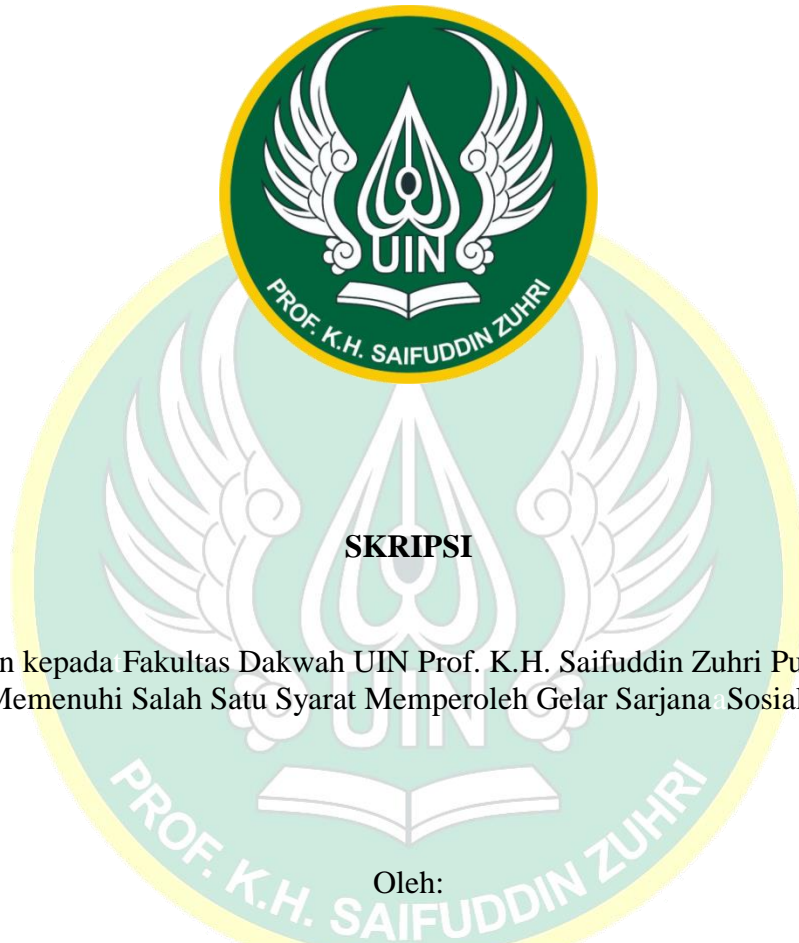


**DUKUNGAN SOSIAL DALAM MENINGKATKAN  
*SELF-EFFICACY* PENDERITA BIPOLAR  
DALAM FILM “KUKIRA KAU RUMAH”**



**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto  
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos.)

Oleh:

**YOSI RIZKI RESTUNGRUM**  
**NIM. 1817101089**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT  
FAKULTAS DAKWAH  
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI  
PURWOKERTO  
2023**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yosi Rizki Restuningrum  
NIM : 1817101089  
Jenjang : Strata 1/S1  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat  
Fakultas : Dakwah  
Judul Skripsi : **Dukungan Sosial dalam Meningkatkan *Self-Efficacy*  
Penderita Bipolar dalam Film Kukira Kau Rumah**

Menyatakan dengan ini sesungguhnya skripsi ini secara keseluruhan merupakan hasil penelitian/karya ilmiah sendiri, kecuali bagian-bagian yang ditulis dan dirujuk pada sumber tertera.

Purwokerto, 11 Januari 2023

Yang menyatakan,



Yosi Rizki Restuningrum  
NIM. 1817101089

# LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
FAKULTAS DAKWAH

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

## PENGESAHAN

Skripsi Berjudul

### DUKUNGAN SOSIAL DALAM MENINGKATKAN *SELF-EFFICACY* PENDERITA BIPOLAR DALAM FILM KUKIRA KAU RUMAH

Yang disusun oleh **Yosi Rizki Restuningrum** NIM. 1817101089 Program Studi **Bimbingan Konseling Islam** Jurusan **Konseling dan Pengembangan Masyarakat Islam** Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifudin Zuhri, telah diujikan pada hari Kamis tanggal 19 Januari 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial dalam Bimbingan dan Konseling Islam** oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

**Dr. Abdul Wachid, BS., S.S., M.Hum.**

NIP. 19661007200003 1 002

Sekretaris Sidang/Penguji II

**Wardo, M.Kom.**

NIP. 19811119200604 1 004

Penguji Utama

**Dr. Ahmad Muttaqin, M.Si.**

NIP. 1979115200801 1 018

Mengesahkan,

Purwokerto, ...30.1.2023...

Dekan,



**Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag.**

NIP. 19691219 199803 1 001

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Dakwah  
UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri  
Di Purwokerto

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi dari:

Nama : Yosi Rizki Restuningrum  
NIM : 1817101089  
Jenjang : S1  
Fakultas : Dakwah  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Judul Skripsi : **Dukungan Sosial dalam Meningkatkan *Self-Efficacy*  
Penderita Bipolar dalam Film Kukira Kau Rumah**

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Purwokerto, 11. Januari 2023

Pembimbing,



Dr. Abdul Wachid BS., S.S., M.Hum.  
NIP. 196610072000031002

# DUKUNGAN SOSIAL DALAM MENINGKATKAN *SELF-EFFICACY* PENDERITA BIPOLAR DALAM FILM KUKIRA KAU RUMAH

Yosi Rizki Restuningrum  
1817101089

## ABSTRAK

Penelitian ini di latarbelakangi oleh masyarakat yang seringkali memandang aneh pada penderita bipolar, karena kurangnya pengetahuan tentang berbagai penyakit kejiwaan dan cara menanganinya, sehingga menyebabkan perilaku dan tindakan yang keliru terhadap penderita. Dukungan sosial menjadi sumber pendampingan bagi penderita bipolar. Lingkungan yang menerima serta selalu memberi dukungan pada penderita bipolar membuat individu merasa nyaman menjadi bagian dari lingkungan masyarakat tersebut, sehingga dapat meningkatkan *self-efficacy* individu. Film “Kukira Kau Rumah” menjadi gambaran bagi masyarakat bahwa pengidap gangguan kejiwaan butuh diperhatikan dan tidak sembarangan ditangani. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dukungan sosial dalam meningkatkan *self-efficacy* penderita bipolar dalam film “Kukira Kau Rumah”. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan analisis semiotika dari Roland Barthes. Sumber data yang digunakan adalah film “Kukira Kau Rumah”, dan data-data lain yang sekiranya relevan. Hasil dari penelitian ini yaitu dukungan sosial yang diterima Niskala dapat meningkatkan *self-efficacy* dalam dirinya.

**Kata Kunci :** Dukungan Sosial, *Self-Efficacy*, Bipolar, Film Kukira Kau Rumah.



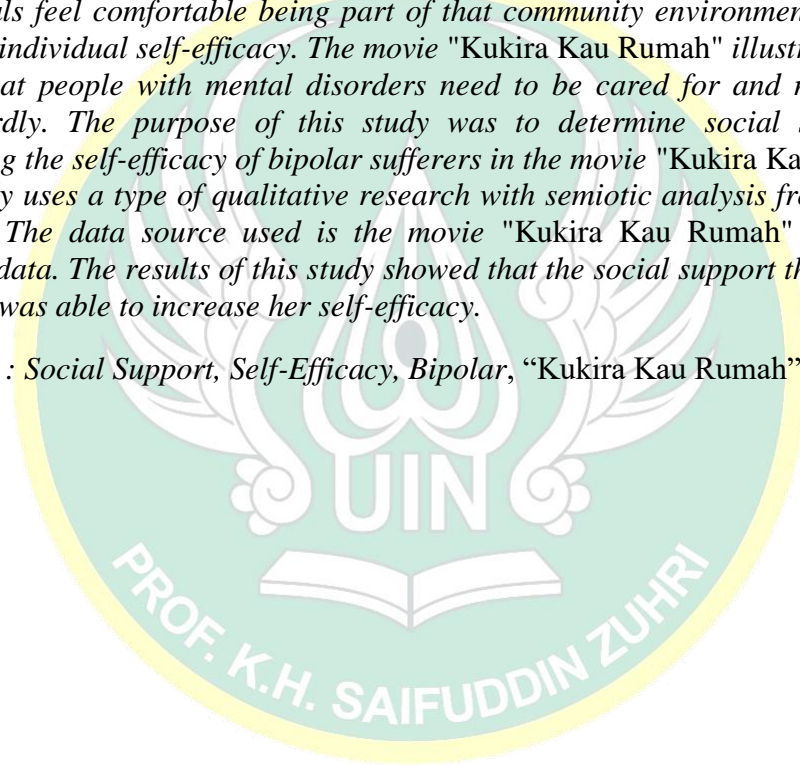
**SOCIAL SUPPORT IN IMPROVING THE SELF-EFFICACY OF BIPOLAR PATIENTS IN THE MOVIE “KUKIRA KAU RUMAH”**

**Yosi Rizki Restuningrum  
1817101089**

**ABSTRACT**

*This research is motivated by the fact that people often view bipolar sufferers as strange, due to a lack of knowledge about various psychiatric illnesses and how to treat them, which causes wrong behavior and actions towards sufferers. Social support is a source of assistance for people with bipolar disorder. An environment that accepts and always provides support for people with bipolar disorder makes individuals feel comfortable being part of that community environment, so as to increase individual self-efficacy. The movie "Kukira Kau Rumah" illustrates to the public that people with mental disorders need to be cared for and not treated haphazardly. The purpose of this study was to determine social support in increasing the self-efficacy of bipolar sufferers in the movie "Kukira Kau Rumah". This study uses a type of qualitative research with semiotic analysis from Roland Barthes. The data source used is the movie "Kukira Kau Rumah" and other relevant data. The results of this study showed that the social support that Niskala received was able to increase her self-efficacy.*

**Keyword :** *Social Support, Self-Efficacy, Bipolar, “Kukira Kau Rumah” movie.*



## MOTTO

“Hidup itu seperti seni menggambar tanpa penghapus.”

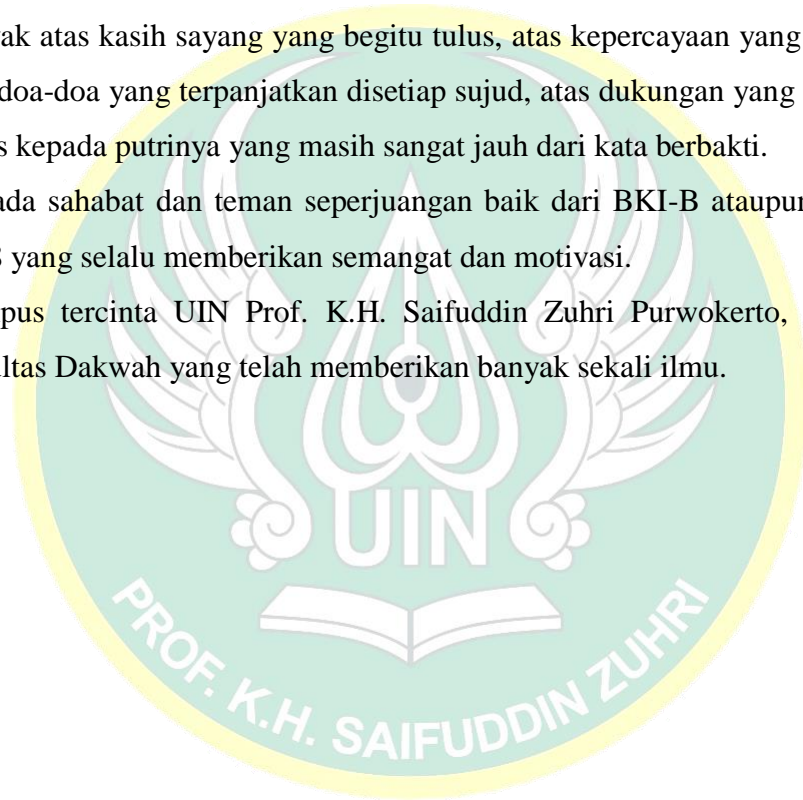
*"Life is about moment, don't wait for them, create them."*



## PERSEMBAHAN

Puji syukur penulis haturkan kehadirat Allah SWT atas segala nikmat dan karuniaNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Dukungan Sosial dalam Meningkatkan *Self-Efficacy* Penderita Bipolar dalam Film “Kukira Kau Rumah” dengan lancar tanpa suatu halangan apapun, dan semoga dapat berkah dan bermanfaat. Dengan segenap kerendahan hati, penulis persembahkan skripsi ini kepada :

1. Kedua orang tua saya tercinta, tiada kata seindah dan sepuas terima kasih banyak atas kasih sayang yang begitu tulus, atas kepercayaan yang diberikan, atas doa-doa yang terpanjatkan disetiap sujud, atas dukungan yang tak pernah putus kepada putrinya yang masih sangat jauh dari kata berbakti.
2. Kepada sahabat dan teman seperjuangan baik dari BKI-B ataupun angkatan 2018 yang selalu memberikan semangat dan motivasi.
3. Kampus tercinta UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, khususnya Fakultas Dakwah yang telah memberikan banyak sekali ilmu.





## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh*

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan nikmat dan karuniaNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Dukungan Sosial dalam Meningkatkan *Self-Efficacy* Penderita Bipolar dalam Film “Kukira Kau Rumah”. Shalawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta seluruh keluarga dan sahabatnya yang telah berjuang menegakkan ajaran Islam, sehingga kita bisa hidup bebas dan damai untuk menuntut ilmu. Penulis menyadari tanpa dukungan, bimbingan dan bantuan dari banyak pihak, mungkin penulis tidak dapat menyelesaikan proses penyusunan skripsi sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana. Oleh karena itu, pada kesempatan ini tanpa mengurangi rasa hormat dan penuh kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih tak terhingga kepada :

1. Bapak Dr. H. Moh. Roqib, M.Ag., selaku Rektor UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto beserta jajarannya.
2. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri beserta jajarannya.
3. Ibu Nur Azizah, M.Si., selaku Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Bapak Dr. Abdul Wachid BS.,S.S.,M.Hum., selaku dosen pembimbing yang senantiasa meluangkan waktu, pikiran, tenaga dan motivasi dalam memberikan bimbingan dan masukan selama proses penyusunan skripsi supaya lebih baik.
5. Seluruh Bapak Ibu dosen Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, terimakasih atas segala ilmu yang telah diberikan selama ini, semoga menjadi bekal, berkah dan bermanfaat bagi penulis dalam menjalani kehidupan.
6. Kepada seluruh staff atau karyawan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, terimakasih karena telah memberikan pelayanan terbaik, khususnya dalam pengurusan administrasi skripsi ini.

7. Orang tua tercinta, bapak Paryono dan Ibu Siti Barokah yang tak pernah mengenal kata lelah dan menyerah berjuang untukku. Terima kasih banyak atas segala pengorbanan, kasih sayang, doa, nasihat dan dukungan baik dukungan moral maupun materil selama ini, khususnya selama proses pendidikan. Semoga Allah SWT memberikan balasan yang indah.
8. Untuk adikku tercinta Annida Setya Ningrum yang menjadi motivasi bagi penulis untuk lebih semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Sahabat saya Detha Nur Diana yang senantiasa menemani pada fase tumbuh dan berkembang sejak sekolah dasar hingga saat ini. Sahabat onyetku Alviana Ayu Salsabila dan Lilis Dwi Aryani, yang selalu bisa diandalkan saat dibutuhkan dan senantiasa menemani masa-masa perkuliahan hingga masa tenggang skripsi saya. Teruntuk Nurul Janah, Umu Isti'anah, dan Yuni Maesyaroh, yang senantiasa menjadi tempat untuk berbagi semangat, dukungan, dan motivasi.
10. Teman-teman seperjuangan Sedulur BKI-B 2018 serta seluruh teman-teman Fakultas Dakwah angkatan 2018 yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Terimakasih atas kebahagiaan dan kenangan indahinya selama masa perkuliahan, dan semoga pertemanan kita akan terus terjalin..
11. Serta semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, yang secara langsung maupun tidak langsung turut serta membantu dan memperlancar proses penulisan skripsi ini.

Sesungguhnya hanya Allah SWT yang maha sempurna, oleh karena itu meskipun skripsi ini dibuat dengan segenap daya dan usaha tentu masih banyak kekurangan yang menyertainya. Maka dari itu, penulis dengan penuh kelapangan hati menerima kritik dan saran dari pembaca.

*Wassalamu 'alaikum Warrahmatullah Wabarakatuh*

Purwokerto, 11 Januari 2023

Yosi Rizki Restuningrum  
NIM. 1817101089

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vii</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Penegasan Istilah .....	8
C. Batasan dan Rumusan Masalah .....	11
D. Tujuan Penelitian.....	11
E. Manfaat Penelitian.....	11
F. Telaah Pustaka/ Penelitian yang Relevan .....	12
G. Sistematika Pembahasan .....	18
<b>BAB II KERANGKA TEORI.....</b>	<b>19</b>
A. Dukungan Sosial.....	19
1. Pengertian Dukungan Sosial .....	19
2. Bentuk Dukungan Sosial .....	21
3. Sumber Dukungan Sosial .....	22
B. <i>Self-Efficacy</i> .....	22
1. Pengertian <i>Self-Efficacy</i> .....	22
2. Dimensi <i>Self-Efficacy</i> .....	23
3. Sumber <i>Self-Efficacy</i> .....	24
4. Proses Pembentukan <i>Self-Efficacy</i> .....	26

C. Bipolar .....	28
1. Pengertian Bipolar .....	28
2. Gejala Bipolar .....	29
3. Tipe Bipolar .....	30
4. Faktor Penyebab .....	31
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>34</b>
A. Jenis dan Pendekatan Penelitiann .....	34
B. Data dan Sumber Data .....	36
C. Subjek dan Objek Penelitian .....	36
D. Metode Pengumpulan Data .....	37
E. Metode Analisis Data .....	38
<b>BAB IV PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA .....</b>	<b>40</b>
A. Penyajian Data .....	40
1. Deskripsi Film “Kukira Kau Rumah” .....	40
2. Sinopsis Film “Kukira Kau Rumah” .....	41
3. Deskripsi Tokoh dan Penokohan .....	44
B. Analisis Data .....	47
1. Analisis Dukungan Sosial .....	48
2. Analisis <i>Self-Efficacy</i> .....	59
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>72</b>
A. Kesimpulan .....	72
B. Saran .....	73
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Poster Film “Kukira Kau Rumah” .....	41
Gambar 2.	Psikiater .....	45
Gambar 3.	Joging.....	45
Gambar 4.	Simulasi debat.....	46
Gambar 5.	Pram memberi masukan.....	47
Gambar 6.	Pram memegang tangan Niskala.....	48
Gambar 7.	Masa lalu Niskala.....	49
Gambar 8.	Niskala dipeluk ibunya .....	50
Gambar 9.	Pergi bersama Pram .....	50
Gambar 10.	Manggung pertama .....	51
Gambar 11.	Manggung kedua.....	53
Gambar 12.	Video dari Pamungkas .....	53
Gambar 13.	Manggung kedua.....	54
Gambar 14.	Pram menemani Niskala .....	55
Gambar 15.	Perpustakaan .....	56
Gambar 16.	Minta dukungan sahabat .....	56
Gambar 17.	Jadwal manggung .....	58
Gambar 18.	Dinda memberi nasehat .....	58
Gambar 19.	Pram menemui ibu Niskala.....	59
Gambar 20.	Pram manggung .....	62
Gambar 21.	Ikut Pram maju ke atas panggung .....	63
Gambar 22.	Duet kedua .....	63
Gambar 23.	Niskala tantrum.....	65
Gambar 24.	Niskala berantakan.....	65
Gambar 25.	Niskala minta support sahabat .....	67
Gambar 26.	Berdiri ditempat tinggi.....	69



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Menurut data WHO tahun 2016, penderita bipolar mencapai 1% dari seluruh populasi diseluruh dunia atau sekitar 60 juta jiwa. Bipolar berasal dari dua kata yaitu “bi” yang berarti dua, dan “polar” yang berarti kutub, bipolar merupakan gangguan perasaan dengan dua kutub yang bertolak belakang.<sup>1</sup> Bipolar adalah gangguan kejiwaan episodik yang terjadi sewaktu-waktu pada interval yang tidak sistematis. Individu dengan gangguan bipolar dapat menyebabkan pergantian suasana hati, energi, dan aktivitas tidak biasa, ekstrem dan fluktuasi.<sup>2</sup>

Setiap orang pada umumnya mengalami keadaan emosi yang normal, berbeda dengan penderita bipolar yang suasana hati seringkali menjadi ekstrem. Ketika episode manik, individu merasa sangat bahagia, mudah tersinggung, dan adanya peningkatan dalam tingkat aktivitasnya. Ketika mengalami episode depresi, individu akan merasa sedih, acuh tak acuh, atau putus asa, dikombinasikan dengan tingkat aktivitas yang sangat rendah. Beberapa orang mengalami episode hipomanik, yang mirip dengan episode manik, tetapi tidak terlalu parah dan mengganggu. Adanya anggota keluarga yang mempunyai riwayat bipolar mempunyai resiko terdiagnosa bipolar.<sup>3</sup>

Banyak kasus bunuh diri yang berhubungan dengan masalah kesehatan mental. Dilansir dari situs web jawapos.com, Indonesia memiliki masalah kesehatan mental yang cukup tinggi. Berdasarkan penelitian terbaru *Emotional Health For All (EHFA)* menemukan bahwa tingkat bunuh diri di Indonesia yang sebenarnya mungkin setidaknya 4 kali lipat dari angka yang

---

<sup>1</sup> Purba dan Kahija, “Pengala man Terdiagnosis Bipolar: Sebuah Interpretative Phenomenological Analysis,” hlm 232; Saputra, “Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Keberfungsian Sosial Penyintas Bipolar di Komunitas Bipolar Care Indonesia,” hlm 36-38.

