

Resiliensi Individu Pada Film *Sleep Call* Karya Fajar Nugros

Zhefind Ramadhan, Farida Hariyati, Titin Setiawati

Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas

Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA, Jakarta, Indonesia

e-mail: zhefindramadhan2@gmail.com

ABSTRACT

Indonesia still has a lot of family disharmony and the biggest factor is the lack of communication. Of course, this is one of the problems of modern humans, namely family disharmony and limited face-to-face communication. The development of information technology such as mobile phones and the internet has changed the way humans socialize. The development of information technology has made humans now have two worlds, namely the real world and the virtual world. Film is a work of art that tries to depict social reality and can have an impact on the construction of social reality because film has become a powerful medium. One of the movies that raises this issue is the movie *Sleep Call*. *Sleep Call* tells the story of Dina (Laura Basuki) as the main character in the movie. Dina does not have someone who can be relied on in facing her various problems. This research aims to describe individual resilience found in the movie *Sleep Call*. The research method used is a descriptive qualitative approach with observation and documentation data collection techniques. The data analysis technique uses content analysis. This research uses the theory of resilience by Reivich & Shatte which includes 5 aspects of resilience, namely; emotion regulation, impulse control, problem cause analysis, and self-efficacy. The results of this study found 10 scenes in the aspects of resilience, 1 scene each in the aspect of emotion regulation.

Keywords : *Individual Resilience, Sleep Call Movie, Content Analysis*

ABSTRAK

Indonesia masih banyak terjadi disharmonisasi keluarga dan faktor terbesar karena kurangnya berkomunikasi. Tentu hal ini adalah salah satu problematika manusia modern yaitu disharmonisasi keluarga dan terbatasnya komunikasi secara tatap muka. Perkembangan teknologi informasi seperti adanya telepon genggam dan internet telah merubah cara manusia bersosial. Perkembangan teknologi informasi ini membuat manusia kini memiliki dua dunia, yaitu dunia nyata dan dunia maya. Film adalah sebuah karya seni yang mencoba menggambarkan realitas sosial serta dapat berdampak pada konstruksi realitas sosial karena film telah menjadi medium yang kuat. Salah satu film yang mengangkat isu tersebut adalah film *Sleep Call*. Film *Sleep Call* mengisahkan Dina (Laura Basuki) sebagai pemeran utama dalam film tersebut. Dina tidak memiliki seseorang yang dapat diandalkan dalam menghadapi berbagai permasalahannya. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan resiliensi individu yang terdapat pada film *Sleep Call*. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan analisis isi (*content analysis*). Penelitian ini menggunakan teori resiliensi oleh Reivich & Shatte yang mencakup 5 aspek resiliensi yaitu; regulasi emosi, pengendalian impuls analisis penyebab masalah, dan efikasi diri. Hasil pada penelitian ini menemukan 10 adegan pada aspek resiliensi, masing-masing 1 adegan pada aspek regulasi emosi, 3 adegan pada aspek pengendalian impuls, 2 adegan pada aspek analisis penyebab masalah, 2 adegan pada aspek empati, dan 2 adegan pada aspek efikasi diri.

Kata kunci : *Resiliensi Individu, Film Sleep Call, Analisis Isi*

Pendahuluan

Film merupakan salah satu bentuk media komunikasi massa yang sering digunakan untuk mencerminkan realitas kehidupan sosial masyarakat. Sebagai bagian dari media massa, film merupakan sarana komunikasi yang sangat efektif dalam menyampaikan makna atau pesan kepada penontonnya. Film dianggap sebagai alat komunikasi massa yang efektif karena kemampuannya dalam menyampaikan pesan secara *audio-visual*. Dengan durasi yang relatif singkat, film dapat menyampaikan banyak cerita. Saat menonton film, penonton merasa seolah-olah dapat melintasi ruang dan waktu, melihat berbagai aspek kehidupan, dan bahkan terpengaruh oleh apa yang ditampilkan (Baran, 2012).

Film merupakan alat komunikasi *audio-visual* yang diperuntukkan dalam memberikan pesan kepada sekelompok orang yang berkumpul di tempat tertentu. Film juga dikenal sebagai alat komunikasi massa yang efektif sebab kecakapannya dalam menyampaikan cerita yang cepat dengan elemen audio dan visual (Asri, 2020). Selain sebagai sarana hiburan, film saat ini dianggap juga sebagai alat komunikasi yang efektif dalam menyampaikan pesan-pesan yang tersembunyi (Herlina, 2023). Film juga dipandang sebagai perantara pengajaran yang

efisien, yang dapat menyajikan banyak pengetahuan juga pengalaman yang berharga kepada khalayak. Tak hanya itu, film memiliki fungsi sebagai media edukasi yang mencakup berbagai topik (Puri, 2024).

Dalam fungsi lain, film berperan sebagai media ekspresi menarik yang unik dan efektif. Setiap tindakan dan karakteristik yang disajikan melalui visualisasi pada film, memberikan makna yang bergantung pada alur cerita yang disajikan. Film adalah sebuah karya seni yang mencoba menggambarkan realitas sosial serta dapat berdampak pada konstruksi realitas sosial karena film telah menjadi medium yang kuat (Alfando, 2021).

Film dapat merepresentasikan dan mengkonstruksi realitas sosial yang terjadi di masyarakat. Hal itu dapat dilihat dari bagaimana film menyajikan potret kenyataan pada masyarakat dalam bentuk-bentuk simbolik yang sarat makna dalam pesan-pesan konten dan estetikanya (Dewi, 2017).

