

## MEMENTASKAN MONOLOG YANG MEMIKAT

Wiko Antoni<sup>1</sup>, Baitullah<sup>2</sup>, Khairul Anwar<sup>3</sup>, Shobrina Fitri<sup>4</sup>

<sup>1,2,3</sup>Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Bahasa Indonesia

<sup>4</sup>Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar  
Universitas Merangin, Jl. Jend. Sudirman. KM 2, Bangko  
Email: [Wikoantoni@gmail.com](mailto:Wikoantoni@gmail.com)

### Abstrak

Tulisan ini membahas esensi akting sebagai seni peran yang tidak hanya menuntut penguasaan teknik, tetapi juga kemampuan refleksif dalam mengolah ekspresi dramatis. Fokus utama diarahkan pada penyajian monolog sebagai bentuk latihan akting yang menuntut kedalaman emosional, kepekaan batin, serta spontanitas aktor dalam merespons konflik internal karakter. Monolog bukan sekadar unjuk bicara tunggal, melainkan cermin proses internalisasi peran yang kompleks. Melalui pendekatan refleks dan improvisatif, aktor dituntut untuk menghidupkan naskah menjadi pengalaman teater yang autentik dan komunikatif. Kajian ini merekomendasikan integrasi latihan monolog dalam pembelajaran akting sebagai medium efektif untuk membangun kesadaran tubuh, emosi, dan daya kreasi dramatik aktor secara menyeluruh.

**Kata kunci:** akting, monolog, refleks, dramatisasi, ekspresi

### Abstract

*This paper explores the essence of acting as a performing art that requires not only technical mastery but also a reflective ability to shape dramatic expression. The main focus lies in monologue performance as a core acting exercise that demands emotional depth, inner sensitivity, and spontaneous response to internal character conflicts. A monologue is more than a solo speech; it is a reflection of a complex process of role internalization. Through a reflexive and improvisational approach, actors are challenged to transform text into an authentic and communicative theatrical experience. This study recommends integrating monologue practice into acting training as an effective medium for developing body awareness, emotional intelligence, and comprehensive dramatic creativity.*

**Keywords:** acting, monologue, reflex, dramatization, expression

### PENDAHULUAN

Saat ini, dunia dikuasai oleh hingar bingar industri seni yang lebih condong pada hiburan dengan segala kesenangan yang ditawarkannya. Fenomena ini menciptakan sebuah kenyataan di mana makna seni yang sesungguhnya menjadi tipis karena sering disandingkan atau bahkan disamakan dengan hiburan. Akibatnya, muncul kebutuhan untuk memilah secara cermat antara karya yang bertujuan menghibur semata dan karya yang mengusung nilai-nilai artistik yang lebih dalam.

Dalam konteks ini, kata "kesenangan" dipilih karena frasa ini berbeda secara substansial dengan "keindahan". Kesenangan yang ditawarkan oleh dunia hiburan akan membawa pada ekstase, yang pada hakikatnya adalah sebuah pelarian dari kelelahan hidup.

Di sisi lain, keindahan dalam seni membawa nilai estetika yang mendalam. Estetika merupakan nilai luhur yang telah ditanamkan Tuhan di dalam sanubari manusia. Berbeda dengan hiburan yang menawarkan pelarian, seni justru merupakan sebuah eksplorasi keindahan yang mengutamakan naluri keselarasan, harmoni, dan rasa indah. Keduanya memiliki substansi yang sangat berbeda meskipun terkadang sulit untuk dibedakan.

Dengan penjelasan tersebut, menjadi jelas bahwa seni dan hiburan memiliki syarat serta misi yang berbeda dalam penyajiannya. Perlu ditekankan bahwa tidak ada yang lebih baik di antara keduanya; yang terpenting adalah adanya kemampuan untuk mendefinisikan dan menempatkan masing-masing pada posisi yang benar dan tepat. Kemampuan inilah yang krusial agar pemaknaan seni tidak semakin terkikis oleh dominasi hiburan.

