F. (2018). Presupposition Contributions In Stand-Up Comedy (Discourse Analysis Of Raditya Dika's Stand-Up Comedy On Youtube). *Journal Of Applied Studies In Language*.
- Ramon Papana. (2016). *Stand-Up Comedy Indonesia. Buku*.
- Setiawati, N. (2020). *Cakap Berkomunikasi (Seni Public Speaking Dan Berbicara Komunikatif)*.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Alfabeta.
- Sukmadinata, S. N. (2005). *Metode Penelitian. Bandung: PT Remaja Rosdakarya*.
- Tanzeh, A. (2009). *Pengantar Metode Penelitian*. Yogyakarta: TERAS.
- Wibowo, J. J. H. (2017). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja Kelurahan Ploso Baru Surabaya*. Universitas Airlangga Surabaya.
- Wulandari, D., & Fauziah, N. (2019). Pengalaman Remaja Korban Broken Home (Studi Kualitatif Fenomenologis). *Jurnal EMPATI*, 8(1), 1–9. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.23567>
- Yusuf, A. M. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Fajar Interpretama Mandiri.

## LAMPIRAN

### A. Panduan wawancara

Aspek	Indikator
Kesejahteraan karir	<ul style="list-style-type: none"><li>• Meluangkan waktu dengan orang yang se frekuensi</li><li>• Berkumpul dan berdiskusi dengan orang yang memiliki misi hidup yang sama</li></ul>
Kesejahteraan sosial	<ul style="list-style-type: none"><li>• Meluangkan waktu sekitar 6 jam dalam sehari untuk berintraksi dengan teman atau keluarga</li></ul>
Kesejahteraan finansial	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mengelola keuangan dengan baik</li></ul>
Kesejahteraan fisik	<ul style="list-style-type: none"><li>• Melakukan aktifitas olahraga minimal 20 menit setiap hari</li><li>Istirahat yang cukup</li></ul>

Kesejahteraan komunitas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memiliki passion yang sama dengan anggota komunitas</li> <li>• Berkontribusi dalam komunitas tersebut</li> </ul>
-------------------------	---

## B. Hasil Wawancara

### a) Narasumber Satu atau J

1) Apa yang anda ketahui mengenai komunitas *stand-up comedy* di solo?

=Komunitas dapat diartikan sekumpulan orang dalam lingkup masyarakat. Bisa dicirikan adanya kesamaan karakteristik/ciri khas tertentu dari para anggotanya. Untuk itu komunitas *stand-up comedy* Solo bisa diartikan kumpulan pelawak tunggal yang diadakan di area Solo; mereka melawak sambil membahas isu yang dibalut komedi. Tidak menutup kemungkinan bahwa kumpulan tersebut hanya untuk komika, namun bisa saja untuk orang yang ingin belajar melawak pula.

2) Bagaimana awal mula anda mengetahui dan mengapa memutuskan untuk bergabung komunitas tersebut?

=Search di platform sosial media, sih. Memutuskan untuk bergabung karena memang sedang mencari komunitas yang sesuai. Terlebih saya melihat pada sebuah akun komunitas terkait di

Twitter, acara yang diselenggarakan cukup banyak. Selain mengisi waktu, saya tipe orang yang mudah menyerap humor.

3) Apakah anda pernah mengalami kondisi broken home?

=Kurang lebih, bisa dikatakan pernah.

4) Jika ia faktor apa yang menyebabkan broken home? Ekonomi, komunikasi, dan lain sebagainya

=Bukan bermaksud menyalahkan, ya. Tetapi bagi saya yang menjadi penyebab itu datangnya orang baru di keluarga kecil yang terdengar di keluarga besar sehingga terjadi cekcok antara keduanya. Selain karena komunikasi, egosentris juga termasuk, ketidakdewasaan, dan lain-lain.

5) Bagaimana anda menyikapi kondisi broken home? Biasa saja, cuek, peduli terhadap kondisi tersebut dan ingin ikut serta menyelesaikan

=Ingin ikut menyelesaikan. Namun karena kondisi tersebut terjadi di saat kecil dan saya selalu dianggap anak kecil yang tidak bisa apa-apa serta pendapatnya tidak bermutu, saya menjadi diam. Mulanya saya tetap berusaha untuk peduli, sekali, dua kali, tiga kali, namun tetap tidak didengarkan. Akhirnya saya bodo amat.