Relitas sosial masyarakat saat ini dapat diangkat menjadi sebuah film guna untuk merekonstruksi realitas sosial itu sendiri. Salah satu problematika masyarakat saat ini adalah ketidakharmonisan keluarga. Penyebab ketidakharmonisan keluarga adalah rendahnya peran keluarga yang seharusnya menjadi penting dalam pertumbuhan anak. Peran keluarga tersebut harus terpenuhi dari

ayah dan ibu, yang akan memberikan contoh, bimbingan, arahan, nasehat dan sikap yang baik ke anaknya (Lestari, 2016). Peran keluarga dapat menyebabkan, mencegah, mengabaikan, meningkatkan bahkan mempengaruhi setiap anggota keluarganya untuk dapat meningkatkan kualitas kondisi keluarganya, namun sayang pada nyatanya penerapannya belum berjalan dengan maksimal (Nuraeni & Rosiah, 2023).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Kartika et al., (2023), berjudul “Faktor-faktor Penyebab Disharmonisasi Keluarga Menurut Mahasiswa”, menemukan hasil berikut. Survei yang telah dilakukan kepada 51 responden menyatakan, sebanyak 84% responden mengatakan telah melihat kasus disharmonisasi dalam rumah tangga secara langsung dan sebanyak 16% responden tidak pernah melihatnya. Terdapat beberapa kategori dari disharmonisasi keluarga yang telah dilihat oleh responden yaitu, kategori tidak bahagia (29%), kategori kekerasan dari mental sampai fisik (27%), cacian dan makian kepada anak dan pasangan (15%), masalah ekonomi (10%), kurangnya komunikasi yang menyebabkan kesalahpahaman (8%), kategori egois (6%) serta 4% dari perselingkuhan.

Adapun survei mengenai faktor tertinggi penyebab disharmonisasi keluarga. Dari hasil survei tersebut, ditemukan faktor

tertinggi penyebab terjadinya disharmonisasi keluarga yaitu kurangnya komunikasi dengan persentase 82,4%. Lalu diikuti faktor kedua dengan persentase 70,6% yaitu faktor ekonomi, sebanyak 62,7% berasal dari kurangnya keterbukaan. Adapun faktor lain yaitu kurangnya rasa perhatian (41,2%), perbedaan keyakinan (37,3%), lebih mementingkan pekerjaan (33,3%) dan yang terakhir adalah faktor munculnya rasa bosan (17,6%) (Kartika et al., 2023).

Masih dalam survei yang sama oleh Kartika et al., (2023), dari hasil survei tersebut dapat disimpulkan bahwa di Indonesia masih banyak terjadi disharmonisasi keluarga dan faktor terbesar karena kurangnya berkomunikasi. Tentu hal ini adalah salah satu problematika manusia modern yaitu disharmonisasi keluarga dan terbatasnya komunikasi secara tatap muka. Perkembangan teknologi informasi seperti adanya telepon genggam dan internet telah merubah cara manusia bersosial. Perkembangan teknologi informasi ini membuat manusia kini memiliki dua dunia, yaitu dunia nyata dan dunia maya (Negara et al., 2023).

Salah satu film yang mengangkat isu resiliensi individu yaitu film *Sleep Call*. Film *Sleep Call* adalah sebuah film yang dirilis pada tahun 2023. Film ini terinspirasi dari realitas masyarakat kalangan Millennial dan

Gen Z pada saat ini yang diproduksi oleh IDN Pictures. Diproduserkan oleh Susanti Dewi, kemudian disutradarai oleh Fajar Nugros, dan penulis naskah oleh Husein M Atmodjo. Film yang berfokus pada kisah Dina (Laura Basuki) sebagai pemeran utama, Dina tidak memiliki orang lain yang dapat diandalkan dalam rasa kesepiannya. Pengalaman masa kecil dan keluarga yang tidak mendukung dalam pertumbuhannya, membuat Dina menjadi seseorang yang tertutup dan kesepian. Kesepian yang dialaminya membuat Dina mencoba berbagai hal yang salah satunya adalah *sleep call*. Berawal dari saran teman sekantornya yang memberikan dampak buruk bagi Dina.

Beberapa kajian penelitian terdahulu yang serupa sebagai referensi dalam penelitian ini guna menekankan pentingnya kajian dalam mendeskripsikan isu sosial dalam film sebagai media pembelajaran; Pada penelitian Sultan Takdir Alisabana (2022) berjudul “Hubungan empati dengan resiliensi relawan tim tanggap darurat bencana Palang Merah Indonesia Kabupaten Malang” memaparkan terkait relawan yang perlu memiliki dedikasi, keterampilan, dan tantangan tingkat tinggi untuk membantu mengatasi permasalahan, khususnya penanganan bencana alam. Relawan harus menunjukkan empati yang tinggi ketika membantu korban bencana alam.

Keadaan tersebutlah yang disebut sebagai resiliensi.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Gracia et al., (2021) berjudul “Representasi Disfungsi Keluarga dalam Film Nanti Kita Cerita Tentang Hari Ini” menggambarkan bagaimana disfungsi keluarga dalam film Nanti Kita Cerita Tentang Hari Ini. Film ini menyajikan sebuah pesan kepada penonton bahwa keluarga yang mengalami trauma masa lalu dan tidak memiliki komunikasi yang baik akan berdampak pada peran keluarga yang tidak berfungsi dengan baik dan berujung pada disfungsi keluarga.