<sup>2</sup> Wedanthi, “Studi Kasus Dinamika Psikologis Penderita Bipolar Disorder,” hlm 2578.

<sup>3</sup> Saputra, “Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Keberfungsian Sosial Penyintas Bipolar di Komunitas Bipolar Care Indonesia,” hlm 38.

dilaporkan.<sup>4</sup> Bunuh diri adalah masalah global utama dengan lebih dari 700 ribu kematian tercatat setiap tahun. Angka bunuh diri tertinggi di Indonesia terjadi di Kepulauan Riau, Bali, Yogyakarta, Maluku Utara, dan Jawa Tengah.<sup>5</sup>

Resiko untuk melakukan bunuh diri pada individu yang memiliki gangguan bipolar lebih tinggi yaitu ketika episode depresi yang diikuti oleh episode campuran, keadaan psikotik<sup>6</sup> dan manik. Gangguan bipolar tidak masuk dalam kategori penyakit mematikan ataupun berbahaya. Namun, adanya dampak negatif dari pengaruh buruk dan gejala yang tidak dapat ditangani dengan baik juga dapat berujung fatal. Keluarga dan lingkungan sekitar memiliki peran yang sangat penting untuk membuat penyandang bipolar dapat berdamai dengan diri dan kondisinya.

Masyarakat seringkali memandang aneh pada penderita bipolar. Bipolar merupakan salah satu gangguan kejiwaan yang sulit dipahami oleh masyarakat. Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang berbagai penyakit kejiwaan dan cara menanganinya, sering menjadi penyebab perilaku dan tindakan yang keliru dari masyarakat terhadap penderita. Banyak penderita bipolar yang kesulitan untuk merawat diri bahkan mempertahankan atau mencari pekerjaan, oleh karena itu para penderita sangat bergantung kepada bantuan orang lain. Sehingga dukungan sosial menjadi sumber pendampingan bagi penderita bipolar.

Bipolar merupakan masalah kesehatan masyarakat yang substansial. Bipolar sering tidak terdiagnosis atau salah diagnosa, sehingga menyebabkan perawatan yang kurang dan kecacatan berkelanjutan. Hasil survei menunjukkan bahwa diagnosa yang akurat secara signifikan hanya 20% pasien yang diskriminatif untuk gangguan bipolar telah menerima diagnosa tersebut dari dokter, sedangkan 31% telah menerima diagnosa

---

<sup>4</sup> Virdhani dan Kuswandi, "Masalah Kesehatan Mental, Angka Kasus Bunuh Diri 4 Kali Lebih Tinggi."

<sup>5</sup> Onie dan Daswin, "Suicide in Indonesia in 2022: Underreporting, Provincial Rates, and Means."

<sup>6</sup> Psikotik adalah gangguan jiwa yg ditandai dengan ketidakmampuan seseorang untuk membedakan antara khayalan dan realitas.

depresi dan 49% tidak menerima diagnosis.<sup>7</sup> Dukungan dari keluarga dan orang terdekat merupakan bagian integral dari keberhasilan perawatan dan kesejahteraan individu dengan bipolar.

Untuk dapat kembali menjalani kehidupan, individu dengan bipolar perlu melakukan proses pengobatan dan pemulihan. Banyak faktor yang harus diperhatikan dalam pemulihan orang dengan bipolar. Bukan hanya faktor biologis dan psikologis, faktor sosial juga harus diperhatikan. Pemulihan adalah perjalanan panjang yang melibatkan perubahan pribadi dan keterlibatan kembali di dalam lingkungan sosial, yang melihat pentingnya menciptakan penerimaan serta memungkinkan lingkungan sosial yang dapat mendukung proses pemulihan. Pemulihan disini menekankan pada membangun kembali kehidupan yang lebih bermanfaat terlepas dari seseorang yang memiliki gangguan bipolar yang berkelanjutan, dan fokus untuk memperoleh kembali peran sosial yang berharga.

Dukungan sosial adalah bentuk kepedulian atau perhatian berupa penerimaan, pertolongan maupun semangat yang berasal dari orang terdekat seperti keluarga atau kerabat, teman atau sahabat maupun orang lain dengan tujuan membantu seseorang ketika menghadapi masalah.<sup>8</sup> Dukungan sosial dibutuhkan oleh setiap individu terutama oleh individu yang mengalami depresi. Dukungan sosial berkaitan dengan tingkat kepuasan dari dukungan yang diterima, serta persepsi individu terhadap orang lain dalam membantu mengatasi masalah. Dukungan sosial terdiri dari informasi verbal maupun nonverbal, bantuan nyata atau tindakan yang di dapat dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima dukungan.

Dukungan sosial memiliki efek positif terhadap kesehatan. Seperti yang dikatakan Orford melalui Iqbal, bahwa dukungan sosial bekerja dengan tujuan memperkecil tekanan atau stres yang dialami individu.<sup>9</sup> Dukungan sosial merupakan bentuk perasaan nyaman baik fisik maupun

---

<sup>7</sup> Post, "The Impact of Bipolar Depression," hlm 5.

<sup>8</sup> Saputra, "Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Keberfungsian Sosial Penyintas Bipolar di Komunitas Bipolar Care Indonesia," hlm 21.

<sup>9</sup> Iqbal, "Hubungan Dukungan Sosial dengan Efikasi Diri pada Mahasiswa Baru," hlm 20.

psikologi dari adanya bantuan orang lain, juga merupakan bagian komunikasi dan hubungan timbal balik dari orang terdekat serta lingkungan. Dukungan sosial melihat pada aksi yang benar-benar dilakukan oleh orang lain. Dukungan sosial dipandang sebagai realita sosial dari dukungan yang diberikan oleh orang lain dan sebagai kognisi yang mengacu pada pemahaman terhadap dukungan yang diterima.<sup>10</sup>

Berdasarkan hasil penelitian Saputra pada tahun 2019, menunjukkan bahwa seorang penyintas bipolar membutuhkan dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan instrumental, dan dukungan penghargaan dalam memenuhi kebutuhan dasar, pemecahan masalah, dan menjalankan peran sosialnya dari keluarga serta sesama penyintas bipolar dalam suatu komunitas. Dalam mencapai keberfungsian sosial, dukungan informasi merupakan dukungan yang paling sering diterima oleh penyintas bipolar. Namun, dukungan yang lebih mempengaruhi seorang penyintas dalam mencapai keberfungsian sosial adalah dukungan emosional.<sup>11</sup>

Dukungan sosial membuat individu merasa lebih dihargai, dicintai serta menjadi bagian dari masyarakat. Cohen menjabarkan bahwa dukungan sosial adalah peningkatan ketahanan diri terhadap masalah dan kesehatan dari hasil interaksi sosial dengan lingkungannya.<sup>12</sup> Lingkungan yang menerima serta selalu memberi dukungan pada penderita bipolar membuat individu merasa nyaman menjadi bagian dari lingkungan masyarakat tersebut. Sehingga individu akan merasa aman, sejahtera, serta dapat menikmati hidup. Perasaan ini yang kemudian dapat meningkatkan *self-efficacy* penderita bipolar.

*Self-efficacy* merupakan proses kognitif yang dapat memengaruhi motivasi individu ketika berperilaku. Seseorang dapat menentukan seberapa baik tindakan yang diperlukan sesuai dengan situasi yang dihadapi. *Self-*

---

<sup>10</sup> A dan Nawangsih, "Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Penderita Bipolar di Komunitas Bipolar Care Indonesia Bandung," hlm 731.

<sup>11</sup> Saputra, "Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Keberfungsian Sosial Penyintas Bipolar di Komunitas Bipolar Care Indonesia."

<sup>12</sup> Dewi dan Sukmayanti, "Dukungan Sosial Dan Skizofrenia," hlm 118.



*efficacy* tidak muncul begitu saja. *Self-efficacy* akan berkembang sejalan dengan meningkatnya kemampuan dan bertambahnya pengalaman. *Self-efficacy* setiap individu berbeda-beda, individu yang mempunyai *self-efficacy* tinggi akan memiliki kepercayaan atas kemampuannya dalam mengelola serta menuntaskan tugas dari berbagai tingkat kesulitan dan persoalan untuk bisa mencapai hasil.<sup>13</sup>

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

“Sungguh kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.” (QS. At-Tin : 4)

Potongan surat diatas menerangkan bahwa manusia sudah diciptakan dengan bentuk yang paling baik atau sempurna, namun pengembangan potensi diri belum tentu secara langsung terlihat. Setiap manusia perlu usaha untuk membangun dan mengembangkan potensi diri secara bertahap agar tujuan hidup dapat tercapai. *Self-efficacy* menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tujuan individu. Meningkatnya *self-efficacy* menyebabkan penetapan tujuan yang matang dan menantang, sebaliknya menurunnya *self-efficacy* menyebabkan penetapan tujuan yang lebih sederhana.

Keyakinan dirimatau biasa disebut *self-efficacy* sangat penting dan dibutuhkan oleh setiap manusia. Bandura mengungkapkan bahwa *self-efficacy* menentukan apa seseorang akan memperlihatkan perilakutertentu ketika menghadapi kesulitan dan kesuksesan, yang nantinya akan mempengaruhi perilaku individu di masa mendatang.<sup>14</sup> Sebagai konsep diri, *self-efficacy* seseorang akan mengarahkan seseorang agar tetap semangat untuk mencapai suatu yang telah diyakini. Oleh karena itu, individu mempunyai keyakinan terhadap kemampuannya maka ia akan berusaha dengan penuh semangat. *Self-efficacy* juga mempunyai pengaruh besar terhadap perilaku individu, seberapa baik seseorang dapat

<sup>13</sup> Gosselin dan Maddux, “Self-Efficacy,” hlm 218.

<sup>14</sup> Hasanah, “Konsep Self Efficacy dalam Al-Qur’an (Studi Penafsiran Ayat-Ayat Self Efficacy dalam Tafsir Al-Qur’an),” hlm 21.



menentukan terpenuhinya motivasi yang mengarah pada tindakan sesuai dengan situasi yang dihadapi.<sup>15</sup>

Film adalah salah satu jenis karya sastra yang banyak disukai oleh masyarakat terkhusus anak muda. Karya sastra yaitu hasil pengamatan terhadap kehidupan yang diciptakan sastrawan baik berupa novel, puisi, film, maupun cerita pendek yang berguna untuk dipahami, dinikmati, juga dimanfaatkan oleh masyarakat. Pada umumnya, karya sastra memuat permasalahan yang meliputi kehidupan manusia. Manusia mempunyai sifat, perasaan, dan pandangan yang berbeda-beda. Dalam karya sastra terkandung juga ilustrasi berbagai peristiwa, kejadian, gambaran psikologi serta berbagai dinamika penyelesaian masalah.<sup>16</sup>

Konflik atau tragedi yang digambarkan memberikan kesadaran bagi penonton bahwa kondisi tersebut dapat terjadi di kehidupan nyata bahkan dialami secara langsung oleh pembaca atau penonton. Film merupakan media informasi dan komunikasi yang paling modern saat ini. Dalam menonton film terjadi proses identifikasi psikologi<sup>17</sup>, karena penonton seringkali menirukan perilaku tokoh dalam film.<sup>18</sup> Film memainkan peran menarik untuk membawa dan menyampaikan pesan tertentu dari dan untuk manusia. Film memiliki lingkup, kontrol, pengaruh emosional, dan popularitas sehingga film dimanfaatkan sebagai alat propaganda.<sup>19</sup> Pesan dalam film diperoleh dengan mengamati berbagai kejadian atau isu dalam masyarakat yang dianggap mencolok.

Dalam dunia perfilman, peran tokoh adalah salah satu faktor yang dapat memengaruhi tersampaikan atau tidak makna dari film tersebut. Seorang pemain film harus bisa menghayati dan mendalami kepribadian tokoh dalam film yang akan diperankan, sehingga peran yang akan

---

<sup>15</sup> Adicondro dan Purnamasari, "Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga Dan Self Regulated Learning Pada Siswa Kelas Viii," hlm 19.

<sup>16</sup> Nazaria, "Gangguan Kejiwaan Tokoh Utama Dalam Film Posesif Karya Sutradara Edwin (Kajian Psikologi Sastra)."

<sup>17</sup> Identifikasi dalam psikologi berarti dorongan untuk menjadi identik (sama) dengan orang lain, baik secara lahiriah maupun secara batiniah.

<sup>18</sup> Alkhajar, "Masa-Masa Suram Dunia Perfilman Indonesia," hlm 13.

<sup>19</sup> Toni, "Peran Film Sebagai Media Sosialisasi Lingkungan," hlm 43.

ditampilkan terlihat hidup. Pada dasarnya setiap manusia mempunyai kepribadian, perilaku, dan tingkah laku yang berbeda satu dengan lainnya. Perilaku tersebut dapat dilihat ketika menghadapi dan menyikapi permasalahan.<sup>20</sup> Oleh karena itu, karya sastra dapat dikaji melalui aspek psikologi, karena objek studi dari psikologi adalah kejiwaan atau kepribadian manusia.

Dunia perfilman di Indonesia berkembang pesat, salah satunya dengan munculnya film “Kukira Kau Rumah” yang di tayangkan perdana pada tahun 2021 dalam bentuk film layar lebar yang diadaptasi dari lagu yang dinyanyikan oleh Amigdala dengan judul yang sama yaitu Ku Kira Kau Rumah. Film ini banyak mengedukasi masyarakat yang belum sadar akan kesehatan mental. Dalam waktu 11 hari penayangan film ini mencapai 1,8 juta penonton dan mendapat penghargaan sebagai film dengan jumlah penonton terbanyak di masa pandemi dari Museum Rekor Dunia Indonesia. Festival Film Indonesia juga memberikan penghargaan pada Film “Kukira Kau Rumah” sebagai 5 besar kategori film favorit pilihan penonton.

Film “Kukira Kau Rumah” mengisahkan seseorang bernama Niskala yang terdiagnosa mengalami gangguan bipolar yang mempunyai ayahnya overprotektif. Niskala ingin membuktikan pada ayahnya bahwa ia bisa sukses, sehingga memutuskan untuk kuliah diam-diam atas sepengetahuan ibunya. Film “Kukira Kau Rumah” membawa pesan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terkait kesehatan mental dan bisa memperlakukan para penderita gangguan kejiwaan seperti bipolar dengan lebih baik. Film ini menjadi film drama romansa dan psikologis, mengangkat permasalahan kesehatan mental yang sedang ramai dibahas di media sosial dan menjadi isu penting di kalangan anak muda.

Kesehatan mental yang dibahas dalam film “Kukira Kau Rumah” berfokus pada gangguan bipolar yang dialami oleh tokoh utama yaitu Niskala. Pada beberapa adegan dalam film penonton akan dibawa pada

---

<sup>20</sup> Marbun, “Perilaku Abnormal Tokoh Nishino dalam Film Creepy: Itsuwari No Rinjin Karya Kiyoshi Kurosawa,” hlm 2.

perbedaan emosi antara Niskala dengan orang lain di sekitarnya. Ketika berhadapan dengan suatu kondisi, dalam diri individu akan muncul rasa dan keyakinan bahwa dirinya mampu atau tidak dalam mengatasi kondisi tersebut. Keyakinan itulah yang dikaitkan dengan istilah *self-efficacy*. *Self-efficacy* berkontribusi terhadap kemampuan menghadapi dan berkontribusi terhadap tantangan dan tekanan hidup. *Self-efficacy* individu akan meningkat ketika mendapat dukungan dari orang-orang di sekitarnya.

Hal ini menunjukkan bahwa penderita bipolar perlu adanya dukungan dari orang lain. Penderita gangguan mental tidak boleh dianggap remeh. Perlu kesabaran dalam menghadapi penderita bipolar, karena apabila salah berucap atau berperilaku dapat terjadi hal-hal yang tidak diinginkan. Stigma bahwa penderita bipolar tidak bisa bergaul ataupun mengenyam pendidikan, justru membuat mereka merasa semakin terpuruk. Salah satunya cara mematahkan stigma tersebut yaitu melalui pesan yang dibawa oleh film “Kukira Kau Rumah”, bahwa penderita bipolar juga mampu melakukan hal yang dilakukan orang normal bahkan menempuh pendidikan yang sama.

Penulis berposisi sebagai penonton film dalam memaknai sebuah film. Penulis juga memanfaatkan konflik yang ada dalam film sebagai identifikasi masalah yang akan diteliti. Film “Kukira Kau Rumah” memperlihatkan penyesuaian diri penderita bipolar dengan lingkungan, serta memperlihatkan dukungan sosial bagi penderita bipolar dalam meningkatkan *self-efficacy* dalam dirinya. Maka dari itu penulis tertarik untuk meneliti hal tersebut dan mengambil judul **Dukungan Sosial dalam Meningkatkan *Self-Efficacy* Penderita Bipolar dalam Film “Kukira Kau Rumah”**, yang nantinya penelitian ini akan dianalisis menggunakan teori semiotika dari Roland Barthes.

## **B. Penegasan Istilah**

### **1. Dukungan Sosial**

Dukungan sosial merupakan perilaku umum atau lebih spesifik yang dapat mengubah tekanan psikologis individu. Dukungan sosial

mengacu pada berbagai sumber yang disediakan oleh hubungan antar pribadi. Dengan menjalin hubungan interpersonal dapat mengurangi permasalahan psikologis manusia. Dukungan sosial merujuk pada persepsi individu yang diberikan oleh orang lain sehingga dapat membantu menyelesaikan permasalahan.<sup>21</sup> Dalam penelitian ini dukungan sosial yang dimaksud adalah dukungan sosial dalam meningkatkan kemampuan penderita bipolar. Seperti pendapat Garmenzy bahwa manfaat dari dukungan sosial yaitu mengurangi kecemasan dan munculnya stres serta dapat meningkatkan kepercayaan diri individu.<sup>22</sup> Dukungan sosial dapat diperoleh dari keluarga, kerabat, teman, rekan, masyarakat, tetangga, guru atau yang lain.

## 2. *Self-Efficacy*

Bandura mengungkapkan bahwa *self-efficacy* ialah kemampuan seseorang ketika bertindak laku juga berkaitan dengan kepercayaan diri serta optimis dalam menangani masalah.<sup>23</sup> Individu akan merasa depresi ketika terlalu banyak memikirkan hal negatif tentang apa yang terjadi nantinya, serta tidak mempunyai kepercayaan diri dalam menghadapi masalahnya. Keyakinan terhadap kemampuan dalam mengelola dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk menghasilkan pencapaian yang diharapkan.<sup>24</sup> *Self-efficacy* menurut Bandura merupakan kemampuan individu ketika bertindak dan berkaitan dengan keyakinan dan optimis dalam mengatasi stres.<sup>25</sup> *Self-efficacy* berkaitan dengan pemahaman aspek penting dari diri dan keyakinan orang tentang kemampuan pribadi dan cara meyakini diri mempengaruhi apa yang mereka coba capai, mereka mencoba untuk

---

<sup>21</sup> Saputra, "Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Keberfungsian Sosial Penyintas Bipolar di Komunitas Bipolar Care Indonesia," hlm 15.

<sup>22</sup> Rif'ati, Arumsari, dan Fajriani, "Konsep Dukungan Sosial dalam Keluarga," hlm 3.

<sup>23</sup> Oktaviana, "Hubungan Interaksi Sosial dan Self Efficacy dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia yang Tinggal di Panti Werdha," hlm 5.

<sup>24</sup> Gosselin dan Maddux, "Self-Efficacy," hlm 219.

<sup>25</sup> Oktaviana, "Hubungan Interaksi Sosial dan Self Efficacy dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia yang Tinggal di Panti Werdha," hlm 5.



mencapainya dan tentang cara bereaksi terhadap keberhasilan dan kegagalan sepanjang hidup.

### 3. Bipolar

Bipolar merupakan suatu gangguan kejiwaan yang menyerang psikis individu ditandai dengan pergantian suasana hati ekstrem berupa manik dan depresi. Individu dengan gangguan bipolar bisa saja merasa semangat dan sangat antusias terhadap sesuatu atau bisa disebut dengan istilah episode manik. Tetapi ketika moodnya sedang buruk, penderita bipolar bisa sangat merasa kesepian, putus asa, bahkan depresi sehingga bisa terjadi hal yang tidak diinginkan seperti bunuh diri.<sup>26</sup> Penderita bipolar mempunyai tipe yang berbeda tergantung dari lama fase manik dan depresinya. Gangguan bipolar adalah salah satu penyebab utama kecacatan di kalangan orang muda, yang menyebabkan gangguan kognitif dan fungsional dan meningkatkan angka kematian, terutama kematian karena bunuh diri, tetapi dengan perawatan yang tepat akan mengarah pada hasil yang lebih baik.