6) Apakah kondisi broken home mengakibatkan anda stress atau sulit tidur karena memikirkan kondisi keluarga, sehingga berakibat pada nafsu makan dan mudah lelah?

=Benar sekali. Dampaknya terasa hingga sekarang. Sedari dulu saya tidak menyangka bahwa kondisi tersebut dapat membuat saya sering tidak nyenyak dalam tidur. Tiap bangun selalu berusaha sendiri untuk mengurus diri sendiri dengan minim bantuan keluarga.

7) Apa yang anda lakukan jika sedang mengalami stress?

=Melakukan *coping* pastinya. Biasanya melalui game dan musik. Namun untuk sekarang, lebih mengusahakan diri untuk mencari relasi, entah melalui kerjaan maupun komunitas.

8) Penyebab apa saja yang biasanya menyebabkan anda stress? (selain broken home)

=Tuntutan hidup (LoL). Tuntutan hidup saya sadari ternyata berat juga. Apalagi masuk masa *emerging adulthood* menuju dewasa muda. Selain kerjaan, saya juga sering menemukan ‘ketidakbiasaan’ yang terjadi. Contohnya, di saat saya mengerjakan sesuatu sesuai kesepakatan dan prosedur, tiba-tiba ada rekan yang dengan sengaja memberikan pengaruh (ucapan) yang membuat berada di bawah tekanan. Misalnya saja, mengejek saya dengan kata tidak berguna.

9) Apakah dengan kondisi broken home sangat menyebabkan anda stress?

=Tidak terlalu. Saat ini sudah dikatakan bisa menerima. Toh terjadinya sudah lama.

10) Apa yang anda lakukan jika mengalami stress yang disebabkan oleh broken home?

=Akhir-akhir ini tidak muncul. Namun biasanya saat stress terjadi tiba-tiba karena teringat, saya bermain dengan teman komunitas.

11) Bagaimana peran komunitas stand up comedi di solo dalam menyelesaikan permasalahan stress dalam diri anda?

=Mereka cukup menghibur meskipun saat di kondisi-kondisi baper saya terkadang terbawa perasaan. Namun, kesolidan yang dirasakan saat di tengah-tengah pertemuan, cukup membuat saya rileks.

12) Apakah anggota komunitas membantu anda untuk menghilangkan stress melalui proses *stand up comedy*?

=Cukup membantu. Melalui komedi, dunia pahit dapat dibalut komedi. Daripada terbawa stress berlarut, lebih baik keadaan saya tertawa dan diterima saja.

13) Apakah dengan bertemu mereka anda merasa stress yang dihadapi cukup teratasi?

=Sangat teratasi.

14) Apakah anda merasa ketika menjadi comica merupakan bagian *self-healing*?

=Iya. Karena seakan-akan bicara dengan sendiri.

15) Apa yang anda rasakan ketika sedang open mic atau sedang stand up?

=*Nervous* pastinya. Namun saya biarkan saja. "Jalanin aja dulu".

16) Sebagai manusia dewasa apakah perasaan tersebut membuat anda senang? Dan apakah anda faham betul mengenai kebutuhan diri



anda? Misalkan sedang stress butuh self healing untuk mengurangi stress

=Benar, membuat senang. Sangat paham sih, kebetulan saya tahu kebutuhan manusia dari hierarki Maslow. Untuk mencapai penghargaan, saya harus mencukupi sosial dulu. Untuk itu saya bergabung komunitas. Kalau bicara mengenai stress butuh self-healing, bagi saya itu dapat dilakukan secara sadar maupun tidak sadar. Saya merasa tubuh memiliki alarm saat sedang merasa stress, seperti ada sesuatu yang salah.

17) Sebagai manusia dewasa ketika anda stress permasalahan broken home apakah anda emosi atau lebih memilih self healing ngobrol dengan anggota komunitas *stand up comedy*?

=Awalnya emosi dulu (emosi marah), kemudian secara perlahan menjadi sadar bahwa selain marah untuk menyelesaikan masalah dibutuhkan solusi; dan untuk saat ini yang saya dapatkan dari pencarian solusi adalah mencari teman berbincang, anggota komunitas *stand-up comedy* Solo misalnya.

18) Bagaimana rencana kedepan mengenai karir anda?