Penelitian pada film *Sleep Call* ini menunjukkan bagaimana resiliensi individu dalam menghadapi persoalan pada dirinya. Peneliti tertarik untuk membahas resiliensi individu dalam film *Sleep Call* serta memberikan pemahaman terkait yang dibahas. Film sebagai alat yang efektif dalam menyampaikan pesan-pesan sosial dan membangun kesadaran akan berbagai isu yang relevan dengan kehidupan masyarakat, khususnya resiliensi individu terkait dengan berbagai tantangan serta rintangan yang dihadapi oleh pemeran utama Dina dalam ketahanan dirinya yang terdapat pada film *Sleep Call* karya Fajar Nugros.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode analisis isi. Menurut Holsti (dalam Afarat Y Gusti, 2018), Analisis isi merupakan suatu teknik yang digunakan untuk mengidentifikasi secara sistematis dan rinci berbagai karakter khusus dalam pesan sebuah pemutaran film dan menarik kesimpulan.. Sedangkan menurut Mitchell, analisis isi digunakan sebagai metode penelitian deskriptif dengan kerangka pengkodean kualitatif (Nicmanis, 2024)

Penelitian deskriptif adalah metode yang berfokus pada representasi dan interpretasi langsung terhadap objek tanpa memanipulasi atau mengendalikan variabel (Zellatifanny & Mudjiyanto, 2018). Rusandi & Muhammad Rusli (2021), menjelaskan bahwa tujuan penelitian deskriptif adalah mengumpulkan dan menganalisis data guna menggambarkan dan memahami situasi, kondisi, dan fenomena yang terjadi dalam konteks film "*Sleep Call*", metode ini dapat digunakan untuk memaparkan ketahanan individu yang terkandung dalam film tersebut.

Peneliti menggunakan penelitian analisis isi deskriptif, berupa kata-kata tertulis atau lisan dari subjek yang diamati. Analisis isi deskriptif bermaksud untuk mendeskripsikan rincian pesan atau teks tertentu, atau biasa disebut untuk menggambarkan aspek-aspek serta karakteristik suatu pesan (Bone, 2019). Representasi yang objektif, sistematis dan akurat tentang kesepian

dalam film *Sleep Call* merupakan tujuan dari penelitian analisis isi deskriptif.

Penelitian ini dibangun dengan perspektif subjektif dan paradigma konstruktivisme. Perspektif subjektif merupakan gagasan dasar realitas sosial bahwa kata, konsep, nama, dan label hanyalah media dari pikiran manusia yang membantu kita memahami, mengelola, dan mengeksplorasi dunia luar (Karman, 2015). Sejalan dengan paradigma konstruktivisme menurut Denzin dan Lincoln (dalam Makmur et al., 2018) yang menjelaskan bahwa secara ontologis realitas adalah relativis dalam paradigma konstruktivisme.

Adapun unit analisis dalam penelitian ini adalah percakapan, ekspresi, dan pesan yang mengarah pada resiliensi individu. Teknik analisis data yang digunakan yaitu dengan tahapan sebagai berikut;

1. Menonton Film *Sleep Call*
2. Melakukan observasi terhadap film yang ditonton
3. Melakukan kategorisasi atau pengelompokan data dengan cara *capture each scene* pada film yang ditonton
4. Menentukan *scene* yang sesuai dengan teori Reivich & Shatte mengenai resiliensi
5. Menganalisis dan mengkaji data untuk membahas berbagai unsur dalam ketahanan Dina melalui percakapan, ekspresi maupun pesan (Ardiansyah & Kusuma, 2024).

Dalam menganalisis Film *Sleep Call*, peneliti menggunakan teori resiliensi menurut Reivich & Shatte. Beberapa indikatornya ada regulasi emosi, pengendalian impuls, optimism, analisis penyebab masalah, dan efikasi diri. Resiliensi yang dimaksud yaitu akan memberikan gambaran ketahanan tokoh Dina berdasarkan pengalaman sendiri dan memandu perilaku dalam menjalani berbagai masalah yang dihadapinya.

Dengan menggunakan teori resiliensi, menurut Reivich & Shatte memaparkan bahwa terdapat tujuh aspek kemampuan yang dapat membangun resiliensi (Alisabana, 2022). Akan tetapi, pada film ini hanya terdapat lima aspek yang sesuai dengan adegan-adegan pada film *Sleep Call*. Lima aspek tersebut yakni regulasi emosi, pengendalian impuls, analisis penyebab masalah, empati, dan efikasi diri.

Regulasi emosi adalah kemampuan seseorang untuk tetap tenang di bawah tekanan. Penelitian menunjukkan bahwa orang yang memiliki kemampuan mengatur emosinya lebih mampu mengatasi kesulitan dengan menjaga dan membangun hubungan dengan orang lain.

Pengendalian impuls adalah kemampuan mengendalikan tekanan, kesukaan, dorongan hati, dan keinginan yang muncul dalam diri seseorang. Orang dengan pengendalian diri yang rendah mengalami percepatan perubahan emosi yang

pada akhirnya mengendalikan pikiran dan tindakannya.

Analisis penyebab masalah, mengacu pada kemampuan untuk menentukan dengan tepat masalah yang dihadapi. Ada sebuah konsep yang berkaitan erat dengan menganalisis pemicu masalah: gaya berpikir eksplanatif.

Gaya berpikir eksplanatif merupakan metode yang umum digunakan untuk menafsirkan apa yang dialami, baik atau buruk.

Empati adalah cara mengenali tanda-tanda psikologis dan emosional orang lain. Orang yang berempati memiliki kemampuan menafsirkan bahasa nonverbal orang lain, seperti bahasa tubuh, nada suara, dan ekspresi wajah, untuk merasakan apa yang dirasakan atau dipikirkan seseorang.