### 4. Film “Kukira Kau Rumah”

Film “Kukira Kau Rumah” adalah film drama psikologi yang menceritakan tentang seorang penderita bipolar yang sedang berusaha membuktikan bahwa dirinya bisa sukses kepada ayahnya serta menginginkan kehidupan normal seperti manusia pada umumnya. Banyak keinginan dan mimpi Niskala yang terpendam, karena selalu dijaga dengan overprotektif oleh ayahnya. Penanganan oleh orang tua Niskala terhadap *mental illness* yang dialaminya terkesan keliru. Film yang diperankan oleh Prilly Latuconsina dan Jourdy Pranata bukan hanya menayangkan cerita romantis, tetapi juga mengangkat tema permasalahan jaman sekarang yaitu kesehatan mental. Film ini juga merupakan gambaran bagi masyarakat bahwa pengidap gangguan kejiwaan juga butuh diperhatikan dan tidak bisa sembarangan ditangani.

---

<sup>26</sup> Nofiyana dan Supradewi, “Penerimaan Diri Pada Wanita Dengan Gangguan Bipolar,” hlm 1375.



### C. Batasan dan Rumusan Masalah

Dengan apa yang sudah dijelaskan penulis di atas, maka dari itu penulis membuat batasan permasalahan dimana nantinya penelitian hanya terfokus pada dukungan sosial dalam meningkatkan *self-efficacy* yang diterima penderita bipolar.

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimanakah dukungan sosial dalam meningkatkan *self-efficacy* penderita bipolar dalam film “Kukira Kau Rumah”?

### D. Tujuan Penelitian

Dengan munculnya permasalahan yang telah disebutkan dalam rumusan masalah, maka diperoleh tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui dukungan sosial dalam meningkatkan *self-efficacy* penderita bipolar dalam film “Kukira Kau Rumah”.

### E. Manfaat Penelitian

#### 1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan menambah wawasan keilmuan terkhusus kepada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam tentang bipolar.

#### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi penderita bipolar, penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran tentang dukungan sosial dan *self-efficacy*.
- b. Bagi orangtua, penelitian ini diharapkan memberi pemahaman kepada orangtua bahwa pentingnya dukungan sosial terutama bagi mereka yang mempunyai anak dengan gangguan bipolar.
- c. Bagi masyarakat, penelitian ini diharapkan dapat memberi tambahan wawasan dan ilmu pengetahuan juga memberi pemahaman pentingnya dukungan sosial terutama bagi gangguan kejiwaan seperti bipolar.

- d. Bagi mahasiswa dan peneliti selanjutnya, manfaat praktis penelitian ini bagi mahasiswa akan menambah ilmu pengetahuan dan pemahaman bagi mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Islam, dan sebagai bahan referensi penelitian yang akan datang.
- e. Bagi penulis, penelitian ini akan bermanfaat untuk menambah wawasan dan pemahaman tentang dukungan sosial, *self-efficacy* dan juga bipolar. Penelitian ini juga diharapkan bisa mengantarkan penulis meraih gelar sarjana.

#### **F. Telaah Pustaka/ Penelitian yang Relevan**

1. Jurnal penelitian dari Belmaker dengan judul “Bipolar Disorder”. Hasil dari penelitian ini yaitu bukti kecenderungan genetik yang jelas untuk penyakit bipolar, dan beberapa studi keterkaitan telah menghasilkan hasil yang serupa. Namun, hasil ini tidak cukup kuat untuk digunakan dalam konseling genetik. Meskipun pencarian bukti kelainan dalam studi neurokimia dan neuroimaging tetap menjanjikan, penanda diagnostik yang masih memiliki relevansi klinis ditemukan. Kecenderungan diagnostik baru untuk melihat kondisi yang lebih ringan yang mencakup perubahan suasana hati sebagai varian dari penyakit bipolar dapat menyebabkan pengobatan yang lebih efektif untuk beberapa pasien yang terkena dampak, sering dengan lithium atau valproate, tetapi penggunaan agen ini dalam pengobatan ringan varian gangguan tetap tidak didukung oleh data biologis atau klinis yang kuat. Untuk alasan ini, dokter harus berhati-hati untuk menghindari salah mendiagnosis fenomena psikologis atau sosial sebagai bipolar penyakit. Semakin banyak bukti untuk kemanjuran baru obat antipsikotik atipikal dalam pengobatan dan profilaksis terhadap penyakit bipolar telah memberikan alternatif pengobatan utama yang mungkin, di masa depan mendatang, mengaburkan batas diagnostik dan terapeutik aries antara penyakit bipolar dan skizofrenia. Namun, efek samping baru yang

muncul tersebut senyawa tidak dapat diabaikan.<sup>27</sup> Persamaan dengan penelitian ini adalah subjek yang diteliti yaitu penderita bipolar, namun fokus penelitian Belmaker dan penelitian berbeda.

2. Jurnal penelitian dari Laura M. Smith dkk, dengan judul “*Self-Efficacy in Bipolar Disorder: Development and Validation of a Self-Report Scale*”. Penelitian ini di latarbelakangi ole keberhasilan pengelolaan gangguan bipolar yang melakukan serangkaian tugas manajemen diri yang kompleks (misalnya minum obat, memantau gejala, mengikuti rutinitas tidur yang teratur). Banyak orang dengan BPD meragukan keberhasilan melakukan tugas ini, rasa efikasi yang rendah menyebabkan kelangsungan gejala BPD, kualitas hidup yang buruk, dan kepatuhan yang rendah terhadap pengobatan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan BPSES (*Bipolar Self-Efficacy Scale*) terdiri dari 17 item. Skor BPSES adalah dapat dandalkan, sensitif terhadap perubahan, dan berkorelasi dengan konstruksi yang terkait secara teoritis seperti penyesuaian sosial dan afek positif. Skor BPSES memiliki asosiasi yang jauh lebih tinggi dengan depresi dan kualitas hidup daripada instrumen alternatif yang mengukur efikasi diri secara umum, daripada *self-efficacy* secara khusus terkait manajemen diri gangguan bipolar.<sup>28</sup> Penelitian Smith memiliki persamaan dengan penelitian ini yaitu pada objek yang diteliti *self-efficacy* penderita bipolar, namun subjek dalam penelitian ini merupakan tokoh fiksi dalam film.
3. Jurnal penelitian dari Sheying Chen yang berjudul “*Social Support and Health in a Global Perspective*”, memperkenalkan volume dan kontributornya dengan meringkas isinya dari bab yang berurusan dengan isu-isu teoritis dan metodologis serta praktis kekhawatiran yang melibatkan dimensi/variabel utama keragaman seperti ras/etnis/budaya dan status imigran/pengungsi, jenis kelamin, dan usia. Manfaat kesehatan potensial dari dukungan sosial adalah kepentingan utama,

---

<sup>27</sup> Belmaker, “Bipolar Disorder.”

<sup>28</sup> Smith et al., “Self-Efficacy in Bipolar Disorder: Development and Validation of a Self-Report Scale.”

khususnya penyakit (HIV/AIDS dan kanker) diperiksa secara rinci. Kebutuhan dukungan sosial juga dinilai untuk peran non-pasien dalam berbagai kasus mulai dari pengasuhan hingga kematian. Sebuah perspektif global ditekankan untuk memperbaharui kepentingan penelitian dalam dukungan sosial dan kesehatan untuk menilai seberapa banyak dunia telah belajar sejauh ini dan bagaimana kebijakan dan praktik di berbagai negara (termasuk Timur) terus mengikuti pembelajaran itu. Kemajuan dalam teori dan elaborasi metodologis bersama dengan studi kasus ide inovatif, model unik, dan praktik terbaik, hubungan antara sosial dukungan dan kesehatan harus lebih dipahami pada skala global di abad ke-21.<sup>29</sup> Persamaan dengan penelitian ini adalah objek yang diteliti yaitu dukungan sosial, namun dukungan sosial dalam penelitian ini berfokus pada dukungan yang diterima oleh penderita bipolar.

4. Tesis dari Abdus Salam pada tahun 2017, dengan judul “Hubungan antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa”. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan pengumpulan data melalui angket. Hasil analisis dari uji regresi menunjukkan nilai  $F=28,453$  dan  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ), artinya efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik mempunyai korelasi yang sangat signifikan. Hasil uji korelasi parsial antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik memperoleh nilai  $t=-0,145$  dan  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) yang berarti bahwa antara efikasi diri dengan stres akademik memiliki korelasi negatif yang sangat signifikan. Sedangkan hasil uji korelasi antara dukungan sosial dengan stres diperoleh nilai  $t=0,561$  dengan  $p=0,081$  ( $p>0,05$ ) yang artinya antara dukungan sosial dengan stres akademik memiliki korelasi negatif yang sangat signifikan.<sup>30</sup> Persamaan antara penelitian Salam dan

---

<sup>29</sup> Chen, “Social Support and Health: Theory, Research, and Practice with Diverse Populations.”

<sup>30</sup> Salam, “Hubungan Antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa.”

penelitian ini adalah objek yang diteliti yaitu *self-efficacy* dan dukungan sosial. Adapun perbedaannya adalah metode dan subjek yang diteliti.

5. Jurnal penelitian dari Ria Kamilah Agustina tahun 2022, dengan judul “*The Importance of Mental Health Found in Movie Entitled Kukira Kau Rumah*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penokohan tokoh utama bernama Niskala. Selain itu, untuk menggambarkan kesehatan mental tokoh utama. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Hasil menunjukkan bahwa tokoh utama disini memiliki lima karakter. Dia ceria, hangat, tertutup, baik hati, dan pemberontak. Sayangnya, Niskala juga didiagnosis mengalami gangguan kesehatan mental. Masalah inilah yang menjadi pesan utama dalam film ini. kesimpulannya, kepribadian tokoh utama adalah ceira, ramah tamah, introvert, baik, dan pemberontak.<sup>31</sup> Persamaan dengan penelitian terletak pada subjek yang diteliti yaitu film “Kukira Kau Rumah”, sedangkan perbedaan terletak pada objek yang diteliti.
6. Jurnal penelitian dari Eka Heriyan, dkk pada tahun 2022 dengan judul “Dukungan Sosial dan Efikasi Diri”. Penelitian ini di latar belakang oleh studi lapangan mahasiswa BK tahun pertama memasuki masa perkuliahan merasa kurang mendapat dukungan dari lingkungan kampus dan rasa percaya diri ketika memasuki perguruan tinggi swasta. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan tingkat dukungan sosial dan efikasi diri siswa BK UHAMKA tahun 2019 serta untuk melihat ada tidaknya hubungan antara dukungan sosial dan efikasi diri. Metodologi penelitian menggunakan metode korelasi kuantitatif. Itu Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UHAMKA yang yang terdaftar pada angkatan 2019/2020 sebanyak 162 mahasiswa. Sampel penelitian ini adalah 115 siswa. Hasil hipotesis mengacu pada korelasi perkalian momen yang mendapatkan hasil

---

<sup>31</sup> Agustina, “The Importance of Mental Health Found in Movie Entitled Kukira Kau Rumah.”



berikut  $r_{hitung}$  sebesar 0,984 dan  $r_{tabel}$  sebesar 0,05 sehingga  $r_{hitung} > r_{tabel}$ , hal ini berarti terdapat pengaruh yang sangat hubungan yang kuat antara dukungan sosial dan *self-efficacy* dan  $p\text{-value } 0,000 < 0,05$  yang menunjukkan hubungan positif. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang kuat dan positif antara sosial dukungan dan efikasi diri.<sup>32</sup> Persamaan penelitian Heriyan dengan penelitian ini adalah objek yang diteliti yaitu dukungan sosial dan juga *self-efficacy*. Sedangkan perbedaan dengan penelitian ini terletak pada subjek penelitian dan metode yang digunakan.

7. Skripsi dari Garsha Three Saputra pada tahun 2019 dengan judul “Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Keberfungsian Sosial Penyintas Bipolar di Komunitas Bipolar Care Indonesia”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri penderita bipolar di komunitas BCI Bandung. Subjek yang diteliti yaitu 19 orang penderita bipolar. Hasil penelitiannya menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan penyesuaian diri. Semakin baik penyesuaian diri pada ODB disebabkan oleh semakin tingginya dukungan sosial yang diterima oleh ODB.<sup>33</sup> Persamaan penelitian Saputra dengan penelitian ini yaitu pembahasan yang sama mengenai dukungan sosial bagi penderita bipolar. Adapun perbedaan penelitian Saputra dengan penelitian ini yaitu metode dan subjek yang diteliti.
8. Jurnal penelitian dari Imam Hanapi dan Ivan Muhamad Agung pada tahun 2018, dengan judul “Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Self-Efficacy* dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *self-efficacy*. Subjek dalam penelitian adalah 122 mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau. Hasil penelitian menunjukkan korelasi sebesar  $= 0,538$  dan

---

<sup>32</sup> Heriyani, Widiastuti, dan Althaf, “Dukungan Sosial dan Efikasi Diri.”

<sup>33</sup> Saputra, “Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Keberfungsian Sosial Penyintas Bipolar di Komunitas Bipolar Care Indonesia.”

nilai signifikansi = 0,000 ( $p < 0,05$ ) artinya bahwa adanya hubungan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *self-efficacy* dengan nilai.<sup>34</sup> Persamaan dengan penelitian ini yaitu pembahasan mengenai dukungan sosial dan juga *self-efficacy*. Sedangkan perbedaan Penelitian Hanapi dan Agung dengan penelitian ini yaitu subjek yang diteliti.

9. Jurnal penelitian dari Citra Ayu Kumala Sari tahun 2017, dengan judul “Efikasi Diri, Dukungan Sosial dan Resiliensi”. Penelitian ini bertujuan mencari hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan resiliensi. Penelitian dilakukan pada 97 mahasiswa Akbid Ngudia Husada Bangkalan. Alat pengumpulan data berupa skala efikasi diri sebanyak 34 aitem, skala dukungan sosial sebanyak 36 aitem, dan skala resiliensi sebanyak 47 aitem. Hasil analisa data penelitian menunjukkan perolehan nilai korelasi antara efikasi diri, dukungan sosial dan resiliensi menghasilkan nilai R sebesar 0,669,  $F = 94,887$ , dengan nilai  $p = 0,000 < 0,01$ , maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri, dukungan sosial dan resiliensi.<sup>35</sup> Persamaan penelitian sari dengan penelitian ini yaitu pada efikasi diri dan dukungan sosial. Sedangkan perbedaan dengan penelitian ini terletak pada subjek dan metode penelitian.
10. Jurnal penelitian dari R. Annissa Khiesta dan Endah Nawangsih tahun 2016, dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Penderita Bipolar di Komunitas Bipolar *Care* Indonesia Bandung”. Penelitian yang digunakan adalah penelitian korelasi dengan tujuan untuk mengetahui seberapa erat hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada penderita bipolar di komunitas BCI Bandung. Subjek penelitian sebanyak 19 orang penderita bipolar yang sudah di diagnosis oleh psikiater. Alat ukur dalam penelitian ini berupa kuesioner mengenai dukungan sosial dan

---

<sup>34</sup> Hanapi dan Agung, “Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Self Efficacy Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa.”

<sup>35</sup> Sari, “Efikasi Diri, Dukungan Sosial dan Resiliensi.”

penyesuaian diri. Hasil korelasi antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri adalah 0,402, artinya terdapat hubungan positif yang cukup berarti antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri, maka semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh ODB, semakin baik pula penyesuaian diri pada ODB di komunitas Bipolar *Care* Indonesia Bandung.<sup>36</sup> Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada subjek penelitian. Persamaan dengan penelitian ini adalah objek yang diteliti yaitu dukungan sosial.

#### **G. Sistematika Pembahasan**

Sistematika pembahasan dalam penelitian ini terdiri dari 5 BAB, yaitu:

- BAB I Pendahuluan**, terdiri dari Latar Belakang Masalah, Penegasan Istilah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Kajian Pustaka, dan Sistematika Pembahasan.
- BAB II Landasan Teori**, terdiri dari teori *Self Efficacy*, Dukungan Sosial, dan Bipolar.
- BAB III Metode Penelitian**, terdiri dari Jenis dan Pendekatan Penelitian, Subjek dan Objek Penelitian, Data dan Sumber Data, Metode Pengumpulan Data, dan Metode Analisis Data.
- BAB IV Penyajian Data dan Analisis Data**, terdiri dari Gambaran Umum Film *Kukira Kau Rumah*, Penyajian dan Analisis Data.
- BAB V Penutup**, terdiri dari Kesimpulan dan Saran.

---

<sup>36</sup> A dan Nawangsih, "Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Penderita Bipolar di Komunitas Bipolar *Care* Indonesia Bandung."

## **BAB II**

### **KERANGKA TEORI**

Pandangan aneh masyarakat pada penderita bipolar masih seringkali terjadi karena kurangnya pengetahuan tentang berbagai penyakit kejiwaan serta cara menanganinya, menyebabkan perilaku dan tindakan yang keliru terhadap penderita. Dukungan sosial menjadi sumber pendampingan bagi penderita bipolar. Lingkungan yang menerima serta selalu memberi dukungan pada penderita bipolar membuat individu merasa nyaman menjadi bagian dari lingkungan masyarakat tersebut, sehingga dapat meningkatkan *self-efficacy* individu. Untuk mempermudah pembahasan pada BAB selanjutnya, maka penulis akan menguraikan dari masing-masing point tersebut sebagai berikut:

#### **A. Dukungan Sosial**

##### **1. Pengertian Dukungan Sosial**

Menurut Sarafino, dukungan sosial adalah bentuk kesenangan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan dari orang lain. Dukungan tidak hanya mengacu pada tindakan yang diberikan tetapi juga mengacu kepada persepsi orang bahwa kenyamanan dan bantuan yang tersedia dapat dirasakan dukungannya.<sup>37</sup> Dukungan sosial yang baik berasal dari lingkungan yang dapat membantu individu dalam mengatasi permasalahan dan menghadapi masa transisi dengan baik, terutama bagi pengidap gangguan bipolar.

Menurut Ganster, dukungan sosial merupakan tersedianya hubungan yang bersifat menolong dan mempunyai nilai khusus bagi individu yang menerimanya. Sumber-sumber yang disediakan orang lain terhadap individu yang dapat mempengaruhi kesejahteraan individu yang bersangkutan. Dukungan sosial memiliki efek positif terhadap kesehatan. Seperti yang dikatakan Orford bahwa dukungan sosial bekerja dengan tujuan memperkecil tekanan atau stres yang

---

<sup>37</sup> Iqbal, "Hubungan Dukungan Sosial dengan Efikasi Diri pada Mahasiswa Baru," hlm 19.

dialami individu.<sup>38</sup>

Dukungan sosial merupakan bentuk perasaan nyaman baik fisik maupun psikologi dari adanya bantuan orang lain, juga merupakan bagian komunikasi dan hubungan timbal balik dari orang terdekat serta lingkungan. Dukungan sosial melihat pada aksi yang benar-benar dilakukan oleh orang lain.<sup>39</sup> Dukungan sosial dipandang sebagai realita sosial dari dukungan yang diberikan oleh orang lain dan sebagai kognisi yang mengacu pada pemahaman pada dukungan yang diterima.

Pierce juga mendefinisikan dukungan sosial sebagai sumber emosional, informasional atau pendampingan yang diberikan oleh orang lain untuk menghadapi masalah yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari.<sup>40</sup> Dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh individu dengan penerimaan diri yang rendah. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial bersifat menolong, adanya kenyamanan, kepedulian, penghargaan mempunyai nilai tersendiri bagi individu yang menerimanya.

Dukungan sosial dapat dilakukan dengan berbagai cara misalnya memberikan bantuan, penghargaan, kalimat positif, perhatian, semangat, serta bantuan berupa fisik maupun psikis. Adanya dukungan sosial dapat mengurangi munculnya stres dan kecemasan individu. Dukungan sosial merupakan salah satu faktor dalam membantu menyelesaikan dan menangani masalah. Manfaat lain dari dukungan sosial yaitu individu mendapat perhatian, dihargai, dan dicintai juga dapat meningkatkan kepercayaan diri.<sup>41</sup>

Dukungan sosial memiliki efek positif terhadap kesehatan. Dukungan sosial bekerja dengan tujuan memperkecil tekanan atau stres

---

<sup>38</sup> Iqbal, hlm 20.

<sup>39</sup> A dan Nawangsih, "Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Penderita Bipolar di Komunitas Bipolar Care Indonesia Bandung," hlm 731.

<sup>40</sup> Salam, "Hubungan Antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa," hlm 33.

<sup>41</sup> Rif'ati, Arumsari, dan Fajriani, "Konsep Dukungan Sosial dalam Keluarga," hlm 5.



yang dialami individu.<sup>42</sup> Dukungan sosial mampu mengubah kepribadian seseorang untuk memiliki rasa kasih sayang, empati, dan simpati. Individu yang menerima dukungan sosial akan meningkatkan kepercayaan diri sehingga lebih yakin dengan kemampuan dirinya untuk berhasil dalam melakukan sesuatu.

## 2. Bentuk Dukungan Sosial

Menurut Sarafino dukungan sosial tercipta dengan beberapa bentuk dukungan sosial, sebagai berikut:

### a. Dukungan Emosional

Dukungan emosional berupa perhatian atau empati terhadap seseorang. Dukungan ini membuat seseorang merasa aman, nyaman, dan tentram, berupa ungkapan kepedulian, dan perhatian, seperti ungkapan bela sungkawa dan pemberian bantuan kepada korban bencana alam.

### b. Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan berupa penghargaan positif, ungkapan hormat, persetujuan terhadap perasaan atau pendapat individu, dan dorongan untuk maju. Dukungan ini akan sangat berguna ketika individu mengalami stres karena tekanan yang lebih besar daripada kemampuan yang dimiliki. Bentuk dukungan ini menyebabkan individu membangun rasa menghargai dirinya dan merasa bernilai.