Salah satu bentuk seni pertunjukan yang mampu menyentuh jiwa secara mendalam adalah monolog. Monolog didefinisikan sebagai bentuk pertunjukan tunggal di mana seorang aktor menyampaikan pikiran, perasaan, atau konflik batin tokohnya secara langsung kepada penonton atau bahkan kepada dirinya sendiri. Sebagai sebuah seni, monolog mengemban berbagai visi estetika yang juga diemban oleh pertunjukan drama pada umumnya. Meski sama-sama ditampilkan secara tunggal, monolog berbeda dengan *One Man Play*. Monolog berpusat pada satu karakter tunggal yang hadir untuk menceritakan pengalamannya, baik dalam format cerita yang realis, surealis, maupun absurd. Sebaliknya, *One Man Play* adalah sebuah pertunjukan yang menampilkan seorang aktor untuk memerankan berbagai atau multi karakter. Agar sebuah monolog dapat tampil menarik secara dramatis dan emosional, terdapat dua hal utama yang dibutuhkan: struktur dramatis yang jelas dan penampilan akting yang autentik. Monolog yang memikat bukanlah sekadar kumpulan kata-kata emosional, melainkan harus memiliki alur cerita yang menyerupai sebuah mini-drama. Perpaduan antara naskah yang terstruktur dan penghayatan yang kuat menjadi fondasi utamanya.

Struktur klasik sebuah monolog dapat dibagi menjadi tiga bagian utama. Bagian pertama adalah Eksposisi (Pembukaan), di mana tokoh mengungkapkan situasi awalnya dengan suguhan suspen atau kejutan dramatis untuk memikat penonton. Bagian kedua adalah Konflik (Titik Tegang), di mana tokoh bergulat dengan dilema atau trauma sebagai bagian paling emosional. Terakhir adalah Resolusi (Akhir/Perubahan), di mana tokoh mencapai kesadaran baru, yang menjadi kesimpulan tematik pertunjukan.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi pustaka (*library research*). Pendekatan ini dipilih karena fokus kajian adalah untuk membahas esensi akting dan penyajian monolog dengan merujuk pada berbagai literatur, konsep, dan teori yang sudah ada. Sifat penelitian ini adalah deskriptif-analitis, di mana data yang terkumpul dari berbagai sumber dideskripsikan, dianalisis, dan diinterpretasikan untuk memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai cara mementaskan monolog yang memikat.

Sumber data dalam penelitian ini adalah data sekunder yang berasal dari bahan-bahan tertulis. Sumber utama meliputi buku, naskah, dan literatur akademis yang relevan dengan seni peran, teater, dan monolog. Rujukan pada pemikiran tokoh-tokoh besar teater modern seperti Jerzy Grotowski, Peter Brook, dan Eugenio Barba menjadi landasan teoretis untuk menganalisis konsep akting yang mendalam.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi, yaitu dengan mengidentifikasi, membaca, dan mencatat informasi relevan dari berbagai sumber pustaka yang tercantum dalam bahan bacaan. Proses ini melibatkan pengumpulan

konsep-konsep kunci mengenai struktur dramatik monolog , keterampilan akting , dan pendekatan teater modern.

Analisis data dilakukan secara kualitatif melalui beberapa tahapan. Pertama, reduksi data, yaitu memilih dan merangkum gagasan-gagasan utama dari setiap sumber. Kedua, penyajian data, di mana informasi yang telah direduksi kemudian diorganisasikan secara sistematis untuk menjelaskan setiap aspek bahasan, mulai dari perbedaan seni dan hiburan hingga teknik akting dalam monolog. Terakhir, penarikan kesimpulan, yaitu mensintesis seluruh analisis untuk menghasilkan rekomendasi praktis tentang integrasi latihan monolog dalam pembelajaran akting sebagai medium yang efektif.

## **PEMBAHASAN**

### **Fondasi Filosofis dan Struktural Pementasan Monolog yang Memikat**

Dalam lanskap budaya kontemporer, terjadi hingar bingar dunia seni yang didominasi oleh berbagai macam hiburan dengan segala kesenangan yang ditawarkannya. Fenomena ini seringkali mengakibatkan penipisan pemaknaan seni, yang kerap disandingkan atau bahkan disamakan dengan hiburan. Oleh karena itu, menjadi krusial untuk membedah fondasi filosofis yang memisahkan keduanya, terutama dalam konteks seni pertunjukan murni seperti monolog. Perbedaan mendasar terletak pada tujuan akhir dari sebuah penyajian: apakah untuk mencapai "kesenangan" atau untuk mengeksplorasi "keindahan".