Efikasi diri merupakan keyakinan bahwa seseorang dapat secara efektif menyelesaikan permasalahan yang muncul dan mempunyai keberanian menghadapi permasalahan secara langsung. Selain itu, efikasi diri merupakan keyakinan bahwa seseorang mampu berhasil dan mencapai kesuksesan. Orang dengan efikasi diri yang tinggi percaya bahwa setiap permasalahan ada solusinya dan tidak menyerah meskipun solusi yang digunakan gagal.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Film *Sleep Call* mengisahkan Dina (Laura Basuki), seorang mantan pramugari yang kini terjebak dalam dunia pinjaman online (pinjol)

ilegal, membuat hidupnya semakin sulit. Sebelumnya, Dina digambarkan sebagai seseorang yang trauma dan kesepian. Untuk mengatasi rasa kesepian, ia mencoba mencari kebahagiaan melalui aplikasi kencan yang menarik perhatiannya, merasa bahwa aplikasi tersebut bisa mengusir rasa kesepian yang dirasakannya. Di aplikasi kencan, Dina bertemu dengan Rama (Juan Bio One), seorang pria yang mempesona namun penuh misteri, dan ia segera tertarik padanya. Mereka sering berkomunikasi melalui panggilan malam yang dikenal sebagai *Sleep Call*.

Hubungan intens antara Dina dan Rama memberikan Dina kebahagiaan yang membuatnya melupakan kesedihan dan masalah yang ada di hadapannya, meskipun hubungan tersebut berkembang menjadi adiktif dan rumit. Seiring waktu, *sleep call* yang awalnya menyenangkan berubah menjadi menegangkan. Dina mulai menerima teror melalui *sleep call* yang menakutkan, mengganggu ketenangannya. Akhirnya, *sleep call* tersebut menyebabkan kematian dan meninggalkan sebuah misteri.

Berdasarkan analisis Film *Sleep Call* karya Fajar Nugros, peneliti menemukan 10 adegan yang merepresentasikan ketahanan individu. Pada dasarnya resiliensi individu yang dimaksud peneliti yaitu bagaimana sosok Dina ini menghadapi berbagai permasalahan

yang dihadapinya oleh dirinya sendiri tanpa ada peran keluarga yang mendampingi hingga ia dewasa. Karena sejak Dina kecil Ibu Dina dipukuli oleh Bapaknya, Dina hanya bisa melihat saja Ketika Ibunya dipukuli Bapaknya sampai babak belur. Namun Dina masih memilih peduli kepada Ibunya, tetapi pada keesokan harinya Dina begitu kecewa ketika ia merasa hubungan dengan Ibunya sudah dihancurkan saat Ibunya lebih memilih seekor kucing dibandingkan dengan dirinya.

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti pada film *Sleep Call* mengenai “Resiliensi Individu Pada Film *Sleep Call* karya Fajar Nugros”. Hasil penelitiannya sebagai berikut.

Tabel 1. Indikator Aspek Resiliensi

Aspek Resiliensi	Adegan
Regulasi Emosi	1
Pengendalian Impuls	3
Analisis Penyebab Masalah	2
Empati	2
Efikasi Diri	2
Total	10

Sumber: diadaptasi dari aspek kemampuan yang membentuk resiliensi (Reivich & Shatte, 2002)

Aspek Regulasi Emosi

Pada aspek ini peneliti menemukan 1 adegan yang menggambarkan aspek regulasi emosi. Adegan yang terindikasi pada aspek

resiliensi ‘regulasi emosi’ yang dialami oleh Dina, yakni:

Gambar 1. Adegan ke-1 aspek regulasi emosi



Sumber: Amazon Prime Video - *Sleep Call*, Time code: 00:27:10 – 00:28:35

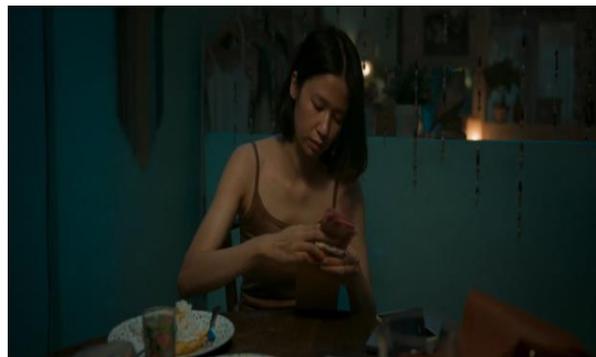
Adegan yang menggambarkan Dina yang memulai harinya sampai di tengah kesibukan kerja yang berat sebagai *debt collector* dan beban pikiran yang dimilikinya. Dina tetap mencoba tenang dengan sebuah teh saset yang ia bawa dari rumah agar dapat mengendalikan dirinya walau di tengah tertekannya Dina dalam kehidupannya.

Adegan ini menunjukkan Dina dapat mengontrol dirinya walau di tengah tertekannya Dina dalam kehidupannya. Menurut Reivich & Shatte, seseorang memiliki regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang meski berada di bawah tekanan. Penelitian menunjukkan orang yang mempunyai kemampuan dalam mengatur emosinya lebih mampu mengatasi kesulitan dengan menjaga dan membangun hubungan dengan orang lain (Alisabana, 2022).

Aspek Pengendalian Impuls

Pada aspek ini peneliti menemukan 3 adegan yang menggambarkan aspek pengendalian impuls. Adegan yang terindikasi pada aspek resiliensi ‘pengendalian impuls’ yang dialami oleh Dina, yakni:

Gambar 2. Adegan ke-1 aspek pengendalian impuls



Sumber: Amazon Prime Video - *Sleep Call*, Time code: 00:12:44 – 00:13:00

Adegan yang menggambarkan Dina menyisihkan sebagian uangnya untuk biaya Ibunya di rumah sakit. Adegan ini digambarkan melalui *voice over* Dina.

