Nama : Ilmira Yulfihani

NPM : 5210411329

**TUGAS PENGEMBANGAN KEPRIBADIAN**

**REVIEW DAN ANALISIS FILM INSIDE OUT**

Film “*Inside Out*” adalah salah satu film animasi besutan Walt Disney Picture, yang disutradarai oleh Pete Docter. Film ini sangat unik, karena walaupun isi ceritanya sebenarnya berat, namun dapat dikemas dan disajikan menjadi sebuah cerita yang ringan dan menyenangkan, sehingga dapat dinikmati oleh semua umur. Di satu sisi, film ini bisa menjadi sejatinya film animasi, yaitu saat ditonton oleh anak-anak sebagai hiburan, karena gambar-gambar dan visualnya yang menarik. Di sisi lain, film ini juga bisa menjadi film yang memiliki makna dalam dan sangat menguras emosi, yaitu saat ditonton oleh orang dewasa. Sesuai dengan namanya, film ini menceritakan tentang *“inside” and “out” of human*. Ya, tentang seorang tokoh dan yang ada dalam dirinya. Karakter utama dalam film ini juga terbagi menjadi dua, yaitu *Joy* dan *Sadness* yang menjadi karakter utama dalam kehidupan *“inside”*, dan Riley yang menjadi karakter utama dalam kehidupan *“out”*. Namun, kedua kehidupan ini saling berhubungan, dimana kehidupan “*inside*” ini adalah kehidupan atau kondisi pikiran dan perasaan yang ada dalam diri seseorang atau “*out*”. Karakter lain dalam film ini adalah Ayah Riley, Ibu Riley (out), Fear, Disgust, Anger (inside), dan masih banyak lagi. Konflik dalam film ini dimulai Ketika Riley dan keluarganya pindah rumah ke San Fransisco dan konflik antara Joy dan Sadness karena mereka mempertahankan keegoisannya satu sama lain. Dari konflik tersebut, terjadi beberapa masalah - masalah yang muncul, mulai dari Joy dan Sadness yang tersedot keluar dari pusat pikiran, sampai Riley yang menjadi mati rasa. Namun, semua masalah bisa terselesaikan dengan perjuangan Joy dan Sadness untuk kembali menuju pusat pikiran, dan mengembalikan setiap emosi yang dimiliki Riley.

Berdasarkan isi ceritanya, konsep ilmu yang terdapat dalam film *Inside Out* ini adalah konsep ilmu intrapersonal skill dan interpersonal skill. Lebih tepatnya konsep ilmu tentang “pengaruh intrapersonal skill terhadap interpersonal skill”. Konsep ilmu intrapersonal skill ditandai dengan pengaturan setiap emosi, perasaan, pikiran, dan apapun yang ada dalam diri Riley. Sedangkan konsep ilmu interpersonal skill ditandai dengan setiap reaksi, tindakan, atau perlakuan Riley kepada orang-orang di sekitarnya. Nah, dengan adanya pengaturan atau kontrol intrapersonal skill, hal itu sudah pasti dapat berpengaruh dalam pengimplementasian interpersonal skill. Setiap pikiran dan perasaan yang kita punya pasti akan berpengaruh terhadap reaksi dan perlakuan kita untuk orang lain. Sebagai contoh dalam film tersebut, yaitu saat emosi Riley dikontrol oleh Fear, Disgust, dan Anger. Perilaku Riley sangat berbeda dibandingkan saat emosinya terkontrol oleh Joy, Riley menjadi anak yang murung, pemarah, dan selalu menanggapi semua perkataan orang tuanya dengan ketus, sehingga membuat orang tua Riley kebingungan. Di lain scene ada pada saat Riley sedang mendengarkan temannya berbicara tentang tim Hoki via video call di laptop. Saat itu emosi Riley dikontrol oleh Anger, sehingga dia menjadi marah kepada temannya dan mengakibatkan pulau persahabatan hancur.