=Untuk saat ini sudah bekerja (bukan karyawan tetap) dan bukan sebagai komika. Namun apabila nanti terkena PHK, sebagai upaya penanggulangan saya akan mencoba menggeluti pekerjaan di bidang hiburan, bisa saja menjadi komika. Kebetulan saya juga tertarik dalam dunia tersebut.

19) Apakah menjadi comika atau dunia *stand up comedy* hanya hiburan semata atau hobby? jika pekerjaan sebagai comika apakah anda menikmatinya dan apa yang akan anda lakukan kedepannya? jika hanya hobby apakah anda menikmati aktifitas hobby anda dan bagaimana pandangan kedepan

=Dirasakan hingga saat ini masih menjadi hiburan semata. Namun tidak menutup kemungkinan bahwa akan menjadi hobi karena saya sendiri pun sesaat berkumpul perasaan menjadi cinta dan seperti terikat dengan komunitas ini.

20) Bagaimana hubungan anda dengan lingkungan anda? Apakah anda sering melakukan kegiatan bersama dengan lingkungan anda? Atau anda cenderung jarang bersosialisasi dengan masyarakat sekitar.

=Baik-baik saja; saya menerapkan senyum, sapa, salam, kepada tiap orang yang *eye-contact* dengan saya. Karena sibuk ya, saya jarang bersosialisasi. Tetapi saya bukan kepribadian introvert. Ada orang silakan, tidak ada ya silakan. Energi saya biasa-biasa saja.

21) Dengan latar belakang keluarga anda apakah anda masih dapat berkomunikasi atau berhubungan baik dengan keluarga? Atau ada sekat di antaranya.

=Masih bisa berkomunikasi namun karena kejadian yang terjabarkan di atas, saya merasa seperti ada sekat. Sehingga komunikasi tidak sesering seperti saya berkomunikasi dengan teman.

22) Apakah dengan kondisi keluarga anda, anda masih dapat mencukupi kebutuhan anda baik melalui pekerjaan atau dari orang tua? Apakah dengan uang menurut anda dapat memunculkan kebahagiaan dalam diri anda maupun di lingkungan keluarga anda

=Orang tua masih memberikan uang 'jajan' yang mereka ingin untuk diberikan kepada saya. Tetapi uangnya tidak mengcover keseluruhan kebutuhan saya seperti sebelum kejadian tersebut terjadi. Bisa memunculkan, bisa tidak memunculkan. Saya terkadang pusing melihat banyak uang, mau foya-foya kebutuhan juga sangat banyak. Namun juga terkadang pusing tidak ada uang, karena tidak dapat mencukupi kebutuhan hidup. Untuk saat ini, uang lebih sering hanya untuk saya pribadi, bukan orang tua. Tetapi ketika mengulas balik hal yang dulu, uang dapat membuat keluarga saya tersenyum karena ada jerih payah saya di sana.

23) Dengan kondisi keluarga seperti itu apakah anda jadi sering mengalami cape dan lain sebagainya? jika iya apakah itu berakibat pada kondisi kesehatan anda?

=Bisa ya dan tidak. Kalau dulu, ya saya sering mengalami cape. Bahkan saya sering menolak tawaran dari client. Namun sekarang, tidak. Saya telah mendapatkan pasangan dan teman komunitas yang bisa mendukung kebutuhan emosional saya. Kalaupun berbicara kondisi sehat, saya merasa badan tidak terlalu fit, dan ini bukan

karena kondisi keluarga. Tetapi karena aktivitas sehari-hari yang menurut saya *over*.

24) Apakah dengan mengikuti komunitas ini anda dapat menentukan arti kehidupan dan tujuan hidup? Apakah komunitas ini mampu memberikan wadah untuk media self healing anda dari permasalahan di keluarga

=Dapat. Meskipun terbalut dengan komedi, namun beberapa informasi menjadi motivasi saya untuk tetap bertahan hidup. Saya rasa, mampu. Buktinya saya sekarang lebih tenang-tenang saja setelah lebih banyak mengobrol.

b) Narasumber Dua atau R

1) Apa yang anda ketahui mengenai komunitas *stand up comedy* di solo?

= komunitas yang menampung komika / pelaku stan dup comedy

2) Bagaimana awal mula anda mengetahui dan mengapa memutuskan untuk bergabung komunitas tersebut?

= kenal dari teman, kemudian melihat kegiatannya yang positif dan menghibur. Akhirnya saya tertarik untuk ikut bergabung

3) Apakah anda pernah mengalami kondisi broken home?