Dina: “*biaya berobat dan rumah sakit, bikin aku akhirnya terpaksa ninggalin apa yang selama ini selalu pengen aku perjuangkan*”

Adegan ini memperlihatkan sosok Dina yang begitu peduli dengan Ibunya dengan menyisihkan uangnya untuk membiayai berobat dan rumah sakit Ibunya. Seseorang yang mampu mengontrol tekanan, kesukaan, dorongan, serta keinginan yang muncul pada dirinya (Reivich & Shatte dalam Alisabana, 2022).

Gambar 3. Adegan ke-2 aspek pengendalian impuls



Sumber: Amazon Prime Video - *Sleep Call*, Time code: 00:13:20 – 00:13:36

Adegan yang menggambarkan Dina duduk di warung dengan menggunakan pakaian atribut pramugari lengkap sedang berbicara dengan *debt collector* melalui *handphone*. Adegan tersebut juga dapat digambarkan melalui dialog tersebut:

Debt collector: “*jadi kek mana ini kamu mau bayar nih pukimak!*”

Dina: “*Mas, Saya belum punya duit, Saya baru aja anterin Ibu Saya ke rumah sakit*”

Debt collector: “*kalo kamu gak bisa bayar, aku sebarin nomor kontak kamu ke keluarga kamu, ke tetangga kamu, kek mana kamu!*”

Adengan ini menggambarkan Dina yang lebih memikirkan kepentingan Ibunya dibandingkan kepentingannya sendiri. Dina yang bekerja sebagai pramugari pun belum cukup untuk membiayai rumah sakit Ibunya, sampai ia memutuskan menggunakan pinjaman *online* (pinjol) demi bisa mencukupi biaya rumah sakit Ibunya. Menurut Reivich & Shatte, individu yang mampu mengontrol tekanan

dan dorongan yang muncul pada dirinya (Alisabana, 2022).

Gambar 4. Adegan ke-3 aspek pengendalian impuls



Sumber: Amazon Prime Video - *Sleep Call*, Time code: 00:13:37 – 00:13:48

Adengan yang masih bersambungan dengan adengan sebelumnya. Adegan ini menggambarkan Dina yang sedang berbicara dengan Rama di pinggir danau. Adegan tersebut juga dapat digambarkan melalui monolog tersebut:

Dina: “*Aku terpaksa lari ke pinjol (pinjaman online), terus gabisa bayar*”

Dina: “*semua orang kantor tau*”

Dina: “*Akhirnya... Aku dipecat*”

Adegan ini menggambarkan pengorbanan Dina atas kepeduliannya kepada Ibunya, ia bahkan sampai mempertaruhkan pekerjaannya dengan menggunakan pinjaman *online* (pinjol) yang beresiko agar dapat membiayai rumah sakit Ibunya. seseorang yang dapat mengontrol tekanan dan dorongan yang muncul pada dirinya (Reivich & Shatte dalam Alisabana, 2022).

Aspek Analisis Penyebab Masalah

Pada aspek ini peneliti menemukan 2 adegan yang menggambarkan aspek analisis penyebab masalah. Adegan yang terindikasi pada aspek resiliensi ‘analisis penyebab masalah’ yang dialami oleh Dina, yakni:

Gambar 5. Adegan ke-1 aspek analisis penyebab masalah



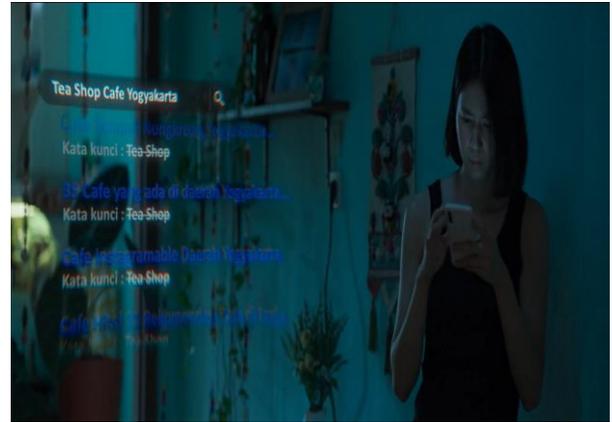
Sumber: *Amazon Prime Video - Sleep Call*, Time code: 01:08:26 – 01:09:37

Adegan yang menggambarkan Dina di ruang tamu sedang menganalisa kejadian-kejadian yang telah dialaminya secara terperinci, setelah mendapat kabar bahwa Bayu mengalami kecelakaan setelah pergi bersama Dina.

Adegan ini menggambarkan Dina adalah orang yang dapat menganalisa kejadian secara terperinci guna untuk mencari jawaban atas kejadian tersebut. Menurut Reivich & Shatte, ada sebuah konsep yang berkaitan erat dengan menganalisis pemicu masalah: gaya berpikir eksplanatif. Gaya berpikir eksplanatif

merupakan metode yang umum digunakan untuk menafsirkan apa yang dialami, baik atau buruk (Alisabana, 2022).

Gambar 6. Adegan ke-2 aspek analisis penyebab masalah



Sumber: *Amazon Prime Video - Sleep Call*, Time code: 01:17:38 – 01:17:57

Adegan yang menggambarkan Dina di rumahnya sedang mencoba menganalisa kejadian yang tengah dialaminya. Pada adegan ini Dina mencoba mencari tahu dan menganalisa keberadaan sosok Rama, karena Dina menganggap bahwa Rama yang sudah menolongnya berkali-kali.