Kesenangan, sebagai produk utama industri hiburan, secara inheren bertujuan membawa penikmatnya pada kondisi ekstase. Ekstase dalam konteks ini berfungsi sebagai sebuah pelarian dari kelelahan hidup, memberikan kelegaan sementara yang pada hakikatnya menipu kesadaran. Hiburan dapat diibaratkan sebagai "serum pembuat lupa" atau pelepas lelah sementara, yang sengaja dirancang untuk membuat audiens mabuk dan lupa pada kerasnya realitas. Misinya berpusat pada gratifikasi instan, bukan pada perenungan yang mendalam.

Sebaliknya, keindahan dalam seni merupakan sebuah pencarian nilai estetika yang luhur dan mendalam. Estetika bukanlah sekadar tampilan visual, melainkan nilai terdalam yang dibenamkan Tuhan di dalam sanubari manusia. Berbeda dengan hiburan yang menawarkan eskapisme, seni justru mengajak audiens untuk menghadapi, merenungkan, dan menemukan makna dalam realitas. Seni secara aktif mengeksplorasi dan mengutamakan segala naluri keselarasan, harmoni, dan rasa indah yang mampu menggetarkan jiwa.

Dalam spektrum ini, monolog secara tegas menempatkan dirinya sebagai medium seni yang bertujuan mengeksplorasi keindahan. Sebagai sebuah bentuk pertunjukan tunggal, monolog dirancang untuk menyampaikan pikiran, perasaan, atau konflik batin seorang tokoh secara intim dan langsung. Monolog yang kuat tidak hanya menghibur, tetapi mampu mengguncang ruang dan menyentuh jiwa penontonnya. Ia menjadi wahana bagi visi estetis yang diemban pertunjukan drama pada umumnya, menjadikannya sebuah laku artistik yang serius.

Untuk mencapai tujuan artistik yang luhur tersebut, sebuah monolog tidak bisa hanya berupa kumpulan kata-kata emosional yang tak terstruktur. Diperlukan fondasi utama berupa struktur dramatik yang jelas dan kokoh. Struktur ini berfungsi sebagai kerangka atau alur yang memandu perjalanan emosi audiens, mengubah sebuah pementasan tunggal menjadi sebuah pengalaman "mini-drama" yang utuh dan memikat.

Tanpa struktur yang jelas, pesan dan emosi yang ingin disampaikan akan kehilangan arah dan dampak.

Struktur dramatik ini idealnya dimulai dengan babak Eksposisi atau pembukaan. Fungsi utama dari bagian ini adalah untuk memperkenalkan situasi awal sang tokoh, namun tidak dengan cara yang datar. Eksposisi yang efektif harus mampu memberikan suspen atau kejutan dramatis yang memukau sejak awal, sehingga penonton langsung merasa tertarik dan penasaran. Sebuah dialog pembuka seperti, “Sudah sepuluh tahun aku berdiri di depan pintu ini... menunggu yang tak pernah pulang,” adalah contoh bagaimana sebuah situasi dapat disajikan dengan penuh misteri untuk mempertahankan atensi penonton.

Setelah fondasi diletakkan, pementasan bergerak menuju babak Konflik atau titik tegang, yang merupakan jantung emosional dari monolog. Pada tahap ini, tokoh secara aktif bergulat dengan dilema, trauma, atau pertanyaan eksistensial yang besar. Di sinilah aktor memiliki ruang untuk menampilkan adegan yang paling emosional—baik melalui tangisan, amarah, maupun kebisuan yang sarat makna. Kalimat seperti, “Kenapa waktu itu kau pergi tanpa pamit? Apa aku sebegitu tak berharganya?” menjadi contoh bagaimana konflik internal dapat diekspresikan secara verbal untuk menggugah perasaan penonton.