= pernah

4) Jika ia faktor apa yang menyebabkan broken home? Ekonomi, komunikasi, dan lain sebagainya

= perbedaan pendapat / komunikasi

- 5) Bagaimana anda menyikapi kondisi broken home? Biasa saja, cuek, peduli terhadap kondisi tersebut dan ingin ikut serta menyelesaikan  
= ingin ikut menyelesaikan masalah, namun kapasitas saya sebagai anak sulit untuk ikut campur. Sehingga lebih menerima keadaan
- 6) Apakah kondisi broken home mengakibatkan anda stress atau sulit tidur karena memikirkan kondisi keluarga, sehingga berakibat pada nafsu makan dan mudah Lelah  
= awal kejadian tersebut sangat stress, tidak nafsu makan, dan tidur tidak nyenyak
- 7) Apa yang anda lakukan jika sedang mengalami stress?  
= melakukan hal yang disenangi, seperti olahraga, karena sedang aktif jadi komika jadi membuat materi stand up
- 8) Penyebab apa saja yang biasanya menyebabkan anda stress? (selain broken home)  
= masalah asmara, masa depan, karir dan pendidikan
- 9) Apakah dengan kondisi broken home sangat menyebabkan anda stress?  
= sangat
- 10) Apa yang anda lakukan jika mengalami stress yang disebabkan oleh broken home?
- 11) Bagaimana peran komunitas stand up comedi di solo dalam menyelesaikan permasalahan stress dalam diri anda?

= menjadi pendengar yang baik, kadang diejek. Namun itu membuat saya jadi bisa lebih menerima keadaan

12) Apakah anggota komunitas membantu anda untuk menghilangkan stress melalui proses *stand up comedy*?

= dari *stand up comedy*, saya belajar bahwa tragedi yang terjadi dihidup kita bisa diterima dengan baik

13) Apakah dengan bertemu mereka anda merasa stress yang dihadapi cukup teratasi?

= lumayan, karena jadi bisa sharing dan mendapat sudut pandang yang baru

14) Apakah anda merasa ketika menjadi comica merupakan bagian self healing?

= iya

15) Apa yang anda rasakan ketika sedang open mic atau sedang stand up?

= awalnya grogi, namun saat sudah stand up dan mengeluarkan materi yang diresahkan menjadi lega

16) Sebagai manusia dewasa apakah perasaan tersebut membuat anda senang? Dan apakah anda faham betul mengenai kebutuhan diri anda? Misalkan sedang stress butuh self healing untuk mengurangi stress

= sangat perlu. Karena stress sangat mempengaruhi dalam kehidupan sehingga perlu self healing

17) Sebagai manusia dewasa ketika anda stress permasalahan broken home apakah anda emosi atau lebih memilih self healing ngobrol dengan anggota komunitas *stand up comedy*?

= awalnya emosi, namun emosi kita disalurkan melalui stan dup atau bercerita dengan orang lain. sehingga emosi nya bisa terurai

18) Bagaimana rencana kedepan mengenai karir anda?

= untuk saat ini bakal serius dan apabila jalan nya menjadi komika maka saya akan professional menjadi komika stand up

19) Apakah menjadi comika atau dunia *stand up comedy* hanya hiburan semata atau hobby? jika pekerjaan sebagai comica apakah anda menikmatnya dan apa yang akan ada lakukan kedepannya? jika hanya hobby apakah anda menikmati aktifitas hobby anda dan bagaimana pandangan kedepan

= untuk saat ini masih hobi. Namun apabila ada jalan atau kesempatan bagus maka akan saya lakukan dengan senang hati

20) Bagaimana hubungan anda dengan lingkungan anda? Apakah anda sering melakukan kegiatan bersama dengan lingkungan anda? Atau anda cenderung jarang bersosialisasi dengan masyarakat sekitar.

= kadang bersosialisasi dengan sekitar, kadang butuh waktu sendiri. Sehingga seimbang

21) Dengan latar belakang keluarga anda apakah anda masih dapat berkomunikasi atau berhubungan baik dengan keluarga? Atau ada sekat di antaranya.