Adegan ini dapat membuktikan bahwa Dina adalah orang yang detail akan tiap hal-hal kecil yang ia ketahui tentang seseorang yang akan ia cari dan analisa lebih dalam guna untuk menemukan kebenaran di kehidupannya. konsep yang berkaitan erat dengan menganalisis pemicu masalah: gaya berpikir eksplanatif. Gaya berpikir eksplanatif merupakan metode yang umum digunakan

untuk menafsirkan apa yang dialami, baik atau buruk (Reivich & Shatte dalam Alisabana, 2022).

Aspek Empati

Pada aspek ini peneliti menemukan 2 adegan yang menggambarkan aspek empati. Adegan yang terindikasi pada aspek resiliensi ‘empati’ yang dialami oleh Dina, yakni:

Gambar 7. Adegan ke-1 aspek empati



(Sumber: Amazon Prime Video - Sleep Call, Time code: 00:14:40 – 00:15:09)

Adegan yang menggambarkan Dina yang bekerja sebagai *debt collector* sedang menagih hutang pinjaman ke Pak Iwan. Adegan tersebut juga dapat digambarkan melalui dialog tersebut:

Dina: “Pak Iwan, Saya ingin ingatkan soal pinjaman Bapak yang jatuh tempo. Kira-kira kapan bisa mulai pembayarannya?”

Pak Iwan: “Saya tuh... Saya tuh belum punya duit. Saya baru antar Ibu ke rumah sakit, tolonglah Bu pengertiannya”

Dina: “Saya bisa kasih Bapak keringanan waktu pembayaran, tapi jangan sampai yang lain tau ya Pak”

Adegan ini menggambarkan sosok Dina yang memiliki empati kepada orang lain, Dina mencoba memposisikan dirinya sebagai Pak Iwan. Rasa empati Dina dipicu oleh adegan *flashback* Dina yang dahulu pernah terjatuh hutang pada pinjaman *online* (pinjol) untuk biaya Ibunya ke rumah sakit. Menurut Hurlock, empati adalah kemampuan pada seseorang untuk memahami perasaan dan emosi yang sedang dialami orang lain serta kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain (Asih & Pratiwi, 2010).

Gambar 8. Adegan ke-2 aspek empati



(Sumber: Amazon Prime Video - Sleep Call, Time code: 00:38:18 – 00:39:03)

Adegan yang menggambarkan Dina dengan Ibunya di ruang tengah, Ibu Dina dalam keadaan sudah banyak luka lebam di mukanya akibat dipukuli oleh Ayah Dina. Adegan tersebut juga dapat digambarkan melalui dialog tersebut:

Ibu Dina: “Nak, minum yaa... minum bareng sama Ibu... ya?”

Ibu Dina: “ayok”

Dina: *menghempaskan minuman yang dipegang Ibunya lalu memeluk Ibunya “jangan Bu... jangan... ada Dina di sini Bu” melepas kembali pelukannya “ada Dina” lalu memeluk kembali Ibunya.*

Adegan ini menggambarkan Dina yang memiliki perasaan empati kepada Ibunya yang tengah mengalami stress akibat KDRT (Kekerasan Dalam Rumah Tangga) yang dilakukan oleh Ayah Dina. Empati merupakan cara mengenali tanda-tanda psikologis dan emosional orang lain. Orang yang berempati memiliki kemampuan menafsirkan bahasa nonverbal orang lain, seperti bahasa tubuh, nada suara, dan ekspresi wajah, untuk merasakan apa yang dirasakan atau dipikirkan seseorang (Reivich & Shatte dalam Alisabana, 2022).

Aspek Efikasi Diri

Pada aspek ini peneliti menemukan 2 adegan yang menggambarkan aspek efikasi diri. Adegan yang terindikasi pada aspek resiliensi ‘analisis efikasi diri’ yang dialami oleh Dina, yakni:

Gambar 9. Adegan ke-1 aspek efikasi diri



(Sumber: Amazon Prime Video - *Sleep Call*, Time code: 00:39:04 – 00:39:20)

Adegan yang menggambarkan Dina yang berada di dapur rumahnya sambil menggemang sebuah pisau di tangannya karena sudah putus asa dengan semua masalah yang membuat Dina ingin mengakhiri hidupnya. Namun, Dina teringat akan Ibunya. Rasa sayang Dina yang begitu mendalam kepada Ibunya pada akhirnya mendorong Dina untuk tidak mengakhiri hidupnya.

Adegan ini menggambarkan Dina yang mampu melewati tekanan dan berbagai masalah dalam hidupnya serta berpikir untuk tidak menyerah begitu saja. Menurut Reivich & Shatte, keyakinan pada diri sendiri untuk mampu berhasil guna untuk meraih kesuksesan. Bahwa dalam setiap permasalahan pasti terdapat solusinya serta tidak menyerah pada saat solusi yang dipakainya mengalami kegagalan (Alisabana, 2022).

Gambar 10. Adegan ke-2 aspek efikasi diri



(Sumber: Amazon Prime Video - *Sleep Call*, Time code: 01:32:22 – 01:33:19)

Adegan yang menggambarkan bahwa Dina mampu melewati banyak tekanan dan juga permasalahan yang dialaminya dengan

tidak menyerah begitu saja. Dina mampu meraih apa yang sejak kecil Dina inginkan, yaitu lebih dekat dengan ibunya.

Adegan ini menunjukkan karakter Dina yang tidak mudah menyerah meski banyak tekanan dan masalah. Seseorang harus memiliki kepercayaan guna menyelesaikan serta berani berhadapan langsung dengan permasalahan yang menyimpannya secara efisien. Keyakinan pada diri sendiri mampu berhasil serta meraih kesuksesan. Orang dengan efikasi diri yang tinggi percaya bahwa setiap permasalahan ada solusinya (Reivich & Shatte dalam Alisabana, 2022).