### c. Dukungan Instrumental

Dukungan instrumental merupakan dukungan dalam bentuk penyediaan sarana, jasa, waktu, materi ataupun barang, misalnya pemberian bantuan langsung pada korban banjir bandang. Dukungan ini melibatkan dukungan secara langsung seperti peminjaman uang.

---

<sup>42</sup> Iqbal, "Hubungan Dukungan Sosial dengan Efikasi Diri pada Mahasiswa Baru," hlm 20.

d. Dukungan Informatif

Dukungan informatif terdiri dari pemberian nasehat, pertimbangan dan arahan tentang cara seseorang dalam mengerjakan sesuatu, seperti memberikan masukan atau saran dan umpan balik.<sup>43</sup>

### 3. Sumber Dukungan Sosial

Dukungan sosial didapat dari berbagai sumber dalam hubungan yang dimiliki individu. Menurut Rock dan Dotey, ada dua sumber dukungan sosial yaitu :

- a. Dukungan sosial artifisial, ialah dukungan sosial yang dibuat ke dalam kebutuhan primer, misal adanya bantuan atau sumbangan untuk korban bencana alam.
- b. Dukungan sosial natural, bersifat non-formal. Dukungan ini diperoleh melalui interaksi sosial dalam kehidupan sehari-hari dengan orang disekitarnya seperti keluarga, tetangga, dan teman. Sumber dukungan natural memiliki beragam cara penyampaian, bersifat apa adanya sehingga mudah diperoleh. Sumber dukungan ini menjadi sumber dukungan yang sangat potensial dan paling mendominasi bagi individu.<sup>44</sup>

## B. *Self-Efficacy*

### 1. Pengertian *Self-Efficacy*

Bandura mendefinisikan *self-efficacy* sebagai keyakinan diri dalam memperhitungkan kemampuan dirinya dalam melakukan sesuatu untuk mencapai hasil pada situasi dan kondisi tertentu. Keyakinan ini terdiri dari kemampuan adaptasi, kepercayaan diri, kuantitas dan kualitas kognitif serta tindakan pada kondisi yang memiliki tekanan. *Self-efficacy* berkembang secara teratur, perkembangan dimulai dari masa bayi, remaja, dewasa hingga masa

<sup>43</sup> Rif'ati, Arumsari, dan Fajriani, "Konsep Dukungan Sosial dalam Keluarga," hlm 2.

<sup>44</sup> Salam, "Hubungan Antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa," hlm 36.

tua. Setiap perkembangan dibentuk dan dipengaruhi oleh faktor yang berbeda di sekeliling lingkungannya.<sup>45</sup>

*Self-efficacy* yaitu kepercayaan tentang kemampuan untuk mengorganisasikan dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk memberikan pencapaian yang diberikan.<sup>46</sup> Bersama dengan tujuan yang ditetapkan orang, *self-efficacy* adalah salah satu prediktor motivasi yang paling kuat tentang seberapa baik seseorang akan tampil di hampir semua usaha. Efikasi diri seseorang merupakan penentu yang kuat dari usaha, ketekunan, strategi, serta pelatihan dan prestasi kerja mereka selanjutnya. *Self-efficacy* yang tinggi membuat individu bertahan dalam menghadapi kegagalan.<sup>47</sup>

*Self-efficacy* merupakan proses kognitif yang berdampak pada motivasi seseorang dalam bertingkah laku.<sup>48</sup> Seberapa baik individu dapat memastikan atau menentukan terpenuhinya tujuan yang mengarah pada tindakan sesuai situasi yang dihadapi. Efikasi akan berkembang terus-menerus sejalan dengan bertambahnya pengalaman serta meningkatnya kemampuan. *Self-efficacy* berbeda dengan cita-cita karena cita-cita menggambarkan sesuatu yang ideal harus dapat dicapai, sedangkan efikasi lebih kepada penggambaran penilaian kemampuan diri.<sup>49</sup>

## 2. Dimensi *Self-Efficacy*

Bandura berpendapat bahwa *self-efficacy* memiliki tiga dimensi, yaitu *magnitude*, *strength*, dan *generality*.

### a. *Magnitude*

Dimensi ini mengarah pada keyakinan seseorang terhadap kemampuannya menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan yang berbeda. Fokus pada dimensi ini bukan pada keberhasilan

<sup>45</sup> Fitriyah et al., *Menanamkan Efikasi Diri dan Kestabilan Emosi*, hlm 5-6.

<sup>46</sup> Gosselin dan Maddux, "Self-Efficacy," hlm 219.

<sup>47</sup> Heslin dan Klehe, "Self-Efficacy," hlm 706.

<sup>48</sup> Rustika, "Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura."

<sup>49</sup> Iqbal, "Hubungan Dukungan Sosial dengan Efikasi Diri pada Mahasiswa Baru," hlm 6.

individu dalam mengerjakan tugas tetapi berfokus pada apakah individu memiliki *self-efficacy* untuk membuat dirinya melakukan tugas dengan menghadapi berbagai hambatan atau tantangan.

b. *Strength*

Dimensi ini berkaitan dengan lemah kuatnya kepercayaan, keyakinan dan kemampuan seorang individu. Individu dengan ekspektasi yang kuat memiliki keyakinan dalam usaha kopingnya. Sedangkan ekspektasi yang lemah sangatlah mudah untuk dihilangkan dengan memperbanyak pengalaman. Dimensi ini memberikan gambaran terhadap keyakinan individu bahwa dirinya tidak mudah menyerah menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan tugas tertentu.

c. *Generality*

Dimensi ini berhubungan dengan seberapa besar individu mempunyai keyakinan dan kekuatan dalam melakukan aktifitas secara luas. Individu dengan *self-efficacy* tinggi akan mampu menguasai beberapa bidang sekaligus untuk menyelesaikan suatu tugas. *Generality* menunjukkan sejauh mana ekspektasi atau harapan bisa diterapkan di semua situasi dan kondisi. Semakin banyak efikasi yang digunakan dalam berbagai kondisi dan situasi maka semakin tinggi pula efikasi diri yang dimiliki individu.<sup>50</sup>

### 3. Sumber *Self-Efficacy*

*Self-efficacy* bisa diperoleh dari empat sumber, yaitu:

a. *Performance Accomplishments*

Sumber ini didasarkan pada pengalaman pribadi. Keberhasilan akan membangun kepercayaan yang kuat dalam kemampuan pribadi. Sedangkan kegagalan akan melemahkan, terutama jika terjadi sebelum terbentuknya *self-efficacy*. Kepercayaan dan

---

<sup>50</sup> Oktaviana, "Hubungan Interaksi Sosial dan Self Efficacy dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia yang Tinggal di Panti Werdha"; Erlina, *Efikasi Diri Dalam Meningkatkan Kemampuan Mobilisasi Pasien*, hlm 70-71.

keyakinan yang kuat memerlukan pengalaman dalam melewati rintangan melalui usaha yang gigih. Sedangkan kegagalan memberi pelajaran bahwa kesuksesan membutuhkan usaha yang berkesinambungan. Dengan adanya pengalaman dapat meningkatkan kegigihan dalam berupaya mengatasi kesulitan tugas dan mengurangi kegagalan.

b. *Social Modeling*

Menguatkan dan menciptakan *self-efficacy* individu dapat dilakukan dengan keberhasilan yang diperoleh dari orang lain. Dengan melihat orang yang serupa dengan dirinya bisa berhasil dengan usaha dan upaya yang senantiasa menghasilkan keyakinan bahwa mereka juga dapat memiliki kemampuan dan keberhasilan menguasai kegiatan.<sup>51</sup>

c. *Persuasi Sosial*

Persuasi sosial ialah rasa percaya kepada pemberian keyakinan dan sifat realistik dari apa yang diyakini.<sup>52</sup> Seorang individu yang telah diyakini bahwa mereka memiliki kemampuan menguasai kegiatan tertentu, cenderung mengupayakan sekuat tenaga dan mempertahankannya daripada jika mereka merasa ragu dan memikirkan kekurangan dalam dirinya ketika ada masalah muncul. peningkatan *self-efficacy* dalam diri seseorang yang dirasakan, membuat individu akan berusaha keras untuk berhasil, mereka akan mengembangkan keahlian dan keyakinan pribadi.

d. *Physiological and Emotional States*

Orang mengalami kondisi emosional tertentu dari tubuh dan persepsi mereka atas emosi yang muncul akan berpengaruh pada keyakinan *self-efficacy*. Contoh kegiatan yang memungkinkan emosional seperti berbicara di depan umum, presentasi pekerjaan,

---

<sup>51</sup> Oktaviana, "Hubungan Interaksi Sosial dan Self Efficacy dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia yang Tinggal di Panti Werdha," hlm 29-30.

<sup>52</sup> Adicondro dan Purnamasari, "Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga Dan Self Regulated Learning Pada Siswa Kelas Viii," hlm 20.



interview kerja, dan mengikuti ujian. Suasana hati juga mempengaruhi *self-efficacy* seseorang. Suasana hati yang positif akan meningkatkan *self-efficacy* seseorang, begitu sebaliknya suasana hati yang buruk akan merusaknya. Ketika individu mengalami kecemasan, ketakutan dan stres yang tinggi memungkinkan seseorang akan memiliki *self-efficacy* yang rendah, sehingga emosi yang kuat cenderung untuk mengurangi kinerja seseorang.<sup>53</sup>

#### 4. Proses Pembentukan *Self-Efficacy*

Menurut Bandura, proses pembentukan *self-efficacy* terdiri dari empat proses antara lain:

##### a. Proses Kognitif

Proses kognitif merupakan proses berfikir yang di dalamnya termasuk penyusunan, penggunaan, serta perolehan informasi. Pada kognitif seseorang, pengaruh *self-efficacy* sangat bervariasi. Kebanyakan tingkah laku manusia berawal dari sesuatu yang dipikirkan sebelumnya. Individu dengan *self-efficacy* tinggi akan lebih banyak membayangkan kesuksesan. Begitu pula sebaliknya, individu yang memiliki *self-efficacy* rendah akan lebih banyak memikirkan kegagalan yang bisa menghambat tercapainya kesuksesan. Hal tersebut menghasilkan berbagai penilaian terhadap akibat yang ditimbulkan dari tindakan yang akan maupun sudah dilakukan.

##### b. Proses Motivasi

Individu memberikan motivasi bagi diri mereka sendiri dan mengarahkan tindakan melalui pemikiran sebelumnya. Motivasi akan berpengaruh ketika percaya dengan kemampuan diri, seperti seberapa besar usaha yang dilakukan dalam menentukan tujuan

---

<sup>53</sup> Iqbal, "Hubungan Dukungan Sosial dengan Efikasi Diri pada Mahasiswa Baru," hlm 14; Lianto, "Self-Efficacy: A Brief Literature Review," hlm 59; Fitriyah et al., *Menanamkan Efikasi Diri dan Kestabilan Emosi*, hlm 8-9.

yang sudah ditentukan, seberapa tahan ketika menghadapi kesulitan dan kegagalan. Untuk memotivasi diri diperlukan latihan agar sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

c. Proses Afektif

Afektif merupakan proses pengaturan keadaan emosi dan reaksi emosional. *Self-efficacy* memegang peran penting dalam mengontrol stress, sesuai dengan pernyataan Bandura bahwa *self-efficacy* mengatur perilaku untuk menghindari suatu kecemasan. Semakin berani individu dalam menghadapi situasi mengancam ataupun menekan dikarenakan semakin kuatnya *self-efficacy*. Individu yang memiliki keyakinan pada diri sendiri dapat menggunakan kontrol dalam situasi apapun, dan tidak membangkitkan pola pikir yang mungkin dapat mengganggu. *Self-efficacy* merupakan kunci dalam mengatur pola pikir dan menentukan kemampuan seseorang dalam mengendalikan stress.

d. Proses Selektif

Fungsi selektif yaitu proses pemilihan tujuan atau aktivitas. Individu menghindari aktivitas dan situasi yang mereka percaya telah melampaui batas kemampuan dalam dirinya, namun individu siap melakukan aktivitas-aktivitas yang menantang dan memilih situasi yang dinilai mampu untuk diatasi. Perilaku yang dilakukan individu akan memperkuat minat, kemampuan, dan jaringan sosial yang mempengaruhi kehidupan, yang akhirnya akan berpengaruh pada arah perkembangan individu. Hal ini dikarenakan pengaruh sosial berperan dalam pemilihan lingkungan, berlanjut untuk meningkatkan kompetensi, nilai-nilai dan minat-minat tersebut dalam waktu yang lama setelah faktor yang mempengaruhi keputusan keyakinan telah memberikan pengaruh awal.<sup>54</sup>

---

<sup>54</sup> Iqbal, "Hubungan Dukungan Sosial dengan Efikasi Diri pada Mahasiswa Baru," hlm 15-17; Erlina, *Efikasi Diri Dalam Meningkatkan Kemampuan Mobilisasi Pasien*, hlm 71-72.

## C. Bipolar

### 1. Pengertian Bipolar

Bipolar berasal dari dua kata yaitu “bi” yang berarti dua, dan “polar” yang berarti kutub, yang berarti bipolar merupakan gangguan perasaan dengan dua kutub yang bertolak belakang. Bipolar merupakan gangguan mental yang menyerang psikis seseorang. Menurut WHO, gangguan bipolar berada pada urutan keenam di dunia, di Indonesia sekitar 20 juta orang dengan gangguan jiwa. Penyakit tidak hanya disebabkan oleh kelainan fisiologis tubuh, namun juga oleh adanya gangguan psikologi. Gangguan psikologis atau gangguan kejiwaan banyak dijumpai dalam masyarakat, sehingga berbagai penelitian pun dilakukan untuk mendapatkan cara penanganan yang tepat. Salah satu gangguan kejiwaan yang sulit dipahami oleh masyarakat adalah bipolar.<sup>55</sup>

Bipolar yaitu gangguan mental kronis atau episodik yang berarti terjadi sesekali dan pada interval yang tidak teratur.<sup>56</sup> Setiap orang mengalami emosional pasang surut yang normal, tetapi pada individu dengan bipolar berbeda. Umumnya penderita bipolar mengalami dua suasana hati yang ekstrim ini secara bergantian. Namun ada beberapa penderita bipolar yang mengalami mania dan depresi secara bersamaan atau biasa disebut episode campuran. Selama periode ini penderita akan mengalami periode iritabilitas, kecemasan, dan perasaan tidak berharga.

Bipolar merupakan gangguan mental yang ditandai dengan perubahan suasana hati yang parah berupa manik dan depresi. Penderita bipolar memiliki tipe yang berbeda tergantung dengan lama fase depresi dan manic. Ketika mengalami episode manic akan mengalami keadaan suasana hati yang gembira dan/atau mudah tersinggung, tingka energi dan aktivitas meningkat, perilaku impulsif, pikiran yang terpacu, dan

---

<sup>55</sup> Febrianita, “Hubungan Literasi Kesehatan dengan Kepatuhan Minum Obat pada Penderita Gangguan Bipolar di Masa Pandemi Covid-19,” hlm 2.

<sup>56</sup> National Institute of Mental Health, “Bipolar Disorder.”

kurangnya kebutuhan tidur. Orang manik itu seperti orang normal di laju cepat. Sebaliknya episode depresi ditandai dengan kesedihan yang ekstrim.<sup>57</sup>

Bipolar berkembang atau dimulai selama masa remaja akhir atau dewasa awal, kadang-kadang bipolar juga muncul pada anak-anak. Meskipun gejalanya datang dan pergi, biasanya membutuhkan pengobatan seumur hidup dan tidak dapat hilang dengan sendirinya. Gangguan bipolar adalah salah satu penyebab utama kecacatan di kalangan orang muda, yang menyebabkan gangguan kognitif dan fungsional dan meningkatkan angka kematian, terutama kematian karena bunuh diri, tetapi dengan perawatan yang tepat akan mengarah pada hasil yang lebih baik.

## 2. Gejala Bipolar

Individu dengan bipolar mengalami peningkatan kondisi emosional yang tidak biasa dan terjadi dalam kondisi yang berbeda. Perubahan yang tajam dalam aktivitas, tenaga, dan juga perilaku terjadi bersamaan dengan perubahan perasaan. Gejala gangguan bipolar dapat bervariasi, individu dengan bipolar mungkin memiliki episode manik, episode depresi, atau episode campuran.

- a. Episode Manik, merupakan episode tertinggi dari bipolar. Gejala dari fase manik meliputi suasana hati meningkat, gembira berlebihan, optimisme dan kepercayaan diri yang berlebihan, mudah tersinggung, perilaku agresif, impulsif, banyak melakukan kegiatan dalam satu waktu. Episode manik yang ekstrem terkadang menyebabkan gejala psikosis seperti halusinasi dan delusi.
- b. Episode Depresi, adalah fase terendah dari bipolar. Gejalanya seperti suasana hati menurun, merasa sangat sedih, gelisah, kesulitan tidur, kurangnya minat pada hampir semua aktivitas, tidak dapat melakukan hal sederhana sekalipun, ketidakmampuan berkonsentrasi atau

---

<sup>57</sup> Miklowitz, *Bipolar Disorder : A Family-Focussed*, hlm 25.

membuat keputusan, merasa putus asa dan tidak berharga, atau berpikir tentang kematian dan bunuh diri.<sup>58</sup>

Episode suasana hati ini menyebabkan gejala yang berlangsung satu atau dua minggu bahkan terkadang lebih. Episode suasana hati ini sangat intens dan terjadi bersamaan dengan perubahan perilaku, tingkat energi atau aktivitas. Beberapa individu dengan bipolar mungkin memiliki gejala lebih ringan daripada yang lain. Misalnya, episode hipomanik dapat membuat individu merasa sangat baik dan menjadi sangat produktif, mereka mungkin tidak merasa ada yang salah. Namun keluarga dan teman yang memperhatikan perubahan suasana hati dan perubahan aktivitas sebagai perilaku yang berbeda dari biasanya.<sup>59</sup>

### 3. Tipe Bipolar

Ada beberapa tipe bipolar tergantung dari frekuensi, lamanya pola fase depresi dan manic. Perubahan suasana hati penderita bipolar lebih parah daripada orang normal pada umumnya.

- a. Bipolar I, ditandai dengan satu atau lebih fase manic atau fase campuran. Bipolar I adalah tipe yang paling mudah untuk di prediksi dan didiagnosa. Tipe ini digambarkan dengan suasana hati yang terlalu ceria, euforia, dan mempunyai kepercayaan diri tinggi.<sup>60</sup>
- b. Bipolar II, yaitu tipe dengan tidak ada kejadian kegembiraan berlebihan dan tidak mengalami fase manic, tetapi setidaknya ada satu fase hipomanic. Pada tipe ini, penderita mengalami fase hipomanic dan lebih sering mengalami fase depresi.
- c. *Cyclothymia*, yaitu tipe bipolar yang ringan ditandai dengan beberapa episode hipomanic dan episode depresi ringan bergantian

---

<sup>58</sup> National Institute of Mental Health, "Bipolar Disorder"; Miklowitz, *Bipolar Disorder : A Family-Focussed*, hlm 24.

<sup>59</sup> National Institute of Mental Health, "Bipolar Disorder"; Grande et al., "Bipolar disorder," hlm 1561.

<sup>60</sup> Nofiyana dan Supradewi, "Penerimaan Diri Pada Wanita Dengan Gangguan Bipolar," hlm 1375.



yang setidaknya selama dua tahun pada orang dewasa dan satu tahun pada anak-anak dan remaja. Tingkat keparahan penyakit ini dapat berubah seiring waktu.

- d. *Not Other Specified* (NOS), yaitu tipe bipolar yang tidak memiliki pola tertentu, misal fase hipomanik tanpa gejala depresi atau perubahan yang sangat cepat antara fase manik dan fase depresi.<sup>61</sup>

Untuk mendiagnosis bipolar, perlu dilakukan konsultasi dengan psikolog atau psikiater. Biasanya psikolog atau psikiater akan melakukan pemeriksaan fisik, melakukan wawancara dan uji laboratorium. Untuk didiagnosis memiliki bipolar, individu harus pernah mengalami setidaknya fase mania atau hipomania dan satu fase depresi. Sedangkan untuk menentukan tipe bipolar yang diderita, professional perawatan kesehatan mental menilai dari pola gejala dan bagaimana gangguan yang dialami orang tersebut selama fase yang paling parah.<sup>62</sup>

#### 4. Faktor Penyebab

Beberapa faktor yang bisa menyebabkan gangguan bipolar antara lain:

##### a. Genetik

Genetika merupakan faktor umum penyebab gangguan bipolar. Data penelitian menunjukkan bahwa apabila salah satu orang tua merupakan penderita bipolar, maka anak akan memiliki resiko terkena bipolar sebesar 10-25%. Jika kedua orang tua memiliki bipolar, maka resiko anak mengidap bipolar akan semakin besar sebanyak 50-75%.<sup>63</sup>

<sup>61</sup> Depression and Bipolar Support Alliance, "Bipolar Disorder."

<sup>62</sup> National Alliance on Mental Illness, "Understanding Bipolar Disorder."

<sup>63</sup> Saputra, "Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Keberfungsian Sosial Penyintas Bipolar di Komunitas Bipolar Care Indonesia," hlm 39.