= komunikasi masih lancar setiap hari

22) Apakah dengan kondisi keluarga anda, anda masih dapat mencukupi kebutuhan anda baik melalui pekerjaan atau dari orang tua? Apakah dengan uang menurut anda dapat memunculkan kebahagiaan dalam diri anda maupun di lingkungan keluarga anda

= dengan uang bisa memenuhi kebutuhan, namun karena broken home menjadi terpecah keluarganya. Namun untuk masalah kebutuhan masih terpenuhi

23) Dengan kondisi keluarga seperti itu apakah anda jadi sering mengalami cape dan lain sebagainya? jika iya apakah itu berakibat pada kondisi kesehatan anda?

= kalau sedang stres berpengaruh ke imun tubuh jadi suka gampang sakit

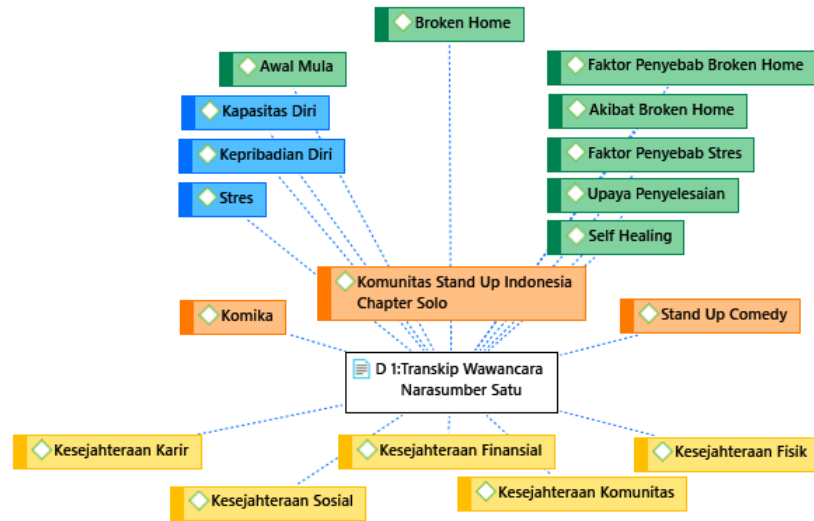
24) Apakah dengan mengikuti komunitas ini anda dapat menentukan arti kehidupan dan tujuan hidup? Apakah komunitas ini mampu memberikan wadah untuk media self healing anda dari permasalahan di keluarga

= karena di komunitas tersebut kita saling sharing, dan bercerita tentang keluh kesah. Kadang mendapatkan solusi, dan berbagai sudut pandang masalah arti dan tujuan hidup. namun dengan bercerita kepada orang lain saja sudah bisa kita jadikan media self healing.