Resiliensi Individu

Resiliensi adalah konsep yang dikemukakan dari para ahli behavioral terkait konstruk psikologi dalam menafsirkan dengan cara melihat, mengartikan serta mengukur kemampuan seseorang untuk berkembang dan bertahan dalam keadaan tertekan (*adverse conditions*) serta guna melihat kapasitas seseorang untuk kembali pulih (*recovery*) dari kondisi tertekan dalam pengalaman hidupnya (McCubbin, 2001). Sesuai pandangan menurut Reivich & Shatte (2002), resiliensi merupakan kemampuan untuk menanggapi secara produktif dan sehat pada saat dihadapkan dengan suatu permasalahan, yang dibutuhkan guna pengelolaan tekanan hidup dalam keseharian.

Tingkatan stress pada individu dalam situasi perjalanan hidupnya, sangat dipengaruhi oleh adanya resiliensi pada masing-masing individu (Setyowati et al., 2010). Menurut Sudaryono (2007), menjelaskan bahwa seorang resilien sudah mengetahui bagaimana harus menyikapi saat dihadapkan pada suatu masalah beserta pemecahan masalahnya. Meskipun lingkungan yang tidak menentu, seorang individu harus tetap berkembang dan belajar tentang pengalaman yang telah terjadi serta harus dapat mampu beradaptasi dengan cepat. Sebagai seorang *debt collector*, pekerjaan yang harus harus mempunyai tingkat resiliensi tinggi sebab ia akan dihadapkan langsung dengan berbagai tekanan, tantangan, serta risiko nantinya yang akan menyimpannya (Alisabana, 2022).

Peran Keluarga

Keluarga berperan penting dalam membesarkan anak, mewariskan norma dan etika sosial budaya dari generasi ke generasi, serta beradaptasi dengan perkembangan saat ini. Keluarga memegang peranan penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia, dan setiap individu perlu mendapatkan pendidikan moral sejak dini.

Selain tingkat pendidikan formal, konsep moral seseorang juga menjadi salah satu indikator keberhasilan pembangunan. Perkembangan ilmu pengetahuan dan

teknologi berperan penting dalam mempengaruhi sikap dan kecerdasan generasi muda sebagai penerus bangsa.

Keluarga sebagai lembaga pertama bagi anak mempunyai peranan penting dalam pembentukan akhlak anak. Oleh karena itu, keluarga harus menanamkan nilai-nilai seperti kejujuran, integritas, kesabaran, kasih sayang, cinta, kemurahan hati (Puspytasari, 2022).

Film Sebagai Penyampaian Pesan Efektif

Film merupakan salah satu bentuk seni yang mempunyai nilai seni yang unik dan mampu menarik perhatian banyak orang. Tanpa kita sadari, film telah menjadi bagian dari gaya hidup modern dan dapat ditonton dalam berbagai format: di bioskop, kaset, dan televisi. Film mengemas dan menyajikan berbagai cerita dan pengalaman hidup dengan cara yang menarik. Dalam konteks komunikasi, film dapat dijadikan sebagai media penyampaian pesan yang bertujuan untuk mengubah sikap, perilaku, dan cara pandang masyarakat (Mudjiono, 2011).

Sama halnya dengan komunikasi massa adalah proses penyampaian pesan kepada publik yang melibatkan media massa dalam distribusinya. Film dan media massa berbeda, namun saling berkaitan. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, komunikasi massa menggunakan media massa untuk

menyebarkan pesannya, dan salah satu media massa yang sangat efektif saat ini adalah film. Film sangat cocok digunakan dalam komunikasi massa yang bersifat persuasif. Fungsi film sering kali sejalan dengan fungsi komunikasi massa, meliputi: fungsi informasi seperti dalam berita; fungsi instruksi yang terlihat dalam film pendidikan; fungsi persuasif yang ditemukan dalam film dokumenter; serta fungsi hiburan yang umum pada film cerita (Mustofa, 2022).

Penutup

Menurut hasil penelitian dan pembahasan terkait film *Sleep Call*, peneliti dapat menyimpulkan bahwa film tersebut mengandung aspek resiliensi pada tokoh Dina. Ditemukan sebanyak 10 adegan yang menggambarkan aspek resiliensi. Aspek tersebut didapatkan melalui hasil dari percakapan, ekspresi maupun pesan yang terkandung dalam adegan film *Sleep Call*. Tokoh Dina cukup menggambarkan aspek resiliensi individu, yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, analisis penyebab masalah, empati, dan efikasi diri. Dalam film *Sleep Call*, peran keluarga dalam ketahanan diri Dina tidak dapat terpenuhi.

Kurangnya peran keluarga dalam film *Sleep Call*, dapat mempengaruhi ketahanan diri Dina. Hal ini bisa dilihat pada

ketidakstabilan mental diri Dina, yaitu akibat dari ketidakharmonisan keluarga Dina, kurangnya peran orang tua dalam tumbuh kembang Dina, kurangnya komunikasi Dina dengan orang tua Dina, dan kedekatan antara orang tua dengan anak.