## b. Struktur otak dan keberfungsian

Salah satu faktor penyebab individu mengidap gangguan bipolar adalah terganggunya keseimbangan cairan kimia dalam otak. Beberapa penelitian mempelajari bahwa struktur dan fungsi otak mungkin berbeda dari struktur dan fungsi pada penderita bipolar dengan orang normal yang tidak memiliki gangguan bipolar atau gangguan kejiwaan lainnya. Otak membutuhkan *neurotransmitter* atau syaraf pembawa pesan dari otak ke bagian tubuh lainnya dalam menjalankan tugasnya yaitu untuk menghantarkan rangsangan.<sup>64</sup> Pada individu yang mengidap bipolar cairan kimia tersebut berada dalam kondisi tidak seimbang.

Gangguan bipolar sering dihubungkan dengan gangguan otak seperti gangguan pada struktur, fungsi, *neurokimia*<sup>65</sup>, *neurotransmitter*, dan sebagainya. Gangguan bipolar terjadi akibat terjadinya ketidakseimbangan pada *neurotransmitter* dimana jika serotonin<sup>66</sup> kurang dari kebutuhannya akan terjadi fase depresi dan manik jika *neurotransmitter* memproduksi dopamin<sup>67</sup> secara berlebih. Namun pernyataan tersebut masih tahap penelitian lebih lanjut.<sup>68</sup>

## c. Lingkungan

Selain faktor genetik, bipolar juga bisa disebabkan oleh tekanan yang didapat dari lingkungan. Seorang penderita bipolar umumnya menunjukkan gejala bipolar saat masa remaja, yang kemungkinan besar mempunyai pengalaman masa kecil yang kurang menyenangkan misalnya adanya kekerasan dalam rumah tangga. Adanya pengalaman buruk dalam pencapaian tujuan hidup

<sup>64</sup> National Institute of Mental Health, "Bipolar Disorder."

<sup>65</sup> Neurokimia adalah molekul organik yang terlibat dalam aktivitas sistem saraf.

<sup>66</sup> Serotonin merupakan hormon yang bertugas untuk membawa pesan antar sel dalam otak.

<sup>67</sup> Dopamin adalah senyawa kimia di otak yang berperan untuk menyampaikan rangsangan ke seluruh tubuh.

<sup>68</sup> Febrianita, "Hubungan Literasi Kesehatan dengan Kepatuhan Minum Obat pada Penderita Gangguan Bipolar di Masa Pandemi Covid-19," hlm 9.

seperti kegagalan dalam cinta, pekerjaan dan karir dapat memicu timbulnya gangguan bipolar. Apabila individu yang sudah mengidap gangguan kejiwaan ini masih tinggal di lingkungan yang kurang mendukung, maka resikonya adalah gangguan kejiwaannya akan semakin parah dan tidak bisa menjalani kehidupan dengan normal.<sup>69</sup>



---

<sup>69</sup> Saputra, "Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Keberfungsian Sosial Penyintas Bipolar di Komunitas Bipolar Care Indonesia," hlm 43.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian kualitatif merupakan jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini. Menurut Strauss dan Corbin, penelitian kualitatif dijabarkan sebagai penelitian yang digunakan untuk meneliti kehidupan masyarakat, sejarah, organisasi, tingkah laku, atau hubungan kekeluargaan.<sup>70</sup> Penelitian kualitatif bersifat terinci dan mendalam, analisis datanya juga bersifat spesifik, sehingga penelitian ini sifatnya panjang lebar. Penelitian kualitatif berusaha menangkap data berupa hal yang aktual terjadi dan yang diungkapkan subjek penelitian.<sup>71</sup>

Untuk mengkaji makna yang terkandung pada film “Kukira Kau Rumah”, penelitian ini menggunakan pendekatan semiotika dari Roland Barthes. Analisis semiotika sangat relevan dengan bidang kajian film karena film sendiri dibangun dengan berbagai tanda. Seperti yang dikemukakan oleh Roland Barthes, film biasanya mempunyai makna yaitu penanda dan pertanda. Semiotika merupakan kajian keilmuan yang meneliti tentang tanda atau simbol dan konstruksi makna yang terkandung dalam tanda tersebut.<sup>72</sup>

Barthes memulai konsep pemaknaan tanda dengan mengadopsi pemikiran dari Saussure, kemudian dia menambahkan dengan konsep denotasi dan konotasi. Denotasi yaitu makna sesungguhnya atau sebuah peristiwa atau kejadian yang terlihat dari panca indra. Sedangkan konotasi adalah makna kultural yang muncul karena adanya kontribusi budaya sehingga ada sebuah pergeseran, tetapi tetap melekat pada simbol atau tanda tersebut denotasi dan konotasi merupakan kajian utama dalam meneliti mengenai semiotik. Barthes juga melibatkan mitos, ketika aspek

---

<sup>70</sup> Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*, hlm 4.

<sup>71</sup> Agusta, “Teknik Pengumpulan dan Analisis Data Kualitatif.”

<sup>72</sup> Prasetyo, *Analisis Semiotika Film dan Komunikasi*, hlm 4.

konotasi menjadi pemikiran populer di masyarakat maka mitos telah terbentuk terhadap tanda tersebut.<sup>73</sup>

Semiotika merupakan kajian keilmuan yang meneliti tentang tanda atau simbol dan konstruksi makna yang terkandung dalam tanda tersebut.<sup>74</sup> Semiotika bertujuan untuk menafsirkan dan memahami makna yang terkandung dalam sebuah tanda sehingga diketahui bagaimana komunikator mengkonstruksi pesan. Hubungan antar tanda menjadi salah satu fokus dalam sebuah konsep semiotika. Perbandingan antara sebuah makna yang bisa dipahami dengan struktur tanda cenderung berjalan selaras. Konsep dasar semiotika yaitu mempelajari tanda yang memiliki makna, dan tentunya harus relevan dengan kebutuhan masyarakat.

Semiotika atau dalam istilah Barthes yaitu semiologi, pada dasarnya mempelajari kemanusiaan dalam memaknai hal-hal. Memaknai berarti objek-objek tidak hanya membawa informasi tetapi juga mengkonstitusikan sistem dari tanda. Menurut pemikiran Barthes, tanda tidak dapat berdiri sendiri melainkan bagian dari sebuah sistem. Sistem memiliki berbagai makna yang saling berkaitan satu sama lain, dan makna-makna ini ada di dalam tanda.<sup>75</sup> Tanda dapat dipahami lewat berbagai macam cara untuk menemukan maknanya. Setiap memahami sebuah makna yang terkandung dalam tanda, tergantung dari persepsi dan budaya yang mengkonstruksi pola pemikiran.

Dalam perkembangan teknologi saat ini, semiotika memiliki ranah tersendiri untuk dapat berkembang. Perspektif ilmu komunikasi memberikan ruang bagi semiotika untuk dapat mengembangkan keilmuannya. Salah satu aspek dalam kajian komunikasi yang memiliki keterkaitan dengan semiotika adalah film. Film sebagai gambar bergerak dan representasi realita sosial tentunya memiliki banyak simbol dan tanda yang digunakan untuk berkomunikasi. Susunan teks yang terdapat dalam film merupakan fokus utama dalam membentuk makna tanda. Teks tersebut

---

<sup>73</sup> Prasetyo, hlm 11-14.

<sup>74</sup> Prasetyo, *Analisis Semiotika Film dan Komunikasi*, hlm 4.

<sup>75</sup> Prasetyo, hlm 19.



dapat berbentuk karakter tokoh ataupun simbol budaya, kode budaya dan narasi visual.<sup>76</sup>

## B. Data dan Sumber Data

### 1. Data

Data dalam penelitian terdiri dari semua bahan atau informasi yang disediakan dan harus dikumpulkan, dicari, dan dipilih oleh peneliti. Data sendiri terdapat di segala sesuatu apa pun yang menjadi bidang dan sasaran penelitian.<sup>77</sup> Data dalam penelitian ini diperoleh dengan cara menonton film “Kukira Kau Rumah”.

### 2. Sumber Data

#### a. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah sumber data yang diperoleh langsung dari narasumber atau *informant*. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah film “Kukira Kau Rumah” yang di unduh dari aplikasi Disney+ Hotstar.

#### b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan data pendukung untuk data primer seperti dari buku, novel, film pendek, dan bisa juga dalam bentuk dokumen seperti jurnal, makalah, skripsi, dan lainnya..<sup>78</sup> Sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah jurnal dan skripsi dari penelitian sebelumnya.

## C. Subjek dan Objek Penelitian

### 1. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah sumber informasi dalam penelitian. Subjek penelitian meliputi seluruh pihak yang dapat memberikan

<sup>76</sup> Prasetyo, hlm 41-42.

<sup>77</sup> Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*, hlm 107.

<sup>78</sup> Nugrahani, hlm 133.

informasi yang diperlukan dalam penelitian. Subjek dalam penelitian ini adalah tokoh Niskala Widiatmika dalam film “Kukira Kau Rumah”.

## 2. Objek Penelitian

Objek penelitian merupakan hal yang menjadi sasaran penelitian. Objek penelitian yaitu variabel yang diteliti baik berupa tingkat laku, peristiwa, aktivitas, maupun gejala-gejala sosial lainnya. Objek dalam penelitian ini yaitu dukungan sosial yang diterima dan *self-efficacy* penderita bipolar.

## D. Metode Pengumpulan Data

### 1. Observasi

Observasi adalah teknik untuk mengambil data dari sumber yang berupa aktivitas, benda, tempat, gambar atau rekaman. Kebenaran suatu kejadian atau peristiwa dapat di uji dan dilihat dari hasil observasi. Observasi dapat dilakukan secara langsung dan tidak langsung, dengan mengambil peran atau tidak. Tahapan dari observasi yaitu mengamati secara umum hal yang berkaitan dengan masalah yang diteliti. Selanjutnya identifikasi aspek yang menjadi pusat perhatian dan pembatasan objek. Sangat dibutuhkan kepekaan indra mata dan telinga serta pengetahuan saat melakukan observasi untuk mengamati sasaran penelitian dengan tidak mengakibatkan perubahan pada peristiwa/benda/kegiatan yang sedang diamati.<sup>79</sup>

Dalam proses penelitian, tahap pertama yang dilakukan adalah pemilihan tanda, yang dilakukan setelah mengamati secara keseluruhan adegan dalam film tersebut. Tahap kedua merupakan tahap analisis tanda. Tahap ini berfokus pada usaha mengidentifikasi sistem penanda serta mengidentifikasi kode-kode yang digunakan dalam membentuk sistem penanda tersebut. Langkah selanjutnya penulis berusaha menentukan makna denotasi dan konotasi. Pada tahap denotasi, penulis menjelaskan apa saja yang menjadi penanda dan petanda dalam setiap

---

<sup>79</sup> Nugrahani, hlm 133-135.

adegan video. Masuk tahap penentuan konotasi, penulis melakukan pengamatan bentuk, konsep dan penandaan. Langkah selanjutnya adalah identifikasi mitos. Mitos merupakan cara berpikir suatu kebudayaan tentang sesuatu, cara mengkonseptualisasikan atau memahi sesuatu.

## 2. Dokumentasi

Menurut Sugiono, dokumentasi merupakan catatan peristiwa dalam bentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari sumber. Sedangkan Sartono menyebutkan berbagai bahan dokumentasi seperti catatan harian, otobiografi, kliping, surat pribadi, memorial, dokumen pemerintah, foto, microfilm, *compact disk*, data dalam website, dan lainnya. Menurut Guba dan Lincoln dokumentasi digunakan untuk bahan penelitian sebagai sumber data karena dokumen merupakan sumber data yang jelas, stabil, dan mendorong.<sup>80</sup> Dokumentasi dalam penelitian ini adalah berupa video film “Kukira Kau Rumah” yang di unduh dari aplikasi Disney+ Hotstar.

## E. Metode Analisis Data

Menurut Rahardjo, analisis data merupakan kegiatan mengelompokkan, mengurutkan, mengatur, memberi tanda, serta mengklasifikasikan hingga diperoleh hasil berdasarkan masalah atau fokus yang ingin dijawab. Analisis data merupakan langkah peneliti dalam mendeskripsikan dan menjelaskan data-data yang telah dikumpulkan. Analisis data bertujuan untuk menyederhanakan data agar mudah untuk diinterpretasikan.<sup>81</sup> Peneliti akan mengkaji film “Kukira Kau Rumah”. Dalam film tersebut akan dianalisis makna dan tanda yang terdapat dalam berdurasi 1 jam 30 menit menggunakan metode analisis Roland Barthes. Untuk mendapatkan data yang terperinci maka dilakukan proses analisis data seperti reduksi data, penyajian data hingga dapat ditarik kesimpulan.

<sup>80</sup> Nilamsari, “Memahami studi dokumen dalam penelitian kualitatif,” hlm 2.

<sup>81</sup> Agusta, “Teknik Pengumpulan dan Analisis Data Kualitatif,” hlm 10; Hudhana, *Metode Penelitian Sastra: Teori dan Aplikasi*, hlm 109.

### 1. Reduksi Data

Reduksi data adalah suatu bentuk analisis yang menajamkan, mengklasifikasi, mengelompokkan, mengarahkan, mengorganisasi, dan membuang yang tidak perlu dengan cara sedemikian rupa sampai mendapatkan kesimpulan final dan diverifikasi. Reduksi data yaitu proses penyempurnaan data, baik penambahan maupun pengurangan terhadap data yang tidak relevan dan dirasa masih kurang.<sup>82</sup> Reduksi data dalam penelitian ini digunakan untuk memberi gambaran yang lebih jelas, dan memudahkan peneliti untuk melakukan pengumpulan dan mencari data bila diperlukan.

### 2. Penyajian Data

Penyajian data merupakan proses pengumpulan informasi, data, dan bahan yang disusun sehingga memberi kemungkinan akan ditarik kesimpulan.<sup>83</sup> Bentuk penyajian data antara lain berupa matrik, grafik, jaringan, dan bagan. Dalam penelitian ini penyajian data digunakan untuk memudahkan dan memahami apa yang terjadi selama penelitian berlangsung, dan memudahkan membuat kesimpulan.

### 3. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan yaitu hasil penelitian yang menjawab fokus penelitian berdasarkan hasil analisis data.<sup>84</sup> Kesimpulan awal masih bersifat sementara dan jika ditemukan bukti yang kuat pada tahap pengumpulan data berikutnya maka kesimpulan awal dapat berubah. Apabila kesimpulan awal didukung oleh bukti yang konsisten dan valid, maka kesimpulan yang ditemukan adalah kesimpulan kredibel. Kesimpulan akhir bukan hanya pada proses pengumpulan data, tetapi perlu diverifikasi agar benar-benar dapat dipertanggungjawabkan. Makna yang muncul dari data harus diuji kebenaran dan kecocokannya.

---

<sup>82</sup> Rijali, "Analisis Data Kualitatif," hlm 83.

<sup>83</sup> Rijali, hlm 91.

<sup>84</sup> Rijali, hlm 94.

## BAB IV

### PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA

#### A. PENYAJIAN DATA

##### 1. Deskripsi Film “Kukira Kau Rumah”

Film merupakan salah satu bentuk media massa audio visual yang sudah banyak dikenal oleh masyarakat. Film berperan sebagai sarana baru yang digunakan untuk menyebarkan hiburan serta menyajikan cerita, peristiwa, musik, drama, lelucon, dan sajian teknis lainnya kepada masyarakat umum. Kemampuan film dalam menyampaikan pesan terletak pada jalan cerita yang dikandungnya. Film dianggap sebagai suatu wadah pengekspresian dan representasi tentang kehidupan manusia.<sup>85</sup>

Film “Kukira Kau Rumah” adalah film layar lebar yang diadaptasi dari lagu yang dinyanyikan oleh Amigdala dengan judul yang sama yaitu Kukira Kau Rumah. Film “Kukira Kau Rumah” merupakan film drama psikologi yang disutradarai oleh Umay Shahab. Selain menjadi sutradara, Umay juga ikut menjadi penulis skenario bersama Imam Salimy dan Monty Tiwa, serta berkonsultasi pada beberapa psikolog dan komunitas bipolar. Lembaga Sensor Film telah mengklasifikasikan film “Kukira Kau Rumah” untuk penonton usia 13 tahun ke atas.<sup>86</sup>

Film produksi Sinemaku Picture dan MD Picture ini diperankan oleh Prilly Latuconsina, Jourdy Pranata, Shenina Cinnamon, serta Raim Laode. Niskala diperankan oleh Prily Latuconsina. Selain menjadi pemeran utama dalam film, Prily juga menjadi produser film “Kukira Kau Rumah”. Film ini pertama ditayangkan pada tahun 2021 di Jogja-NETPAC Asian Film Festival, dan baru rilis di seluruh

---

<sup>85</sup> Mudjiono, “Kajian Semiotika dalam Film,” hlm 126.

<sup>86</sup> Lembaga Sensor Film, “Kukira Kau Rumah.”



bioskop Indonesia pada Februari 2022.<sup>87</sup> Masyarakat terkhusus anak muda sangat antusias dengan munculnya film ini. Film “Kukira Kau Rumah” telah sukses membuat penonton turut merasakan bagaimana sosok Niskala dengan gangguan bipolar yang dideritanya.

Dalam waktu 11 hari film ini sudah mencapai 1,8 juta penonton sehingga mendapat penghargaan dari Museum Rekor Dunia Indonesia (MURI) sebagai film dengan jumlah penonton terbanyak di masa pandemi. Festival Film Indonesia juga memberikan penghargaan pada film “Kukira Kau Rumah” sebagai 5 besar kategori film favorit pilihan penonton. Film “Kukira Kau Rumah” menunjukkan cara penyesuaian diri penderita bipolar dengan lingkungan, serta memperlihatkan seberapa penting dukungan sosial bagi penderita bipolar dalam meningkatkan *self-efficacy* dalam diri.

## 2. Sinopsis Film “Kukira Kau Rumah”



**Gambar 1.** Poster Film

Film “Kukira Kau Rumah” diawali dengan adegan Niskala kecil yang terjatuh dari atas mobil. Niskala mengalami perubahan emosi yang sangat drastis setelah kejadian jatuh tersebut. Ketika remaja, ia di diagnosa mengalami gangguan bipolar. Hal ini membuat Ayahnya menjadi overprotektif, hingga membuat Niskala tidak melanjutkan

---

<sup>87</sup> Lembaga Sensor Film.

sekolahnya. Niskala hanya bergaul dengan teman masa kecilnya yaitu Dinda dan Oktavinus. Niskala ingin membuktikan pada ayahnya bahwa ia bisa sukses, sehingga memutuskan untuk diam-diam melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi dengan sepengetahuan ibunya.

Suatu hari, Niskala bertemu dengan Pram di kampus. Pram bekerja sebagai pelayan di Antologi kafe, ia juga suka membuat lagu dan bermain musik. Keesokan harinya, Pram mengkritik makalah Niskala dengan niat memberi masukan tetapi Niskala menolak karena yakin dengan pemikirannya, alhasil ia mendapatkan nilai sempurna. Sesuai perjanjian, Pram mentraktir Niskala dan teman-temannya di Antologi kafe, tempat Pram bekerja. Niskala meminta traktiran kepada Pram untuk bernyanyi di atas panggung. Satu persatu pengunjung kafe pergi karena tidak menyukai lagu Pram yang politis, berbeda dengan Niskala yang justru menyukai lagu Pram.

Semakin hari mereka semakin dekat, hingga suatu hari mereka nekat duet keatas panggung dan mendapat standing applause dari para pengunjung kafe. Meskipun keduanya makin dekat, Pram tidak mengetahui kondisi Niskala yang mengidap bipolar. Tidak disangka video duet Niskala dan Pram viral di sosial media. Niskala juga semakin percaya diri karena mendapat banyak dukungan setelah viralnya video duet bersama Pram. Manager Antologi kafe membuatkan jadwal manggung untuk mereka, Niskala sangat bahagia mendengar itu.

Niskala kembali duet dengan Pram untuk kedua kalinya dan mendapat lebih banyak dukungan dari pengunjung kafe. Sepulang manggung Niskala diajak ke rumah Pram. Saat di rumah mereka mendapatkan video ucapan dari Pamungkas sang idola dalam film tersebut. Niskala dan Pram sangat bahagia melihat video dari Pamungkas. Namun ketika mengantar Niskala pulang, Pram disambut oleh amarah Oktavianus, karena Niskala dinilai berubah semenjak kenal

dengan Pram. Pertengkaran Pram dan Oktavians membuat Niskala menangis histeris hingga tantrum<sup>88</sup>.

Pram yang tidak mengetahui apa yang terjadi pada Niskala meminta penjelasan kepada Dinda untuk menceritakan semua yang terjadi termasuk masa lalu Niskala. Pram pergi kerumah Niskala setelah mendengar penjelasan dari Dinda, awalnya Ibu Niskala tidak menyetujui tetapi karena rasa sayang dengan Niskala akhirnya Pram diizinkan masuk. Keadaan Niskala semakin membaik setelah bertemu dengan Pram, Niskala sangat berterima kasih kepada Ibunya yang sudah mengizinkan Pram untuk bertemu dengannya.

Singkat cerita, Niskala dan Pram menjadi pembuka acara di Antologi kafe, dan disaat bersamaan Ayah dan Ibu Niskala pergi ke tempat yang sama dengan Niskala manggung. Ayah Niskala merasa familiar dengan suara penyanyi saat memasuki kafe. Ketika melihat Niskala diatas panggung dirinya langsung berteriak dan menarik keras tangan Niskala, Pram yang berusaha membantu Niskala membuat Ayah Niskala semakin marah kemudian memukuli Pram. Niskala yang tidak sanggup melihat Pram dipukuli Ayahnya, lari ke luar menuju rooftop.