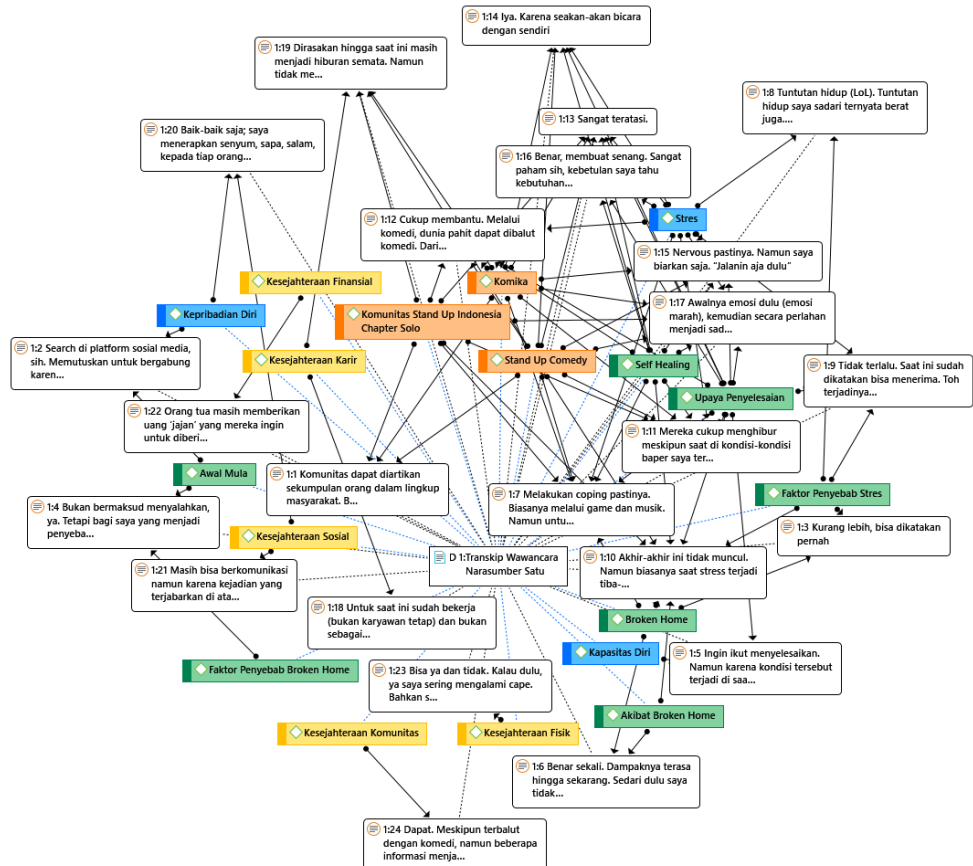


## C. Coding Atlas.Ti

### 1. Narasumber Satu



Gambar 2 Coding Kategori Code



Gambar 3 Coding Kategori Code dan Pertanyaan



#### D. Dokumentasi

o



*Gambar 6 Diskusi Bersama Para Komika*



*Gambar 7 Kegiatan Stand Up Comdey Chapter Solo*



## AGUS MASHUDI SODIK

+6285336286802 | agusmashudisodik07@gmail.com | linkedin.com/in/agusmashudisodik/

Jl. Mayor Achmadi, Jurangkambil, Jeruksawit, Kec. Gondangrejo, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah 57188  
Saya merupakan mahasiswa semester akhir di UIN Raden Mas Said Surakarta, Jurusan Bimbingan Konseling Islam. Memiliki kemampuan leadership dan public speaking. Menyukai hal-hal yang memacu untuk berpikir kritis dan mencari problem solvingnya. Mempunyai beberapa pengalaman organisasi internal dan eksternal kampus, pengalaman kepanitiaan dan pelatihan. Saya tertarik di bidang Human Resource, Public Affairs, dan Manajemen.

### Work Experiences

---

#### PT. Adilaya Sukses Sejahtera

Dec 2022 - Jan 2023

##### Telemarketing

- Melakukan panggilan telepon pemasaran
- Menentukan pelanggan berpotensi
- Memberikan jawaban dan informasi terkait pelayanan
- Melakukan follow up kepada pelanggan
- Berhasil melakukan deal melebihi target dengan customer sebanyak 20 customer/bulan

#### Yayasan Rehabilitasi Kusuma Bangsa Surakarta

Sep 2022 - Nov 2022

##### Konselor

- Menyimpan dan menyiapkan catatan dan file kasus klien
- Mengembangkan rencana rehabilitasi yang sesuai dengan klien baik itu tingkat pendidikan, kemampuan fisik, dan tujuan karir
- Memantau dan mencatat kemajuan klien untuk memastikan bahwa tujuan dan sasaran terpenuhi
- Berunding dengan klien untuk mendiskusikan pilihan dan tujuan mereka sehingga program rehabilitasi dan rencana untuk mengakses layanan yang dibutuhkan dapat dikembangkan

#### Snapstory

May 2022 - Aug 2022

##### Supervisor

- Mempersiapkan opening cafe
- Bertanggung jawab terhadap administrasi dan Supply Chain cafe
- Bertanggungjawab penuh terhadap seluruh operasional cafe
- Mengontrol dan mengawasi sdm
- Memberikan solusi terhadap permasalahan cafe
- Mencapai target penjualan
- Mengadakan event internal seperti promo penjualan, dan perayaan hari besar

#### Bento Kopi UMS

Jun 2021 - Mar 2022

##### Supervisor

- Bertanggungjawab penuh terhadap seluruh operasional cafe
- Mengontrol dan mengawasi sdm
- Memberikan solusi terhadap permasalahan cafe
- Mencapai target penjualan dan berhasil memasarkan brand di Kota Surakarta
- Mengadakan event internal seperti promo penjualan, dan perayaan hari besar, event eksternal seperti kegiatan donor darah, perlombaan social media, penayangan film dan konser

#### Bento Group Indonesia

Jan 2021 - May 2021

##### Staff Human Resource Development

- Rekrutment sdm persiapan opening Bento Kopi UAD, Kopi Nuri, Warunk Ngopi-Ngopi
- Memberikan tes tertulis berupa tes kraepelin dan tes wawancara kepada calon pegawai