Daftar Pustaka

- Afarat Y Gusti. (2018). Membongkar Isi Pesan dan Media dengan Content Analysis Gusti Yasser Arafat UIN Antasari Banjarmasin. *Jurnal Alhadrah*, 17(33), 32–48. <https://jurnal.uin-antasari.ac.id>
- Alfando, J. (2021). *Analisis Semiotika Dalam Film Parasite*. 2–3.
- Alisabana, S. T. (2022). Hubungan empati dengan resiliensi relawan tim tanggap darurat bencana Palang Merah Indonesia Kabupaten Malang. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 17(1), 11–25. <https://doi.org/10.26905/jpt.v17i1.8068>
- Ardiansyah, A., & Kusuma, A. S. (2024). Representasi Sosio-Nasionalisme Indonesia dalam Film the East. *Jurnal Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 8(1), 58–72.
- Asih, G. Y., & Pratiwi, M. M. S. (2010). Perilaku Prososial Ditinjau Dari Empati Dan Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi Universitas Muria Kudus*, 1(1), 33–42. http://eprints.umk.ac.id/268/1/33_-_42.PDF
- Asri, R. (2020). Membaca Film Sebagai Sebuah Teks: Analisis Isi Film “Nanti Kita Cerita Tentang Hari Ini (NKCTHI).” *Jurnal Al Azhar Indonesia Seri Ilmu Sosial*, 1(2).
- Baran, S. J. (2012). *Pengantar Komunikasi Massa Jilid 1* (5th ed.). Erlangga.
- Bisri Mustofa, M. (2022). Fungsi Komunikasi Massa Dalam Film. *At-Tawasul*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.51192/ja.v2i1.324>
- Bone, U. M. (2019). *Analisis Naratif, Analisis Konten, dan Analisis Semiotik*. January. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.21963.41767>
- Dewi, E. N. (2017). Film Dan Konstruksi Sosial. *ResearchGate*, December 2017, 2–5. https://www.researchgate.net/publication/332697326_Film_dan_Konstruksi_Sosial
- Gracia, J. A., Budiana, D., Megawati, & Prodi, W., Komunikasi, I., Kristen, U., & Surabaya, P. (2021). Representasi Disfungsi Keluarga dalam Film Nanti Kita Cerita Tentang Hari Ini. *Jurnal E-Komunikasi*, 9(2).
- Herlina, D. (2023). Analisis Semiotika Dalam Film Miracle In Cell No. 7. *UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU*.
- Karman. (2015). Konstruksi Realitas Sosial Sebagai Gerakan Pemikiran (Sebuah Telaah Teoretis Terhadap Konstruksi Realitas Peter L. Berger). *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Komunikasi Dan Informatika*, 5(3), 11–23.
- Kartika, A. N. C., Ani, G. S., Nurafifah, S. H., & Wijaya, V. E. (2023). Faktor-Faktor Penyebab Disharmonisasi Keluarga Menurut Mahasiswa. *Jurnal Universitas Pendidikan Indonesia*. <https://www.researchgate.net/publication/366877772>
- Lestari, S. (2016). *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanaman Konflik Dalam Keluarga*. Prenada Media.
- Makmur, R., Kuswarno, E., Novianti, E., & Syafirah, N. A. (2018). Bahasa Minang Pondok dalam Komunikasi Antarbudaya Masyarakat Tionghoa Kota Padang.

- Jurnal Kajian Komunikasi*, 6(2), 133.
<https://doi.org/10.24198/jkk.v6i2.15302>
- McCubbin, L. (2001). Challenges to the definition of Resilience. *Education Resources Information Center*, 1–20.
- Mudjiono, Y. (2011). Kajian Semiotika Dalam Film. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 1(1), 125–138.
<https://doi.org/10.15642/jik.2011.1.1.125-138>
- Negara, A. N., Lyona, C. A., Dalimunthe, M., Iswinarti, & Karmiyati, D. (2023). Faktor Kesepian pada Remaja: Tinjauan Sistematis. *Nusantara Journal of Multidisciplinary Science*, 1(4).
- Nicmanis, M. (2024). Reflexive Content Analysis: An Approach to Qualitative Data Analysis, Reduction, and Description. *International Journal of Qualitative Methods*, 23, 1–12.
<https://doi.org/10.1177/16094069241236603>
- Nuraeni, A., & Rosiah, R. (2023). Tugas Keluarga Dalam Pemeliharaan Kesehatan dan Pencegahan Stunting Pada Balita di Subang. *Jurnal Ilmiah Ilmu Dan Teknologi Rekayasa*, 5(1), 46–51.
<https://doi.org/10.31962/jiitr.v5i1.149>
- Puri, L. K. (2024). *Representasi Keadilan Hukum Pada Film Miracle In Cell No. 7 Versi Indonesia (Analisis Semiotika)*. 7.
- Puspytasari, H. H. (2022). Peran Keluarga dalam Pendidikan Karakter bagi Anak. *Jurnal Pendidikan Islam*, 6(1), 1–10.
- Rusandi, & Muhammad Rusli. (2021). Merancang Penelitian Kualitatif Dasar/Deskriptif dan Studi Kasus. *Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*, 2(1), 48–60.
<https://doi.org/10.55623/au.v2i1.18>
- Setyowati, A., Hartati, S., & Sawitri, D. R. (2010). Resiliensi Pada Siswa Penghuni Rumah Damai. *Psikologi Undip*, 7(1), 67–77.
- Sudaryono. (2007). Resiliensi Dan Locus of Control Guru dan Staf Sekolah Pasca Gempa. *Jurnal Kependidikan: Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 37(1), 55–70.
- Zellatifanny, C. M., & Mudjiyanto, B. (2018). Tipe Penelitian Deskripsi dalam Metode Penelitian. *Diakom: Jurnal Media Dan Komunikasi*, 1(2), 83–90.
https://www.researchgate.net/profile/Cut-Zellatifanny/publication/332168438_TIP_E_PENELITIAN_DESKRIPSI_DALAM_ILMU_KOMUNIKASI/links/5f8ea114a6fdccfd7b6e9d1a/TIPE-PENELITIAN-DESKRIPSI-DALAM-ILMU-KOMUNIKASI.pdf