Semua unek-unek yang Niskala pendam diungkapkan kepada Ayahnya, tetapi Ayahnya masih belum menyadari apa yang sudah ia lakukan dan justru balik menyalahkan Pram atas semua kejadian yang terjadi. Seorang Ibu yang tidak mau kehilangan anaknya pun meminta bantuan Pram untuk membujuk Niskala turun. Namun tidak disangka Pram yang begitu menyayangi Niskala, merasa dirinya harus ikut dan bersama Niskala kemanapun ia akan pergi. Seperti ada ikatan batin mereka berniat lompat bersama-sama, namun orang tua dan sahabat Niskala berhasil menahan Niskala agar tidak terjatuh.

Film ini diakhiri dengan scene datangnya Niskala ke rumah Pram setelah kejadian di kafe. Ibu Pram pun menyambut hangat kedatangan

---

<sup>88</sup> Tantrum merupakan keadaan ketika anak meluapkan emosinya dengan cara menangis kencang, berguling-guling di lantai, hingga melempar barang.

Niskala yang baru pertama kali ia temui. Ia sangat berterima kasih kepada Niskala yang sudah menemani Pram, kemudian memberikan rekaman suara yang Pram kirim setiap hari kepada Ibunya tentang kehidupan sehari-harinya. Niskala menuju kamar Pram, melihat setiap sudut kamar sambil mendengarkan rekaman suara tersebut dan menangis.

### 3. Deskripsi Tokoh dan Penokohan

Tokoh dan penokohan adalah bagian yang tidak dapat dipisahkan dari unsur-unsur tulisan fiksi. Tokoh merupakan pelaku yang memerankan peristiwa atau adegan dalam cerita fiksi, tokoh juga berperan menciptakan konflik yang membuat cerita menjadi lebih menarik. Tokoh adalah pelaku dalam karya sastra yang memerankan jalan cerita. Tokoh dalam karya sastra digambarkan sangat beragam, seperti manusia, binatang, tumbuhan, benda mati, dan makhluk gaib.<sup>89</sup> Tokoh yang dimaksud dalam penelitian ini adalah tokoh manusia yang berperan dalam cerita, yaitu Niskala Widyatmika yang menjadi pemeran utama dalam film “Kukira Kau Rumah”.

Penokohan merupakan pelukisan atau pemeranan watak tokoh dalam karya fiksi. Penokohan mencakup masalah siapa tokoh cerita, bagaimana perwatakannya, serta penempatan dan penempatan dalam cerita. Penokohan didapat melalui pembentukan kepribadian tokoh, identifikasi intelegensi, emosi dan kualitas moral para tokoh. Penokohan merupakan usaha untuk membedakan peran satu dengan peran yang lain. perbedann ini bertujuan agar penonton dapat mengidentifikasikan. Jika proses identifikasi ini berhasil, maka

---

<sup>89</sup> Chandrani, “Implementasi Konseling Behavior pada Terapi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) Berbasis Empati dalam Film The Miracle Worker Karya William Gibson,” hlm 17; Nisa, “Representasi Adil dalam Film Surga yang Tak Dirindukan 1 Berdasar Analisis Semiotika Roland Barthes”; Romadhon, “Pesan Iman dan Taqwa dalam Sinetron Amanah Wali 5 (Analisis Semiotika Roland Barthes).”

perasaan penonton akan merasa terwakili oleh perasaan peran yang diidentifikasi tersebut.<sup>90</sup>

Niskala Widyatmika diperankan oleh Prily Latuconsina, totalitas Prily dalam memerankan karakter tokoh memang tidak perlu diragukan lagi, dari film ini Prily juga mendapat penghargaan sebagai aktris terfavorit pilihan penonton dari Festival Film Indonesia. Niskala Widyatmika atau biasa dipanggil Kala merupakan seorang pengidap gangguan bipolar yang mempunyai keinginan untuk bisa hidup seperti manusia normal. Niskala merupakan pribadi yang ceria, ambisius dan emosional, terlihat dari beberapa dialog dan perilaku di dalam film.



**Gambar 2.** *Psikiater (00:51:07)*

Semenjak Niskala di diagnosa bipolar oleh psikiater, Ayah Niskala menjadi overprotektif. Niskala keluar dari sekolah dan melanjutkan *home schooling*, aktivitas sosialnya pun menjadi lebih terbatas. Sebagai sahabat dari kecil, Dinda dan Oktavianus selalu menjaga dan membantu Niskala melakukan kegiatan apapun dibelakang Ayahnya, termasuk kuliah secara diam-diam. Hal ini menggambarkan bahwa Niskala merupakan sosok yang ambisius dengan membuktikan pada Ayahnya bahwa ia bisa seperti orang normal yang bisa sukses.



**Gambar 3.** *Joging (00:01:21)*

Pada gambar 3 menceritakan Niskala bersama dengan kedua temannya, berlarian dan bercanda bersama. Niskala mendorong Anus sangat keras hingga terjatuh dan dia hanya tertawa sangat keras, seakan

<sup>90</sup> Nurhidayati, "Pelukisan Tokoh dan Penokohan dalam Karya Sastra," hlm 494.



puas tanpa menyadari tindakan berlebihan. Di sini Niskala menunjukkan gejala pada episode manik. Niskala yang hiperaktivitas hingga mendorong Anus dan merasa gembira berlebihan setelahnya, sesuai dengan pendapat Miklowitz yang mendefinisikan manik sebagai keadaan emosional dengan gembira berlebihan, mudah tersinggung, hiperaktivitas, berbicara lebih banyak dari biasanya, dan pikiran serta perhatian yang mudah teralihkan.<sup>91</sup>

Niskala suka tersenyum dan tertawa pada waktu yang bersamaan. Meski sebenarnya ada sesuatu di balik senyumnya, dia menyembunyikan banyak masalah yang harus diselesaikannya sendiri. Setiap orang pasti membutuhkan orang lain untuk mendengarkan atau bahkan membantu memecahkan masalah, meskipun beberapa masalah kecil harus diselesaikan sendiri. Sebuah studi baru-baru ini mengklaim bahwa orang yang suka membuat komedi atau banyak tersenyum dan tertawa memang orang yang memiliki banyak masalah.<sup>92</sup> Artinya, orang yang banyak tertawa bahkan seorang pelawak sekalipun, biasanya adalah orang yang pandai menyembunyikan masalahnya.



**Gambar 4.** Simulasi debat (00:03:41)

Pada gambar 4 menceritakan Niskala melakukan simulasi debat dan terpancing oleh argumen lawan debatnya hingga ia tidak bisa mengendalikan emosi. Mulai dari tatapan sinis yang diberikan Niskala karena tak suka dengan pendapat lawan debatnya, pola berbicara dengan lebih cepat dan lantang dengan kalimat yang terkesan menyerang pribadi dan bukan lagi seputar argumentasi, hingga

<sup>91</sup> Miklowitz, *Bipolar Disorder : A Family-Focussed*, hlm 24.

<sup>92</sup> Agustina, "The Importance of Mental Health Found in Movie Entitled *Kukira Kau Rumah*," hlm 253.

memukul meja karena amarah yang semakin memuncak. Emosi Niskala masih terus berlanjut hingga pergi meninggalkan kelas.



**Gambar 5.** Pram memberi masukan (00:09:42)

*“Eh Woi! Songong banget sih, lo? Jangan mentang-mentang lo senior ya, lo bisa meriksa tugas orang seenaknya! Emang ada yang minta ditolongin sama lo? Enggak ada kan? Nggak ada yang nanya dan nggak ada yang minta pendapat lo juga!”* ucap Niskala.

Ketika fase manik atau mania pada remaja dengan bipolar biasanya akan bersikap tidak mau dibantah atau ditolak permintaannya, emosinya pun seringkali gampang meledak. Tingkat emosi Niskala mudah terpancing dan mudah tersinggung apabila ada hal yang membuatnya tidak nyaman. Hal ini menggambarkan sifat Niskala yang emosional. Sifat emosional Niskala juga disebabkan oleh gangguan bipolar yang ia diderita, seperti pada adegan di atas saat Niskala diberi pendapat dari Pram namun Niskala langsung naik pitam dan berkata sinis kepada Pram.

## **B. ANALISIS DATA**

Tanpa bermaksud mengurangi esensi cerita secara keseluruhan, penulis akan mengidentifikasi beberapa adegan yang berkaitan dengan masalah yang diteliti. Tidak memasukkannya semua adegan dalam film ini, semata-mata agar analisis yang ada sesuai dengan fokus penelitian yakni pada aspek dukungan sosial dan *self-efficacy*. Oleh karena itu, untuk memaksimalkan penelitian, penulis hanya mengambil beberapa adegan yang di dalamnya paling sering muncul terkait dengan dukungan sosial dan *self-efficacy* dalam film “Kukira Kau Rumah”.

Seperti yang sudah tertulis pada BAB III, penulis menggunakan analisis semiotika Roland Barthes dalam meneliti untuk menemukan

bagaimana dukungan sosial dalam meningkat *self-efficacy* penderita bipolar dalam film “Kukira Kau Rumah”. Berdasarkan rumusan masalah pada penelitian ini, maka pada subbab ini penulis akan menyajikan analisis terkait dukungan sosial yang diterima dalam meningkatkan *self-efficacy* penderita bipolar pada film “Kukira Kau Rumah”.

## 1. Analisis Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan bentuk perasaan nyaman baik fisik maupun psikologi dari adanya bantuan orang lain, dukungan sosial juga bagian dari komunikasi dan hubungan timbal balik dari orang terdekat serta lingkungan.<sup>93</sup> Dukungan sosial melihat pada aksi yang benar-benar dilakukan oleh orang lain. Bentuk dukungan sosial yang diterima Niskala dapat terlihat dari perilaku dan dialog dalam film.

### a. Dukungan Emosional

Dukungan emosional merupakan bentuk perhatian atau empati terhadap seseorang, membuat seseorang merasa aman, nyaman, dan tentram, berupa ungkapan kepedulian, kekhawatiran dan perhatian.<sup>94</sup> Hal tersebut tergambar dalam beberapa adegan antara lain.

#### 1) Kepedulian



**Gambar 6.** Pram memegang tangan Niskala (00:27:16)

“Lo emang selalu gitu yah? Sendirian, mojok, nyanyi juga sendirian. Sesepe itu hidup lo?” ucap Niskala. “Sekarang ngga” balas Pram.

<sup>93</sup> A dan Nawangsih, “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Penderita Bipolar di Komunitas Bipolar Care Indonesia Bandung,” hlm 731.

<sup>94</sup> Rif’ati, Arumsari, dan Fajriani, “Konsep Dukungan Sosial dalam Keluarga,” hlm 2.

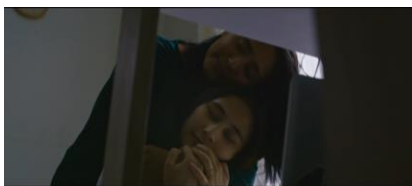
Pada gambar 6 menceritakan Pram mengajak Niskala ke tempat yang biasa ia datangi. Niskala bertanya pada Pram apakah hidupnya sesepi itu. Pram menjawab sambil menggenggam tangan Niskala, Niskala pun tersenyum. Pada gambar tersebut terlihat Pram memegang tangan Niskala saat berbicara dengan Niskala. Berpegangan tangan menandakan persahabatan atau cinta dan kasih sayang, menggenggam tangan bisa membuat perasaan lebih nyaman dan merasa aman, genggam tangan juga memiliki makna sebagai bentuk kepedulian.



**Gambar 7.** Masa lalu Niskala (00:48:55)

*“Niskala itu sahabat gue yang paling spesial, dan ngga semua orang bisa ngertiin dia Pram..... cuma semenjak Kala di diagnosa bipolar bokapnya jadi overprotektif ngga jelas. Kuliah aja ngga boleh Pram. Apa lagi jadi pusat perhatian”* ucap Dinda.

Gambar 7 berisi adegan Pram meminta penjelasan pada Dinda tentang apa yang terjadi pada Niskala semalam. Dinda menceritakan semua dengan syarat Pram harus meninggalkan Niskala, tetapi Pram menolak. Pada dialog *“Niskala itu sahabat gue yang paling spesial, dan ngga semua orang bisa ngertiin dia Pram...”*, kata *spesial* mempunyai arti sesuatu yang berharga. Dinda menganggap Niskala adalah orang yang berharga sehingga ia khawatir Pram hanya akan menambah masalah.



**Gambar 8.** *Niskala dipeluk ibunya (01:05:32)*

Gambar 8 tersebut menceritakan Mella, ibu Niskala memeluk Niskala yang sudah kembali normal dari tantrum dan saling mengungkapkan rasa sayang mereka. Kalimat yang disampaikan Mella merupakan ungkapan kasih sayang seorang ibu kepada anaknya. Pelukan merepresentasikan ungkapan perasaan cinta atau kasih sayang maupun bentuk penghargaan.

2) Khawatir



**Gambar 9.** *Pergi bersama Pram (00:17:11)*

“Gue udah pesen taxi online mending kita nunggunya didepan aja. Ayoo” kata Dinda. “Eh gue lagi nunggu orang” saut Niskala. “Siapa?” tanya Dinda. “Pram” jawab Niskala. “Laa... ya udah pulangnye jangan malam-malam, nanti yang ada nyokap Lo nyariin, ntar gue sama Okta yang kena. Kabarin ya” ucap Dinda.

Potongan adegan pada gambar 9 menceritakan Dinda memesan taxi untuk pulang bersama Niskala dan Oktavianus, namun Niskala sedang menunggu seseorang yaitu Pram untuk pulang dengannya. Dari dialog “...pulangnye jangan malam-malam...” yang merupakan pesan yang menandakan kekhawatiran Dinda pada Niskala jika pulang terlalu malam. Dalam lingkungan masyarakat pasti seringkali mendengar



petuah “anak perawan jangan pulang larut malam”, kalimat nasehat tersebut semata-mata demi keamanan terutama bagi perempuan.

Dinda mengkhawatirkan Niskala yang akan pergi bersama Pram, dipertegas lagi pada adegan Pram meminta penjelasan pun Dinda meminta Pram menjauhi Niskala karena takut membawa pengaruh buruk dan mengatakan bahwa Niskala adalah orang yang paling spesial. Khawatir dalam KBBI berarti takut (gelisah, cemas) terhadap suatu hal yang belum diketahui dengan pasti. Kasih sayang seringkali di ungkapkan melalui rasa kekhawatiran. Rasa khawatir biasanya hanya dirasakan oleh pikiran di kepala kita. Saat kita mengkhawatirkan sesuatu, pikiran kita menjadi penuh dan fokus dengan masalah tersebut.



**Gambar 10.** Naik ke tempat tinggi (01:19:10)

Pada gambar 10 menceritakan ibu Niskala meminta tolong kepada Pram untuk membujuk anaknya turun dari tempat yang tinggi. Ibu Niskala memegang tangan Pram dengan mengucapkan “*tolong Pram*”, kalimat tersebut diucapkan dengan suara gemetar merupakan bentuk kekhawatiran seorang ibu yang tidak ingin anaknya dalam bahaya sehingga meminta bantuan orang lain. Kata “tolong” biasa digunakan oleh masyarakat sebagai kalimat meminta bantuan secara santun dan sopan.

Selain mendapat dukungan emosional dari temannya, Niskala juga mendapatkan dukungan dari Ibunya. Sebagai seorang ibu tentunya Mella tidak menginginkan hal buruk terjadi pada anaknya. Mella membiarkan Niskala melakukan sesuatu yang dia sukai karena dia ingin anaknya bahagia, walaupun tanpa sepengetahuan suaminya. Pram sebagai orang yang baru hadir dalam hidup Niskala juga banyak memberikan dukungan emosional salah satunya pada scene Niskala pada fase depresi, dari dialog dan adegan tersebut dapat dirasakan betapa perhatian dan pedulinya Pram kepada Niskala.

الْمُؤْمِنُ لِلْمُؤْمِنِ كَالْبُنْيَانِ، يَشُدُّ بَعْضُهُ بَعْضًا

*“Orang mukmin yang satu dengan yang lain bagai satu bangunan yang bagian-bagiannya saling mengokohkan”.* (HR Bukhari).

Sikap peduli merupakan salah satu perilaku yang dianjurkan dalam agama Islam. Peduli dalam KBBI mempunyai arti mengindahkan; memperhatikan; menghiraukan. Sedangkan kepedulian yaitu perihal sangat peduli; sikap mengindahkan (memprihatinkan). Peduli adalah sebuah sikap untuk melibatkan diri dalam persoalan, keadaan atau kondisi yang terjadi di sekitar. Orang-orang peduli adalah mereka yang terpanggil melakukan sesuatu dalam rangka memberi inspirasi, perubahan, kebaikan kepada lingkungan di sekitarnya.

#### b. Dukung Penghargaan

Dukungan penghargaan berupa penghargaan positif, ungkapan hormat, dan dorongan untuk maju. Bentuk dukungan ini menyebabkan individu membangun rasa menghargai dirinya dan merasa bernilai.<sup>95</sup> Hal tersebut tergambar dalam beberapa adegan antara lain.

<sup>95</sup> Rif'ati, Arumsari, dan Fajriani, hlm 2.

## 1) Apresiasi



**Gambar 11.** *Manggung pertama (00:30:54)*

Adegan pada gambar 11 menceritakan Niskala dan Pram nekad tampil duet di live musik Antologi kafe. Pram mengabaikan kemungkinan dipecat jika melakukan kesalahan saat manggung, melihat kejadian itu Niskala memutuskan untuk membantu Pram dengan mengikutinya ke panggung. Namun tidak disangka-sangka penampilan mereka justru disukai dan mendapatkan *standing applause* dari seluruh pengunjung kafe. Tindakan tersebut mengarah pada bentuk apresiasi penonton.



**Gambar 12.** *Manggung kedua (00:36:09)*

Gambar 12 menceritakan adegan dimana video duet pertama Pram dan Niskala viral sehingga manajer kafe menghubungi dan meminta Pram untuk manggung kembali di Antologi kafe bersama Niskala. Setelah lagu selesai mereka kembali disambut dengan tepuk tangan yang sangat meriah oleh semua orang yang ada di kafe. Pengunjung kafe yang semakin banyak membuat Niskala bahagia karena semakin banyak pula dukungan yang ia terima.

Ketika Niskala dan Pram bernyanyi di panggung live musik, mereka selalu mendapatkan tepuk tangan yang sangat

meriah oleh pengunjung kafe, bahkan mereka jadi lebih terkenal berkat video yang di rekam oleh beberapa pengunjung kafe. Tepuk tangan berdiri atau biasa disebut *standing applause* merupakan bentuk tepuk tangan dimana para penonton yang berada dalam posisi duduk kemudian berdiri untuk memberikan tepuk tangan usai menonton penampilan yang luar biasa. Tepuk tangan merupakan bentuk apresiasi penonton.

## 2) Dorongan untuk maju



**Gambar 13.** Video dari Pamungkas (00:42:24)

*“Hai Kala hai Pram, gue baru aja denger lagu lo. So good, sukses terus and please let me of you guys need anything”* kata Pamungkas dalam videonya.

Adegan gambar 13 tersebut menceritakan Pamungkas mengirim video ucapan kepada Pram dan Niskala saat mereka sedang makan malam di rumah Pram. Niskala dan Pram melihat rekaman video di handphone dari Pamungkas. Pamungkas mengirimkan video ucapan yang membuat Niskala dan Pram berteriak bahagia. Pada kalimat *“....sukses terus and please let me of you guys need anything”* merupakan bentuk kalimat optimisme.





**Gambar 14.** Pram menemani Niskala (01:03:11)

“Satu hal yang harus lo inget ya Pram, jangan pernah lo berfikir kalau lo ada disini karena lo kasian sama gue, lo tuh bisa dapetin yang lebih baik dari gue, lo tuh pantas banget dapetin yang lebih baik dan diluar sana yang lebih jelas” ucap Niskala. “Mereka bukan lo, gue ngga butuh mereka” balas Pram.

Potongan adegan pada gambar 14 tersebut menceritakan Pram akhirnya di izinkan untuk menemui Niskala. Pram membawa Niskala keluar dari rumah karena Niskala bosan sudah di kamar beberapa hari. Niskala mengungkapkan perasaan tentang kondisinya saat ini, dan mengatakan kepada Pram untuk tidak berpikir bahwa dia ada bersamanya karena ia merasa kasian pada Niskala. Pram pun tegas menjawab “*ngga Kala, mereka bukan lo. Gue ngga butuh mereka*”, kalimat tersebut menunjukkan bahwa Pram hanya mau Niskala bukan orang lain.

Berkat Pram dan Niskala membuat manajer kafe yang merupakan atasan Pram pun ikut senang karena membuat kafanya semakin ramai. Oleh karena itu, manajer kafe membuat jadwal manggung sendiri untuk Pram dan Niskala. Selain itu, Pamungkas yang merupakan seorang penyanyi terkenal dalam film tersebut pun memberikan ucapan selamat kepada Pram dan Niskala dalam bentuk video. Pada video tersebut bukan hanya berisi ucapan selamat, tetapi juga kalimat motivasi untuk terus maju.