Perjalanan emosional tokoh kemudian mencapai puncaknya pada babak Resolusi atau akhir. Pada bagian ini, tokoh mencapai sebuah kesadaran baru, pencerahan, atau keikhlasan, meskipun kesadaran itu mungkin terasa pahit. Resolusi memberikan kesimpulan tematik pada sajian yang ditampilkan, menawarkan sebuah perubahan atau penegasan sikap dari sang tokoh. Dialog penutup seperti, “Malam ini, aku biarkan pintu itu tertutup... bukan karena aku membencimu, tapi karena aku mulai mencintai diriku sendiri,” menunjukkan sebuah transformasi internal yang kuat dan memuaskan secara naratif.

Penting juga untuk menegaskan identitas monolog dengan membedakannya dari *One Man Play*. Sebuah monolog secara esensial adalah pertunjukan yang berfokus pada satu karakter tunggal yang hadir untuk menceritakan pengalamannya, baik dalam gaya realis, surealis, maupun absurd. Sebaliknya,

*One Man Play* adalah sebuah pertunjukan di mana seorang aktor memerankan berbagai karakter atau multi-karakter. Pemahaman ini memperjelas bahwa kekuatan monolog terletak pada kedalaman eksplorasi satu jiwa, bukan pada keluasan jangkauan peran.

Secara keseluruhan, fondasi filosofis dan struktural sebuah monolog saling terkait erat. Tujuan luhur seni untuk mengeksplorasi keindahan dan menyentuh jiwa tidak akan tercapai tanpa adanya wadah yang tepat. Struktur dramatik yang terdiri dari eksposisi, konflik, dan resolusi menjadi kerangka kerja yang esensial untuk menyalurkan dan mengintensifkan pengalaman batin tokoh. Dengan demikian, pementasan monolog yang memikat adalah hasil dari perpaduan antara niat artistik yang mendalam dan penguasaan struktur penceritaan yang disiplin.

### **Aktor sebagai Seniman Paripurna: Sintesis Teknik Batin dan Otonomi Kreatif**

Apabila struktur dramatik adalah kerangka, maka aktor adalah jiwa yang menghidupkan sebuah monolog. Keberhasilan pementasan tidak hanya bergantung pada naskah yang baik, tetapi mutlak membutuhkan akting yang autentik. Menyajikan monolog bukanlah sekadar bercerita; ia menuntut keterampilan akting tingkat tinggi. Tugas ini begitu menantang sehingga seorang aktor yang telah sukses dalam pertunjukan

drama kolaboratif belum tentu akan berhasil dalam pementasan monolog, karena keduanya menuntut visi keterampilan yang berbeda.

Tantangan utama dalam monolog terletak pada "kepekaan bermain sendiri," sebuah kemampuan langka yang tidak dimiliki oleh semua aktor. Tanpa lawan main untuk berinteraksi, seluruh beban untuk membangun energi, menjaga ritme, dan mengisi ruang panggung berada di pundak sang aktor seorang. Ia harus mampu menjadi sumber sekaligus penerima stimulus dramatis, menciptakan dunianya sendiri di atas panggung dan mengajak penonton untuk masuk ke dalamnya melalui kekuatan kehadiran dan ekspresinya.

Untuk mencapai hal tersebut, seorang aktor monolog harus menguasai serangkaian teknik fundamental. Monolog yang datar akan sangat membosankan, sehingga diperlukan adanya variasi emosi dan tempo. Ini dapat diwujudkan melalui perubahan nada suara—dari pelan menjadi marah lalu lirih—dan tempo bicara yang dinamis, terkadang cepat karena panik, atau lambat karena berat menahan emosi. Di samping itu, penggunaan tubuh harus aktif dan ekspresif. Gestur seperti tangan yang gemetar, mata yang menerawang, atau bahu yang roboh seringkali lebih kuat dampaknya daripada kata-kata. Bahkan, keheningan atau jeda yang tepat dapat menjadi senjata yang lebih menyayat daripada teriakan.

Namun, teknik hanyalah permukaan. Seni akting yang mendalam, sebagaimana dieksplorasi oleh para maestro teater modern, menuntut dimensi spiritual dan filosofis. Konsep 'teater miskin' dari Jerzy Grotowski, yang menanggalkan semua elemen superficial untuk berfokus pada relasi suci antara aktor dan penonton, sangat relevan di sini. Grotowski memandang akting sebagai sebuah tindakan pengorbanan diri, di mana aktor harus melepaskan 'topeng sosial' dan mengeksplorasi batas-batas tubuh, suara, dan batinnya dengan kejujuran total. Inilah esensi dari seorang aktor monolog: menyajikan ketelanjangan jiwa.