#### Diklatsar Ruang KSR PMI Unit STIKES Nasional - 2021

##### Pemateri

- Memberikan materi tentang pertolongan pertama

#### KSR PMI UIN Surakarta - 2019 - 2021

##### Fasilitator

- Memberikan materi pertolongan pertama, kesiapsiagaan bencana, dan ke-PMI an

#### Intensive Writing Workshop Foreign Language Community - 2021

#### *Master of Ceremony*

- Memandu jalannya acara diskusi secara interaktif didalam forum

#### **Diklatsar Lapang KSR PMI UIN Surakarta - 2021**

##### *Pemateri*

- Memberikan materi dan mempraktekkan terkait pertolongan pertama dilapangan

#### **Pelatihan Hipnoterapi HMPS Bimbingan Konseling Islam UIN Surakarta - 2021**

##### *Moderator*

- Memandu jalannya diskusi dalam forum tentang pelatihan hipnoterapi

#### **Pengenalan Budaya Akademik dan Kemahasiswaan UIN Surakarta - 2020**

##### *Master of Ceremony*

- Membawakan acara kegiatan PBAK UIN Surakarta selama 3 hari mulai dari grand opening hingga penutupan

## **Education Level**

---

#### **Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta - 2018 - present**

##### *Bachelor Degree in Bimbingan Konseling Islam*

- Aktif mengikuti organisasi dan kepanitiaan baik internal maupun eksternal
- Mendapat beberapa penghargaan dari lomba dibidang kesehatan
- Terpilih menjadi mentor pendampingan membaca Al Qur'an di Jurusan

#### **MA Sumber Bungur Pamekasan - 2015 - 2018**

- Aktif di organisasi sekolah, terpilih menjadi ketua umum PMR dan menjadi koordinator ekstrakurikuler OSIS
- Menjadi perwakilan atlet futsal tingkat kabupaten
- Mendapatkan beberapa penghargaan dari perlombaan dibidang PMR

## **Organisational Experience**

---

#### **Dewan Eksekutif Mahasiswa UIN Surakarta - 2021 - 2022**

##### *Staff Kementerian Sosial dan Pemberdayaan Perempuan*

- Mengadakan kegiatan seminar dan duta anti kekerasan seksual
- Melakukan pendampingan dan pemberdayaan tentang problematika yang ada pada perempuan

#### **Komisariat Pergerakan Mahasiswa Islam Indonesia - 2021**

##### *Biro Perguruan Tinggi*

- Melakukan komunikasi intensif dengan biro-biro yang ada didalam kampus
- Berkoordinasi dengan organisasi internal kampus terkait isu-isu kampus

#### **Dewan Eksekutif Mahasiswa UIN Surakarta - 2020 - 2021**

##### *Staff Politik Hukum dan HAM*

- Melakukan pengamatan terkait isu yang ada di publik dan menegakkan HAM
- Terpilih menjadi ketua panitia acara pelatihan bela negara tingkat universitas

#### **HMPS Bimbingan Konseling Islam - 2020 - 2021**

##### *Koordinator Departemen Dakwah Publik*

- Melakukan kegiatan sosial masyarakat didaerah terpencil seperti sosialisasi terhadap orang tua terkait memahami dan mendidik anak saat usia golden age
- Mengajak aktif pemuda-pemudi dimasyarakat dibidang pendidikan dan dakwah

#### **KSR PMI UIN Surakarta - 2019 - 2020**

##### *Komandan Muda*

- Memimpin dan mengkoordinir 35 anggota untuk aktif dalam kegiatan
- Mengikuti lomba UNICOF's yang diadakan oleh KSR PMI UNY dan membawa nilai grade B
- Menjaga pos kesehatan dihari-hari besar didaerah Kota Surakarta

#### **UKM Olahraga UIN Surakarta - 2019 - 2021**

##### *Atlet Sepak bola*

- Aktif mengikuti berbagai turnamen yang diadakan oleh daerah ataupun kampus

## **Skills, Achievements & Other Experience**

---

- **Volunteer Week 7 KSR UNS (2020):** Juara 3 Infografis Nasional, Juara Harapan 3 Lomba Pertolongan Pertama Korban Banyak
- **Kemampuan:** Ms. Office, Leadership, Public Speaking, Problem Solving, Berpikir Kritis