Menurut Purwanto motivasi adalah pendorong, yang berarti usaha yang disadari untuk mempengaruhi seseorang agar meningkatkan kemampuan secara maksimal untuk mencapai



tujuan tertentu.<sup>96</sup> Motivasi akan mengawali dan menggerakkan perubahan kekuatan pada dari setiap individu manusia. Motivasi menimbulkan kekuatan pada individu untuk bertindak dengan cara-cara tertentu sesuai dengan tujuan. Motivasi secara tidak langsung juga merupakan bentuk dorongan bagi individu untuk berkembang.

### c. Dukungan Instrumental

Dukungan instrumental merupakan dukungan dalam bentuk penyediaan sarana, jasa, waktu, materi ataupun barang.<sup>97</sup> Ada beberapa adegan dalam film *Kukira Kau Rumah* yang merujuk pada bentuk dukungan ini antara lain sebagai berikut.

#### 1) Penyediaan Waktu



**Gambar 15.** *Perpustakaan (00:17:56)*

Potongan adegan pada gambar 15 menceritakan Pram menemani Niskala ke perpustakaan untuk meminjam beberapa buku. Kedekatan Pram dengan Niskala mulai terbangun dalam adegan ini. Menemani termasuk dalam penyediaan waktu luang. Manajer kafe juga membuatkan jadwal manggung untuk Niskala dan Pram, hal ini menjadi sarana untuk mengembangkan kemampuan bernyanyinya.



**Gambar 16.** *Minta dukungan sahabat (01:08:37)*

*“Din, Nus, gue udah ngga mau drama-drama ya, gue cape banget. Hari ini gue bakalan manggung*

<sup>96</sup> Rumhadi, “Urgensi Motivasi dalam Proses Pembelajaran,” hlm 35.

<sup>97</sup> Rif’ati, Arumsari, dan Fajriani, “Konsep Dukungan Sosial dalam Keluarga,” hlm 2.

*sama Pram, kita akan jadi opener acara musik dikafenya dan ini berarti buat gue Din. Lo ngga pernah kan ngeliat gue bisa nglakuin apa yang gue mau, ngga pernah kan bisa ngeliat gue nglakuin apa yang gue suka, jadi orang normal. Dan gue mau hari ini sahabat-sahabat gue ngesupport gue” ucap Niskala.*

Gambar 16 menceritakan permintaan maaf Niskala kepada dua sahabatnya yaitu Dinda dan Oktavianus. Niskala juga memberitahu bahwa ia dan Pram akan menjadi pembuka live musik di Antologi kafe. Niskala meminta maaf dan memohon kepada dua sahabatnya untuk datang dan mendukung dirinya dengan datang ke kafe tempat ia akan tampil.

Saat bertemu dengan Dinda dan Oktavianus di kampus, Niskala memberitahu bahwa ia akan tampil di kafe nanti malam. Niskala ingin kedua sahabatnya hadir menyaksikannya sesuatu yang dia inginkan. Padahal penderita bipolar pasti ingin bisa melakukan apa pun seperti orang normal pada umumnya. Untuk remaja seperti Niskala, tentu kegiatannya akan lebih terbatas karena memang orang tuanya terutama papanya yang selalu *overprotective*. *Overprotective* adalah kecenderungan orangtua untuk melindungi anak secara berlebihan terhadap gangguan fisik maupun psikologi sehingga anak tidak mempunyai kebebasan atau selalu bergantung pada orangtua.<sup>98</sup>

Semua orangtua pasti mempunyai sifat protektif terhadap anaknya supaya terhindar dari bahaya di sekitarnya. Namun jika menjadi orangtua yang *overprotektif* bisa memunculkan dampak buruk bagi kesehatan psikis maupun fisik anak. *Overprotektif* biasanya terlibat secara berlebihan seperti selalu menentukan pilihan untuk anak dan membuat aturan ketat yang harus dituruti oleh anak. Keterlibatan berlebihan ini akan memunculkan rasa

---

<sup>98</sup> Harlina et al., “Sikap Over Protective Orangtua Terhadap Perkembangan Anak,” hlm2.

muak pada diri anak, sehingga individu akan memilih berbohong untuk menghindari campur tangan orangtua atau sekedar ingin menghindari masalah.

## 2) Penyediaan Sarana



**Gambar 17.** Jadwal manggung (01:30:27)

*“Kala. Satu, manajer gue ngeliat video viral kita. Kedua, dia minta buat kita manggung sekarang. Ketiga, kita harus pergi sekarang”* ucap Pram.

Potongan adegan pada gambar 17 menceritakan adegan dimana manajer kafe menghubungi dan meminta Pram untuk manggung di Antologi kafe bersama Niskala. Manajer kafe telah membuatkan jadwal manggung khusus untuk Niskala dan Pram.

### d. Dukungan Informatif

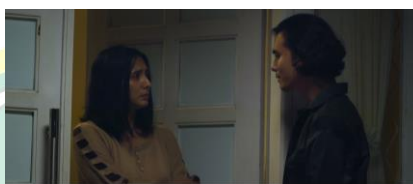
Dukungan informatif terdiri dari pemberian nasehat, pertimbangan dan arahan, seperti memberi masukan atau saran. Ada beberapa adegan dalam film *Kukira Kau Rumah* yang merujuk pada bentuk dukungan ini antara lain sebagai berikut.



**Gambar 18.** Dinda memberi nasehat (00:34:46)

*“Ya lo ngumpet-ngumpet buat kuliah aja susah terus masih mau manggung juga sama si Pram?”* jawab Dinda. *“Ya ngga ketahuan kan. Aman kok”* saut Niskala. *“Ini lo ngga paham apa yang gue maksud apa pura-pura bego si?”* tanya Dinda. *“Ya justru karena gue paham din, lo kan sahabat gue bukan bokap gue kan”* Niskala kembali menjawab. *“Lo ngumpet-ngumpet buat kuliah aja susah, terus masih mau manggung juga sama si Pram”* ucap Dinda.

Potongan adegan pada gambar 18 menceritakan Dinda kesal dengan video viral Niskala dan Pram di media sosial. Dinda khawatir Papa Niskala akan mengetahui kegiatan Niskala selama ini, namun Niskala terlihat tidak suka dengan sikap Dinda yang memberikan kritik dan nasihat kepada Niskala saat dirinya menjadi pusat perhatian. Dinda juga berusaha memberi pengertian pada Niskala bahwa akibat video yang viral akan berdampak pada dirinya terutama ketika diketahui oleh orang tua Niskala.



**Gambar 19.** Pram menemui Ibu Niskala (01:00:13)

*“Mungkin Dinda sama Okta pernah cerita, dan saya pernah lihat sendiri tante. Betapa bahagianya Kala diatas panggung. Betapa senangnya dia nyanyi diatas panggung tante. Kala bahagia diatas panggung tante! Saya lihat sendiri, mungkin tante juga harus lihat sendiri”* ucap Pram.

Gambar 19 menceritakan adegan Pram meminta maaf dan menjelaskan keinginannya tentang Niskala kepadanya Mella, ibu Niskala. Kalimat yang diucapkan Pram merupakan bentuk ucapan yang menyatakan permintaan maaf dan mengucapkan keinginan. Ucapan tersebut merupakan bentuk permohonan, suatu permohonan cenderung disampaikan kepada orang yang lebih tua seperti ibu Niskala. Pram memberikan saran kepada Ibu Niskala untuk mencoba melihat kebahagiaan Niskala ketika tampil diatas panggung.

## 2. Analisis *Self-Efficacy*

Berdasarkan penjelasan pada BAB II mengenai *self-efficacy*, peneliti akan mendeskripsikan *self-efficacy* yang dikembangkan oleh Bandura. *Self-efficacy* yaitu kepercayaan tentang kemampuan dalam mengorganisasikan dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk

memberikan pencapaian yang diberikan.<sup>99</sup> *Self-efficacy* merupakan penentu yang kuat dari usaha, ketekunan, strategi, serta pelatihan dan prestasi kerja mereka selanjutnya.

a. Dimensi *Self-Efficacy*

Menurut teori yang sudah dipaparkan, penilaian *self-efficacy* umumnya diukur melalui tiga skala (dimensi) dasar yaitu *magnitude*, *strength* dan *generality*.

1) *Magnitude*

Dimensi ini mengarah pada keyakinan seseorang terhadap kemampuannya menyelesaikan tugas dengan tingkat kesulitan yang berbeda. Fokus dimensi ini bukan pada keberhasilan tetapi berfokus pada apakah individu memiliki *self-efficacy* untuk membuat dirinya melakukan tugas dengan menghadapi hambatan atau tantangan.<sup>100</sup> Dalam film “Kukira Kau Rumah”, tantangan utama yang dihadapi Niskala adalah sikap overprotektif dari Ayahnya. Niskala berusaha mengatasi masalah tersebut dengan persetujuan Ibunya untuk melanjutkan kuliah secara diam-diam demi menunjukkan kepada Ayahnya bahwa dia bisa seperti manusia normal.

2) *Strength*

Dimensi ini berkaitan dengan lemah kuatnya kepercayaan, keyakinan dan kemampuan seorang individu. Dimensi ini memberikan gambaran terhadap keyakinan individu bahwa dirinya tidak mudah menyerah menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan tugas tertentu.<sup>101</sup> Dalam film “Kukira Kau Rumah”, kepercayaan diri Niskala dinilai cukup tinggi di

<sup>99</sup> Gosselin dan Maddux, “Self-Efficacy,” hlm 219.

<sup>100</sup> Oktaviana, “Hubungan Interaksi Sosial dan Self Efficacy dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia yang Tinggal di Panti Werdha”; Erlina, *Efikasi Diri Dalam Meningkatkan Kemampuan Mobilisasi Pasien*, hlm 70-71.

<sup>101</sup> Oktaviana, “Hubungan Interaksi Sosial dan Self Efficacy dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia yang Tinggal di Panti Werdha”; Erlina, *Efikasi Diri Dalam Meningkatkan Kemampuan Mobilisasi Pasien*, hlm 70-71.



beberapa adegan, salah satunya pada adegan nyanyi di live musik kafe. Untuk pertama kalinya Niskala tampil di hadapan banyak orang, serta memutuskan untuk berteman dengan Pram karena sebelumnya hanya Dinda dan Oktavianus yang menjadi temannya. *Self-efficacy* tinggi juga diperlihatkan pada adegan di perpustakaan, ketika Niskala ingin meminjam lebih dari 3 buku yang pada akhirnya diperbolehkan karena alasan yang dia buat.

### 3) *Generality*

Dimensi ini berhubungan dengan seberapa besar individu mempunyai keyakinan dan kekuatan dalam melakukan aktivitas secara luas. Dimensi ini merujuk pada seberapa luas situasi yang dapat dicakup oleh keyakinan akan kemampuan individu. Individu dengan *self-efficacy* tinggi akan mampu menguasai beberapa bisang sekaligus untuk menyelesaikan suatu tugas.<sup>102</sup> Dalam film “Kukira Kau Rumah”, kondisi setelah viralnya video duet Niskala dan Pram sempat membuat Dinda dan Oktavianus bertengkar karena kekhawatiran mereka. Namun hal tersebut tidak menyulutkan motivasi Niskala untuk terus maju, justru karena viralnya duet tersebut membuatnya semakin yakin bahwa dia bisa.

#### b. Proses Pembentukan *Self-Efficacy*

Peningkatan *self-efficacy* Niskala dapat terlihat dari perilaku dan dialog dalam film. Maka untuk mempermudah penyampaian pesan, penulis akan menguraikan sesuai dengan proses pembentukan *self-efficacy* menurut Bandura.

##### 1) Proses Kognitif

Proses kognitif merupakan proses berfikir yang didalamnya termasuk penyusunan, penggunaan, serta perolehan informasi. Pengaruh *self-efficacy* pada kognitif individu sangat

---

<sup>102</sup> Oktaviana, “Hubungan Interaksi Sosial dan Self Efficacy dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia yang Tinggal di Panti Werdha”; Erlina, *Efikasi Diri Dalam Meningkatkan Kemampuan Mobilisasi Pasien*, hlm 70-71.

bervariasi, kebanyakan tingkah laku manusia berawal dari sesuatu yang dipikirkan sebelumnya. Hal tersebut menghasilkan berbagai penilaian terhadap akibat yang ditimbulkan dari tindakan yang sudah ataupun akan dilakukan. Dalam film “Kukira Kau Rumah” proses kognitif terlihat pada beberapa adegan antara lain.



**Gambar 20.** *Pram manggung (00:13:50)*

Potongan adegan pada gambar 20 menceritakan Niskala meminta traktiran lagu kepada Pram setelah menang taruhan dengannya. Pram menerima permintaan Niskala tersebut. Namun, setelah mendengar lagu yang dinyanyikan Pram, satu per satu pengunjung kafe pergi meninggalkan tempat.

Sebelum Niskala meminta Pram untuk menyanyikan sebuah lagu, Oktavianus yang merupakan tetangga Pram memberitahu bahwa dia berubah pikiran dan merasa kasihan karena Pram terlihat seperti orang yang kurang mampu, dia juga tidak pernah melihat keberadaan orangtua Pram. Setelah mendengar perkataan Oktavianus, Niskala yang sedari awal tidak nafsu makan akhirnya meminta traktiran lagu pada Pram. Secara tidak sadar tindakan Pram tersebut merangsang alam bawah sadarnya untuk melakukan hal serupa dikemudian hari.

## 2) Proses Motivasi

Motivasi akan berpengaruh ketika percaya dengan kemampuan diri, seperti seberapa besar usaha yang dilakukan

dalam menentukan tujuan yang sudah ditentukan, seberapa tahan ketika menghadapi kesulitan dan kegagalan. Individu memberi motivasi untuk diri mereka sendiri dan mengarahkan tindakan melalui pemikiran sebelumnya. Pada proses ini dalam film “Kukira Kau Rumah” tokoh Niskala memperoleh motivasi terlihat di beberapa adegan antara lain.



**Gambar 21.** Ikut Pram maju ke panggung (00:28:40)

Adegan pada gambar 21 menceritakan Niskala mengikuti Pram maju ke atas panggung live musik. Kondisi Pram yang hampir dipecat membuat Niskala tidak peduli apa yang akan mereka lakukan di panggung. Namun tidak disangka-sangka semua pengunjung termasuk manajer kafe malah menyukai penampilan pertama mereka. Niskala tersenyum dan tertawa bahagia sambil memeluk Pram. Kalimat “....we did it” merepresentasikan ucapan kebahagiaan terhadap sesuatu yang berhasil mereka lakukan.



**Gambar 22.** Duet kedua (00:36:04)

Gambar 22 berisi adegan manggung Niskala dan Pram setelah video viral duet pertama mereka. Pengunjung kafe yang semakin banyak membuat manager kafe senang sehingga Niskala dan Pram mendapatkan jadwal manggung mereka sendiri. Niskala tersenyum lebar ketika melihat semua penonton berdiri sambil bertepuk tangan. Dalam beberapa fenomena, tersenyum lebar mengkonotasikan rasa bahagia. Tertawa maupun tersenyum merupakan bentuk ungkapan ekspresi kebahagiaan.

Tindakan Niskala yang memutuskan untuk mengikuti Pram maju ke atas panggung merupakan sebuah tindakan yang berani. Melihat Pram yang hampir di pecat karena tindakan nekadnya membuat Niskala juga ingin mencoba tantangan baru yaitu dengan menunjukkan kemampuannya kepada publik. Individu dengan *self-efficacy* rendah cenderung bersikap acuh dan tidak mau mengambil resiko. Berbeda dengan Niskala, meski awalnya sedikit ragu tapi kemudian dia dengan berani melangkah maju mengikuti Pram menuju panggung live musik.

Keberanian Niskala berbuah manis, penampilannya dengan Pram mendapatkan banyak apresiasi dari pengunjung kafe bahkan manager Pram pun menyukai nyanyian mereka. Dukungan yang diterima dari pengunjung dan manager kafe membuat Niskala semakin percaya diri akan kemampuannya. Setelah bertemu dengan Pram, Niskala mulai menemukan jati dirinya dan tahu kemana ia akan melangkah. Meningkatnya *self-efficacy* Niskala ditandai dengan ketinggian kepercayaan diri yang lebih tinggi, seperti perilaku Niskala pada adegan diatas.

### 3) Proses Afektif

Afektif merupakan proses pengaturan keadaan emosi dan reaksi emosional. Dalam mengontrol stres, *self-efficacy* memegang peran penting. *Self-efficacy* adalah kunci dalam



mengatur pola pikir dan menentukan kemampuan seseorang dalam mengendalikan stres. Dalam film “Kukira Kau Rumah” proses afeksi terlihat di beberapa adegan antara lain.



**Gambar 23.** *Niskala tantrum (00:46:04)*

*“Apa ma apa? Mama ngga pernah ngerti apa yang Kala rasain. Mama cuma bisa nyuruh Kala minum obat, tapi mama ngga bisa buat Kala ngerasa lebih baik. Ngga bisa. Ngga ada yang ngerti”* ucap Niskala.

Gambar 23 berisi adegan kondisi Niskala yang berada dalam fase depresi. Pada adegan ini Niskala terlihat sedang memberontak dan menangis. Dari kalimat yang diucapkan, Niskala menunjukkan bahwa dirinya merasa tidak berharga dan tidak ada yang mengerti perasaannya, perilaku tersebut merupakan gejala yang terjadi saat fase depresi. Pada fase ini individu akan merasakan kesedihan yang mendalam dan merasa putus asa.



**Gambar 24.** *Niskala berantakan (01:03:11)*

*“Lucu ya, biasanya kalau gue lagi kaya gini yang nememin gue itu si Oktavianus sama Dinda, terus sekarang ada lo. Lo ngapain ada disini? I’m fuck up, berantakan. Satu hal yang harus lo inget ya Pram, jangan pernah lo berpikir kalau lo ada disini*



*karena lo kasian sama gue. lo itu pantes dapet yang lebih baik dari gue” ucap Niskala.*

Potongan adegan pada gambar 24 menceritakan pembicaraan Pram dan Niskala ketika dalam fase depresi Niskala terlihat putus asa dan pesimis, namun Pram berhasil membuatnya kembali bersemangat. Niskala berbicara pada Pram dengan lesu. Pada dialog “...jangan pernah lo berpikir kalau lo ada disini karena lo kasian sama gue...” Niskala terlihat pesimis dengan kehadiran Pram, kalimat tersebut juga menggambarkan ketidaknyamanan ketika kondisinya diketahui oleh orang lain.

Oktavianus tidak terima saat Pram yang baru saja mengenal Niskala sudah membuat perilakunya berubah. Oktavianus dan Dinda terpaksa harus berbohong kepada Ibu Niskala. Pertengkaran antara Niskala dan Okta membuat Niskala semakin terpuruk. Dia mengalami stres dan konflik batin, sehingga kondisi tersebut memicu terjadinya fase depresi. Pada fase depresi individu cenderung merasakan kesedihan yang mendalam, merasa tidak berharga dan mulai putus asa seperti yang dialami Niskala. Niskala khawatir orang lain hanya merasa kasihan ketika mengetahui kondisinya.

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

“Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman.” (QS. Ali Imran:139)

Ayat diatas memiliki makna bahwa jangan biarkan kamu larut dalam emosi negatif, jika pikiran muncul segera alihkan ke hal yang lebih positif. Jadikan kekurangan sebagai pemicu untuk menjadi pribadi yang lebih baik. Sebagaimana pada adegan ketika Pram mencoba memahami situasi Niskala dengan mengajaknya keluar. Niskala yang sedang dalam fase depresi

berusaha membuat Pram pergi dari hidupnya, namun respon yang diberikan Pram justru membuat Niskala kembali merasakan kasih sayang dan kebahagiaan. Meski dalam situasi yang sulit, ia memutuskan untuk bangkit dan kembali bersemangat.

Pada adegan di atas memperlihatkan meningkatnya *self-efficacy* Niskala setelah mendapatkan dukungan dari Pram. Niskala yang awalnya terlihat lesu dan takut Pram hanya kasihan dengan kondisinya, namun hal tersebut hanyalah ketakutan Niskala semata. Pram benar-benar tulus pada Niskala, ia pun kini menjadi tempatnya bersandar. Dukungan yang diberikan Pram berdampak besar bagi kehidupan Niskala. Semangat yang dimiliki semakin membara, ia juga menjadi lebih percaya diri terutama akan karir menyanyinya. Meskipun belum menemukan hasil maksimal sesuai apa yang diharapkan namun dia tetap berusaha dan bekerja keras.

#### 4) Proses Selektif

Fungsi selektif yaitu proses pemilihan tujuan atau aktivitas. Individu menghindari aktivitas dan situasi yang mereka percaya telah melampaui batas kemampuan dalam dirinya, namun individu siap melakukan aktivitas menantang dan memilih situasi yang dinilai mampu untuk diatasi. Perilaku tersebut akan memengaruhi minat dan kemampuan individu yang akhirnya akan berpengaruh pada perkembangan individu. Dalam film “Kukira Kau Rumah” proses selektif terlihat di beberapa adegan antara lain.



**Gambar 25.** Niskala minta support sahabat (01:08:48)

*“Din, Nus, gue udah ngga mau drama-drama ya, gue cape banget. Hari ini gue bakalan manggung sama Pram, kita akan jadi opener acara musik dikafenya dan ini berarti buat gue Din. Lo ngga pernah kan ngeliat gue bisa nglakuin apa yang gue mau, ngga pernah kan bisa ngeliat gue nglakuin apa yang gue suka, jadi orang normal. Dan gue mau hari ini sahabat-sahabat gue ngesupport gue”* ucap Niskala.