Senada dengan Grotowski, Peter Brook melalui konsep 'ruang kosong' menegaskan bahwa teater dapat terjadi di mana saja selama ada 'kehadiran sejati' dari seorang aktor. Brook menolak keras akting yang berlebihan atau palsu, dan sebaliknya menekankan pentingnya kejujuran, kepekaan, dan spontanitas. Bagi seorang aktor monolog, kehadiran sejati ini adalah segalanya. Ia harus mampu hadir secara utuh di setiap momen, merespons impuls internalnya, dan mengisi ruang kosong hanya dengan kekuatan eksistensinya yang otentik.

Eugenio Barba melengkapi pandangan ini dengan konsep 'teater antropologis', yang mengidentifikasi prinsip-prinsip akting lintas budaya. Barba menyatakan bahwa seorang aktor harus memiliki tubuh yang 'dilatih untuk hadir secara ekstra-daily'—sebuah kehadiran yang bukan seperti sehari-hari, melainkan penuh dengan intensitas dan kesadaran yang tinggi. Tubuh aktor dilihatnya memiliki anatomi energi yang pre-ekspresif, ritmis, dan simbolik, yang menjadi dasar bagi semua ekspresi dramatis. Bagi seorang monologis, melatih tubuh untuk mencapai kehadiran 'ekstra-daily' ini adalah kunci untuk memagnetisasi perhatian penonton.

Sintesis dari pemikiran Grotowski, Brook, dan Barba mengarah pada satu kesimpulan: martabat seorang aktor terletak pada kemampuannya menjadi seniman yang utuh. Mereka menolak kemewahan palsu dan menegaskan bahwa tubuh, kejujuran, dan kehadiran adalah pusat dari makna teatral. Teater, dan khususnya monolog, bukanlah panggung hiburan semata, melainkan sebuah ruang sakral untuk refleksi, pencarian, dan pertemuan manusiawi yang paling hakiki.

Visi aktor sebagai seniman paripurna mencapai puncaknya dalam konteks monolog tanpa sutradara. Dalam banyak kasus, monolog adalah ekspresi murni dari seorang aktor yang kerap kali "menyutradarai" dirinya sendiri. Ketika tidak ada komando pusat dari seorang sutradara, aktor tidak lagi hanya menjadi pelaksana, melainkan harus merancang, menyusun, dan menginterpretasikan pertunjukannya sendiri secara otonom.

Dalam otonomi kreatif ini, aktor harus mampu membangun struktur dan tekstur pertunjukan dari dalam. Struktur tidak lagi bersifat vertikal dari sutradara, melainkan organik, dibentuk oleh ritme, logika emosi, dan niat dramaturgis yang berasal dari sang aktor sendiri. Tubuhnya menjadi instrumen utama untuk menciptakan atmosfer, ketegangan, dan irama, sementara ruang panggung menjadi mitra bermainnya. Dalam peran ini, aktor menjelma menjadi "dramaturg, penyusun struktur, penjaga ritme, dan penyair ruang".

Pada akhirnya, untuk mencapai tingkat penguasaan ini—di mana teknik, filosofi, dan otonomi kreatif bersatu—tidak ada jalan pintas. Keberhasilan seorang aktor monolog ditentukan oleh ketekunan dan intensitas latihan. Sebagaimana dinyatakan dalam penutup tulisan, "waktu adalah hakim yang paling adil," yang akan menyaksikan proses tiada henti dan memberikan justifikasi kepada mereka yang giat berlatih. Menjadi seniman paripurna dalam kesendirian panggung monolog adalah sebuah perjalanan panjang yang menuntut dedikasi total pada proses.