Potongan adegan gambar 25 menceritakan permintaan Niskala kepada sahabatnya untuk melihatnya tampil sebagai pembuka acara musik di Antologi kafe. Niskala sedang berbicara dengan dua sahabatnya, *“...lo ngga pernah kan lihat gue lakuin apa yang gue mau, ngga pernah kan bisa lihat gue lakuin yang gue suka...”* kalimat tersebut menandakan bahwa Niskala tidak pernah melakukan apa yang dia kehendaki, dan untuk pertama kalinya Niskala mempunyai sesuatu yang dia inginkan.

Niskala memulai perjuangan dari nol, Ibu dan sahabat Niskala selalu mendukung apapun yang dilakukannya. Kemampuan akademik Niskala juga terbilang bagus, ada beberapa adegan dalam film yang menunjukkan bahwa Niskala anak yang pintar. Namun perjuangannya tidaklah mudah, selain karena kondisi mentalnya ayahnya juga melarang Niskala untuk sekolah dan bersosialisasi. Meskipun ayahnya tidak setuju dan tidak mendukung minat anaknya, hal itu tidak menyurutkan niat Niskala dan membuat ia semakin semangat untuk terus belajar untuk menunjukkan kepada ayahnya.





**Gambar 26.** Berdiri ditempat yang tinggi (01:17:11)

*“Papa jahat sama Niskala”* ucap Niskala. *“Salah papa apa?”* tanya Dedi, ayah Niskala. *“Salah papa apa? Kenapa papa ngga pernah bangga punya Niskala, kenapa papa cuma bisa ngurung Niskala dirumah”* jawab Niskala. *“Papa udah jagain kala dari kecil”* ucap Dedi. *“Jagain apa? jagain dari apa? apa yang papa lakuin? papa cuma nyuruh Niskala minum obat. Papa sama mama ngga tau rasanya kalau orang tua ngga pernah bangga sama anaknya”* saut Niskala.

Pada gambar 26 menceritakan adegan Niskala berdiri di tempat tinggi dengan emosi yang meledak-ledak. Dalam situasi tersebut Ayah dan Ibunya hanya bisa saling menyalahkan, bukan membuat Niskala menjadi lebih baik malah membuat ia semakin tertekan. Niskala berniat mengakhiri hidupnya, orang tua dan teman-temannya berusaha menenangkan Niskala. Ada pepatah jawa *“dandhang diunekake kuntul, kuntul diunekake dandhang”* yang artinya perkara yang buruk dianggap baik, sedangkan yang baik dianggap buruk.

Pola asuh yang diterapkan Ayah Niskala terkesan keliru. Seperti pada dialog *“...kenapa papa cuma bisa ngurung Niskala dirumah”*, perilaku mengurung dan membatasi kegiatan anak hanya akan membuatnya semakin tertekan, hal ini bisa memicu tingkat depresi Niskala karena tidak dapat melakukan apapun dengan bebas. Sedangkan ketika Niskala bisa kuliah, bernyanyi, bertemu banyak orang dimana hal tersebut membuatnya bahagia, tetapi Ayahnya menganggap hal tersebut akan membahayakan Niskala. Mengalami trauma atau peristiwa kehidupan yang penuh tekanan merupakan salah satu faktor

penyebab bipolar.<sup>103</sup> Lingkungan yang penuh tekanan hanya akan membuat penderita bipolar semakin depresi.

Adegan diatas merupakan salah satu contoh ketika individu tidak mendapatkan dukungan terutama dari orang terdekat seperti keluarga. Individu dengan gangguan mental lebih rentan terhadap depresi sehingga perlu ditangani dengan benar. Film “Kukira Kau Rumah” berhasil membawakan pesan tersebut kepada penonton, serta berhasil memberikan pandangan dari sisi penderita bipolar, keluarga dan teman. Pola asuh orangtua menjadi kunci kesehatan mental anak, bukan hanya pada penderita gangguan mental tetapi bagi individu yang sehat secara mental pun akan mengalami dampak negatif dari pola asuh yang salah.

#### c. Sumber *Self-Efficacy*

Setiap manusia dapat memiliki *self-efficacy* tinggi atau rendah dalam situasi tertentu. *Self-efficacy* seseorang dapat diperoleh, diubah, ditingkatkan atau diturunkan melalui salah satu atau kombinasi dari empat sumber. Sumber meningkatnya *self-efficacy* Niskala berasal dari tiga sumber yaitu *performance accomplishment*, *social modeling*, dan persuasi sosial.

##### 1) *Performance Accomplishment*

Pengalaman adalah sumber yang mempunyai pengaruh paling besar terhadap *self-efficacy* individu karena keberhasilan akan membangun kepercayaan yang kuat pada kemampuan pribadi, sedangkan kegagalan memberi pelajaran bahwa kesuksesan butuh usaha yang berkesinambungan. Pada adegan duet dengan Pram merupakan pengalaman pertama bagi Niskala tampil di hadapan banyak orang. Pengalaman pertama tersebut berhasil membuat Niskala menjadi lebih percaya diri.

---

<sup>103</sup> Depression and Bipolar Support Alliance, “Bipolar Disorder.”



## 2) *Social Modeling*

Menguatkan dan menciptakan *self-efficacy* dapat dilakukan dengan melihat keberhasilan yang diperoleh dari orang lain. Dengan melihat orang yang serupa dengan dirinya berhasil akan menghasilkan keyakinan bahwa mereka dapat melakukannya juga. Salah satu adegan dalam film “Kukira Kau Rumah” yang menunjukkan hal tersebut yaitu ketika Pram menerima permintaan untuk menyanyikan lagu di panggung dan menghiraukan resiko akan di marahi atau bahkan di pecat, membuat Niskala sedikit kagum dan tersenyum, yang secara tidak langsung memotivasinya untuk melakukan hal serupa.

## 3) Persuasi Sosial

Individu yang telah yakin akan kemampuan yang dimiliki cenderung mengupayakan sekuat tenaga dan memikirkan kekurangan dalam diri ketika ada masalah muncul. Peningkatan *self-efficacy* dalam diri akan membuat individu berusaha keras untuk berhasil. Perjalanan Niskala untuk menggapai tujuannya tidaklah mudah. Niskala menemui beberapa hambatan yaitu ayahnya yang tidak memperbolehkan Niskala untuk sekolah, kuliah secara diam-diam, dan faktor internal yaitu konflik batin yang dialami Niskala. Berkat pengalaman manggung bersama Pram, Niskala menemukan sesuatu yang di sukai. Niskala berusaha mempertahankan apa yang menjadi kebahagiaannya walaupun resiko di tolak oleh orangtuanya sangat besar.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dan hasil analisis pada bab sebelumnya, maka penulis menarik beberapa kesimpulan sebagai berikut.

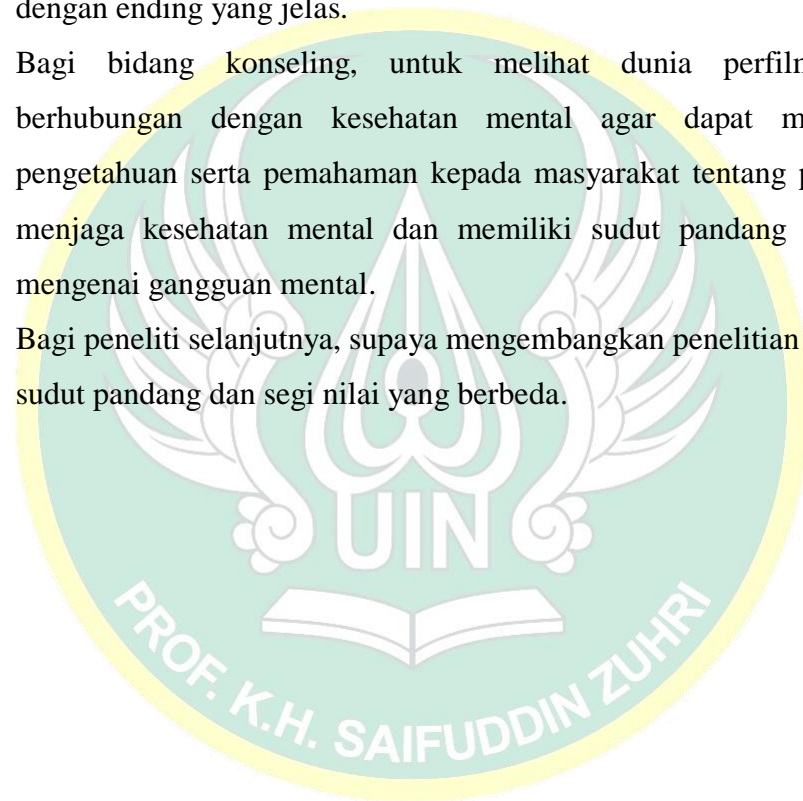
Dukungan sosial adalah bentuk kesenangan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan dari orang lain. Dukungan sosial melihat pada aksi yang benar-benar dilakukan oleh orang lain. Dalam film “Kukira Kau Rumah” dukungan sosial yang diterima Niskala berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif. Dukungan emosional yang diterima berupa ungkapan kekhawatiran dan kepedulian. Dukungan penghargaan yang diterima berupa penghargaan, apresiasi dan dorongan untuk maju. Dukungan instrumental yang diterima berupa penyediaan sarana dan waktu. Sedangkan dukungan informatif yang diterima berupa pemberian nasehat, masukan dan saran.

Dukungan sosial yang diterima mempengaruhi peningkatan *self-efficacy* Niskala. *Self-efficacy* merupakan keyakinan diri dalam memperhitungkan kemampuan dirinya dalam melakukan sesuatu untuk mencapai hasil pada situasi dan kondisi tertentu. *Self-efficacy* yang dimiliki Niskala mengalami peningkatan dalam beberapa adegan. Bentuk *self-efficacy* tinggi yang ditunjukkan oleh tokoh Niskala, diantaranya adalah bersikap berani, tidak mudah menyerah, dan berkomitmen tinggi dalam mencapai tujuannya. *Self-efficacy* Niskala berasal dari tiga sumber yaitu *performance accomplishment*, *social modeling* dan persuasi sosial. Dalam film “Kukira Kau Rumah”, ada salah satu adegan yang menunjukkan dampak buruk ketika individu tidak mendapat dukungan dari orangtuanya, hal tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial penting dalam peningkatan *self-efficacy* pada individu penderita bipolar.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dalam film “Kukira Kau Rumah”, maka peneliti ingin memberikan sedikit saran untuk kalangan tertentu, yaitu:

1. Bagi dunia perfilman, terus mengungkap atau mengemas film mengenai gangguan kesehatan mental agar masyarakat lebih paham dan mengerti terkait hal tersebut. Apabila ingin membuat film tentang gangguan mental sebaiknya lebih dijelaskan lagi pada tahap atau fase gangguan mentalnya, cara penanganan atau alternatif lainnya, serta diakhiri dengan ending yang jelas.
2. Bagi bidang konseling, untuk melihat dunia perfilman yang berhubungan dengan kesehatan mental agar dapat memberikan pengetahuan serta pemahaman kepada masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan mental dan memiliki sudut pandang yang baik mengenai gangguan mental.
3. Bagi peneliti selanjutnya, supaya mengembangkan penelitian ini dengan sudut pandang dan segi nilai yang berbeda.



## DAFTAR PUSTAKA

- A, Annissa Kheista, dan Endah Nawangsih. "Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Penderita Bipolar di Komunitas Bipolar Care Indonesia Bandung." *Prosiding Psikologi* Vol. 2, no. 2 (2016): 730–35.
- Adicondro, Nobelina, dan Alfi Purnamasari. "Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga Dan Self Regulated Learning Pada Siswa Kelas Viii." *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal* Vol. 8, no. 1 (2011): 17. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v8i1.448>.
- Agusta, Ivanovich. "Teknik Pengumpulan dan Analisis Data Kualitatif." *Jurnal Studi Komunikasi dan Media* Vol. 2 (2003): 1–11.
- Agustina, Ria Kamilah. "The Importance of Mental Health Found in Movie Entitled Kukira Kau Rumah." *Jurnal Bastra* 7, no. 2 (2022): 251–56. <http://ojs.uho.ac.id/index.php/BASTRA%0ATHE>.
- Alkhajar, Eka Nada Shofa. "Masa-Masa Suram Dunia Perfilman Indonesia." Universitas Sebelas Maret, 2010.
- Belmaker, R H. "Bipolar Disorder." *New England Journal of Medicine* Vol. 351, no. 5 (2004): 476–86. <https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMra035354>.
- Chandrani, Ane Nur. "Implementasi Konseling Behavior pada Terapi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) Berbasis Empati dalam Film The Miracle Worker Karya William Gibson." UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri, 2022.
- Chen, Sheying. "Social Support and Health: Theory, Research, and Practice with Diverse Populations." *Nova Science Publisher*, 2013, 1–236.
- Depression and Bipolar Support Alliance. "Bipolar Disorder," 2021. <https://www.dbsalliance.org/education/bipolar-disorder/>.
- Dewi, Made Amalia Kristanti, dan Luh Made Karisma Sukmayanti. "Dukungan Sosial Dan Skizofrenia." *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi* Vol. 1, no. 3 (2020): 178. <https://doi.org/10.24014/pib.v1i3.9919>.
- Erlina, Lina. *Efikasi Diri Dalam Meningkatkan Kemampuan Mobilisasi Pasien*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung, 2020.
- Febrianita, Dea Adella. "Hubungan Literasi Kesehatan dengan Kepatuhan Minum Obat pada Penderita Gangguan Bipolar di Masa Pandemi Covid-19." STIKES Widyagama Husada, 2021.
- Fitriyah, Lina Arifah, Andri Wahyu Wijayadi, Oktaffi Arinna Manasikana, dan Nur Hayati. *Menanamkan Efikasi Diri dan Kestabilan Emosi*. LPPM UNHASY Tebuireng. Jombang, 2019.

<http://eprints.unhasy.ac.id/43/17/LINA-Buku-ISBN-Efikasi-Diri.pdf>.

- Gosselin, Jennifer T, dan James E Maddux. "Self-Efficacy." *Handbook of Self and Identity*, 2003, 218–38.
- Grande, Iria, Michael Berk, Boris Birmaher, dan Eduard Vieta. "Bipolar disorder." *The Lancet* Vol. 387 (2016): 1561–72. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)00241-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)00241-X).
- Hanapi, I., dan I. M Agung. "Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Self Efficacy Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa." *Jurnal RAP UNP* Vol. 9, no. 1 (2018): 37–45. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/psikologi/article/view/10378>.
- Harlina, Desi, Vera Novitasari, Mayang Nila Sari, Rize Azizi A M, dan Ervina Rianti. "Sikap Over Protective Orangtua Terhadap Perkembangan Anak." *Jurnall penelitian guru Indonesia* 2, no. 2 (2018): 1–8. <https://jurnal.iicet.org/index.php/jpgi/article/view/218>.
- Hasanah, Nazilatul. "Konsep Self Efficacy dalam Al-Qur'an (Studi Penafsiran Ayat-Ayat Self Efficacy dalam Tafsir Al-Qur'an)." UIN Sunan Ampel, 2016.
- Heriyani, Eka, Haning Tri Widiastuti, dan Syafiq Muhammad Althaf. "Dukungan Sosial dan Efikasi Diri." *Epik: Jurnal Edukasi Penerapan Ilmu Konseling* Vol. 1, no. 1 (2022): 1–7.
- Heslin, P, dan U Klehe. "Self-Efficacy." *Organisational Psychology* Vol. 2 (2006): 705–8.
- Hudhana, Winda Dwi. *Metode Penelitian Sastra: Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Samudra Biru, 2018.
- Iqbal, Ekki Aulia. "Hubungan Dukungan Sosial dengan Efikasi Diri pada Mahasiswa Baru." Universitas Islam Riau, 2018.
- Lembaga Sensor Film. "Kukira Kau Rumah," 2021. <https://lsf.go.id/movie/kukira-kau-rumah/>.
- Lianto. "Self-Efficacy: A Brief Literature Review." *Jurnal Manajemen Motivasi* Vol 15, no. 2 (2019): 55–61.
- Marbun, Tania. "Perilaku Abnormal Tokoh Nishino dalam Film Creepy: Itsuwari No Rinjin Karya Kiyoshi Kurosawa." Universitas Diponegoro, 2019.
- Miklowitz, David J. *Bipolar Disorder: A Family-Focussed*. The Guilford Press. New York, 2016. <https://doi.org/10.4102/sajpsychiatry.v19i3.948>.
- Mudjiono, Yoyon. "Kajian Semiotika dalam Film." *Jurnal Ilmu Komunikasi* Vol. 1, no. 1 (2011): 125–38.



- National Alliance on Mental Illness. "Understanding Bipolar Disorder," 2022. <https://www.nami.org/Blogs/NAMI-Blog/August-2022/Understanding-Bipolar-Disorder>.
- National Institute of Mental Health. "Bipolar Disorder," 2018. <https://www.nimh.nih.gov/sites/default/files/documents/health/publications/bipolar-disorder/19-mh-8088.pdf>.
- Nazaria, Ghea. "Gangguan Kejiwaan Tokoh Utama Dalam Film Posesif Karya Sutradara Edwin (Kajian Psikologi Sastra)," 2019. <http://eprints.undip.ac.id/71133/>.
- Nilamsari, Natalina. "Memahami studi dokumen dalam penelitian kualitatif." *Wacana* Vol. XIII, no. 2 (2014): 177–81.
- Nisa, Khoirotun. "Representasi Adil dalam Film Surga yang Tak Dirindukan 1 Berdasar Analisis Semiotika Roland Barthes." IAIN Purwokerto, 2018.
- Nofiyana, Kurnia, dan Ratna Supradewi. "Penerimaan Diri Pada Wanita Dengan Gangguan Bipolar." *Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unnisula (KIMA)*, 2019, 1374–82.
- Nugrahani, Farida. *Metode Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*. Cakra Books. Solo, 2014.
- Nurhidayati. "Pelukisan Tokoh dan Penokohan dalam Karya Sastra." *Prosiding Konferensi Nasional Bahasa Arab IV*, 2018, 493.
- Oktaviana, Eva Surya. "Hubungan Interaksi Sosial dan Self Efficacy dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia yang Tinggal di Panti Werdha." Universitas Airlangga, 2018.
- Onie, Sandersan, dan Ashra Vina Daswin. "Suicide in Indonesia in 2022: Underreporting, Provincial Rates, and Means." *PsyArtXiv*, 2022. <https://doi.org/psyarxiv.com/amnhw>.
- Post, Robert M. "The Impact of Bipolar Depression." *Journal of Clinical Psychiatry* 66, no. 5 (2005): 5–10.
- Prasetyo, Arif Budi. *Analisis Semiotika Film dan Komunikasi*. Malang: Intrans Publishing, 2018.
- Purba, Rani Anggraeni, dan Yohanis Franz La Kahija. "Pengalaman Terdiagnosis Bipolar: Sebuah Interpretative Phenomenological Analysis." *Jurnal Empati* 7, no. 3 (2017): 323–29.
- Rif'ati, Mas Ian, Azizah Arumsari, dan Nurul Fajriani. "Konsep Dukungan Sosial dalam Keluarga," 2018.
- Rijali, Ahmad. "Analisis Data Kualitatif." *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah* Vol.

17, no. 33 (2018): 81. <https://doi.org/10.18592/alhadharah.v17i33.2374>.

- Romadhon, Faiz. “Pesan Iman dan Taqwa dalam Sinetron Amanah Wali 5 (Analisis Semiotika Roland Barthes).” UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri, 2022.
- Rumhadi, Tri. “Urgensi Motivasi dalam Proses Pembelajaran.” *Jurnal Diklat Keagamaan* 11, no. 1 (2017): 33–41. [bdksurabaya.e-journal.id? article? download](http://bdksurabaya.e-journal.id/?article?download).
- Rustika, I Made. “Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura.” *Buletin Psikologi* Vol. 20, no. 1–2 (2012): 18–25. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11945>.
- Salam, Abdus. “Hubungan Antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa.” Universitas 17 Agustus 1945, 2017.
- Saputra, Garsha Three. “Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Keberfungsian Sosial Penyintas Bipolar di Komunitas Bipolar Care Indonesia.” UIN Syarif Hidayatullah, 2019.
- Sari, Citra Ayu Kumala. “Efikasi Diri, Dukungan Sosial dan Resiliensi.” *Nusantara of Research* Vol. 4, no. 1 (2017): 14–18.
- Smith, Laura M., David M. Erceg-Hurn, Peter M. McEvoy, dan Louella Lim. “Self-Efficacy in Bipolar Disorder: Development and Validation of a Self-Report Scale.” *Journal of Affective Disorders* 262 (2020): 108–17. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.10.026>.
- Toni, Ahmad. “Peran Film Sebagai Media Sosialisasi Lingkungan.” *Jurnal Komunikator* Vol. 7, no. 1 (2015): 41–51. <http://journal.umy.ac.id/index.php/jkm/article/view/676/843>.
- Viridhani, Marieska Harya, dan Kuswandi. “Masalah Kesehatan Mental, Angka Kasus Bunuh Diri 4 Kali Lebih Tinggi.” [jawapos.com](http://jawapos.com), 2022. <https://www.jawapos.com/kesehatan/10/10/2022/masalah-kesehatan-mental-angka-kasus-bunuh-diri-4-kali-lebih-tinggi/>.
- Wedanthi, Putu Hening. “Studi Kasus Dinamika Psikologis Penderita Bipolar Disorder.” *Jurnal Pendidikan Tambusai* Vol. 6, no. 1 (2022): 2578–82.