## **PENUTUP**

Mementaskan monolog yang memikat adalah sebuah tindakan seni murni yang secara fundamental berbeda dari hiburan. Pertunjukan ini tidak bertujuan menyajikan kesenangan sesaat yang bersifat ekstase sebagai pelarian dari realitas, melainkan berfokus pada eksplorasi keindahan dan nilai estetika yang bersemayam dalam sanubari manusia. Sebagai sebuah seni, monolog yang kuat mampu mengguncang ruang dan menyentuh jiwa penonton melalui penyajian konflik batin karakter yang mendalam. Keberhasilan pementasan ini bertumpu pada dua fondasi utama yang tidak terpisahkan: struktur dramatik yang jelas dan akting yang autentik. Sebuah monolog harus memiliki alur layaknya mini-drama dengan tiga babak (Eksposisi, Konflik, dan Resolusi) untuk memandu perjalanan emosi penonton secara efektif. Fondasi struktural ini harus dihidupkan oleh keterampilan akting tingkat tinggi yang mencakup variasi emosi dan tempo, penggunaan tubuh yang ekspresif, dan pemanfaatan hening sebagai senjata dramatis. Kemampuan ini menuntut "kepekaan bermain sendiri" yang merupakan tantangan sulit dan tidak dimiliki semua aktor. Lebih dari sekadar teknik, pementasan monolog menuntut aktor untuk menjadi seniman utuh yang memiliki kedalaman filosofis, sejalan dengan pemikiran para maestro teater modern seperti Grotowski, Brook, dan Barba. Pendekatan mereka yang menolak kemewahan palsu dan menekankan kehadiran, kejujuran, dan tubuh sebagai pusat makna menjadi inti dari pertunjukan monolog yang berhasil. Dalam banyak kasus, terutama tanpa kehadiran sutradara, aktor mengambil tanggung jawab penuh sebagai pencipta, di mana ia menjadi dramaturg, penyusun struktur, sekaligus penjaga ritme pertunjukannya sendiri. Pada akhirnya, kunci utama untuk menguasai semua aspek tersebut adalah melalui proses latihan yang tekun dan intensif. Tulisan ini menegaskan bahwa dalam dunia seni, waktu adalah hakim yang paling adil, yang akan memberikan justifikasi kepada mereka yang giat berlatih tanpa henti. Dengan demikian, keberhasilan dalam menampilkan monolog yang memikat bukanlah bakat semata, melainkan buah dari disiplin dan proses panjang yang tidak berkompromi pada kemalasan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal, H., Zaitun, K., & Susandro. (2021). Postdramatik: Dramaturgi teater Indonesia kontemporer. *Dance & Theatre Review*, 4(2), 57–69.
- Amri, S. (2024). *Seni peran dalam teater tradisi*. Pustaka Obor Indonesia.
- BW, N. (Penyunting). (2022). *Tokoh teater/drama Indonesia (Dari Njoo Cheung Seng hingga Gunawan Maryanto)*. Tahomata Press.
- Cantini, C. (2018). Wacana pos-dramatik dalam Teater Pooh-Pooh Somatic: On crowd of biographies karya Kalanari Theater Movement Yogyakarta. *TAMUMATRA: Jurnal Seni Pertunjukan*, 1(1), 1-14.
- Hidayat, A. (2020). Laku aktor dalam praktik penciptaan teater berbasis riset. *Jurnal Titik Imaji*, 3(2), 115-125. <https://doi.org/10.30829/ti.v3i2.8980>
- Saaduddin, S., & Novalinda, S. (2017). Pertunjukan teater eksperimental Huhh Hahh Hihh: Sebuah kolaborasi teater tari. *Ekspresi Seni: Jurnal Ilmu Pengetahuan dan Karya Seni*, 19(1), 39–57. <https://doi.org/10.26887/ekse.v19i1.128>
- Setiawan, I. (2021). *Politik teater: Dari teater miskin hingga teater populer*. Kepustakaan Populer Gramedia.
- Sunarto. (2017). Estetika dalam konteks pendidikan seni. *Jurnal Refleksi Edukatika*, 8(1), 89-95. <https://doi.org/10.24176/re.v8i1.1654>
- Wibowo, G., & Soraya, I. (2023). Dramaturgi dalam membentuk presentasi diri presenter. *KOMUNIKASI: Jurnal Komunikasi*, 14(1), 73-81. <https://doi.org/10.31294/jkom.v14i1.14650>
- Yohanes, B. (2017). *Metode kritik teater: Teori, konsep dan aplikasi*. Dewan Kesenian Jakarta.