Walaupun konsep ilmu yang terdapat dalam film ini adalah konsep intrapersonal dan interpersonal skill, namun dapat dilihat lebih detail lagi kalau hal yang lebih terhighlight dalam film ini adalah konsep intrapersonal skill, yaitu tentang pengendalian dan kecerdasan emosi pada seseorang. Sebelum membahas lebih lanjut, kita kembali ke karakter-karakter yang ada pada film, khususnya pada karakter di kehidupan “*inside*”. Selain karakter Joy dan Sadness, ada pula karakter lain yaitu Fear, Disgust, dan Anger. Kelima karakter itu merupakan karakter emosi yang mengontrol segala aktivitas dan pikiran Riley. Joy merupakan karakter yang memberikan perasaan senang, gembira, konyol, dan riang, yang merupakan karakter pertama yang muncul saat Riley lahir. Sadness adalah karakter yang memiliki peran untuk memberikan perasaan sedih. Fear adalah karakter yang memberikan perasaan takut, Disgust memberikan perasaan jijik, dan Anger memberikan perasaan marah. Nah, penggambaran kelima karakter ini sebenarnya merupakan lima emosi dasar yang dimiliki setiap manusia. Film ini terinspirasi dari teori psychoevolutionary dari teori Robert Plutchik yang mengusulkan bahwa kita memiliki delapan emosi dasar, yaitu : Joy (riang), Trust (percaya), Fear (takut), Surprise (terkejut), Sadness (sedih), Disgust (jijik), Anger (marah), dan Anticipation (antisipasi). Yang dalam film tersebut hanya digambarkan 5 emosi dasar.

Salah satu konflik yang memunculkan masalah dalam film ini adalah setiap karakter yang berusaha untuk selalu ingin menunjukkan karakternya masing-masing, apalagi konflik besarnya adalah Joy dan Sadness yang saling berebut untuk memunculkan karakternya, Selain itu, karakter Joy di awal film sangat ingin menjadi dominan dengan terus berusaha melakukan apapun untuk membuat Riley riang dan gembira. Dengan penggambaran watak-watak tokoh tersebut, dapat dikatakan bahwa saat ini seseorang hanya terfokus pada satu emosi saja: kebahagiaan. Seolah-olah manusia di dunia ini dituntut untuk selalu gembira dan bahagia. Padahal kebahagiaan tidak selamanya tentang kegembiraan, terkadang kita perlu mengingat emosi lain, seperti kesedihan. Hal itu diperlukan untuk membentuk sebuah keseimbangan emosi dalam diri manusia. Seperti halnya Riley yang merasa bahagia ketika mengingat memori kesedihan yang pernah ia alami, seperti halnya saat Joy menyadari bahwa Riley dapat merasakan suatu kebahagiaan dengan merasa sedih terlebih dahulu, kemudian dia bisa mendapat dukungan dari teman dan orang tuanya yang membuat dia menjadi bahagia.

Penyelesaian dari konflik yang ada di film ini juga tidak terlepas dari konsep intrapersonal skill. Perjuangan Joy dan Sadness untuk kembali ke pusat ingatan memberikan mereka banyak pelajaran. Joy sadar, bahwa suatu kejadian atau peristiwa tidak selalu hanya melahirkan satu emosi saja, tapi bisa melahirkan beberapa emosi yang saling berhubungan. Akhirnya, Joy dan Sadness menggabungkan emosi riang dan sedih menjadi satu ingatan, yaitu saat Riley pulang ke pelukan orang tuanya setelah dia mati rasa. Dengan penggabungan dari emosi riang dan sedih itu, mengakibatkan terjadinya penggabungan emosi-emosi lain yang dirasakan oleh Riley di peristiwa-peristiwa selanjutnya. Pada akhirnya, hidup Riley menjadi lebih berwarna dan dia bisa merasakan kebahagiaan yang sesungguhnya. Pesan yang ingin disampaikan dalam film ini adalah biarkan emosi dalam diri manusia mengalir begitu saja agar tercipta sebuah keseimbangan. Seseorang tidak bisa terus-menerus bahagia dan hanya mengingat kebahagiaan yang pernah ia dapatkan. Kadang kala ia pun harus merasakan dan mengingat emosi lain, seperti kemarahan, ketakutan, dan kesedihan yang pernah ia alami. Dengan kita bisa mengontrol diri dan mengenali diri, maka kita bisa mencapai manfaat dari intrapersonal skill, yaitu lebih menerima apapun emosi dalam diri kita.

DAFTAR PUSTAKA

*Nita Shopia. 2019. [Sinopsis dan Review] “INSIDE OUT”[Internet]. Tersedia di :* [*https://medium.com/@nitasophia05/sinopsis-dan-review-inside-out-cf4eba5e9ff5*](https://medium.com/@nitasophia05/sinopsis-dan-review-inside-out-cf4eba5e9ff5)*. Dikutip pada tanggal 15 Oktober 2021.*

*Nanda Ivan Ramadhan. Analisa Film Inside Out [Internet]. Tersedia di :* [*https://id.scribd.com/document/398529658/Analisa-Film-Inside-Out*](https://id.scribd.com/document/398529658/Analisa-Film-Inside-Out)*. Dikutip pada tanggal 15 Oktober 2021.*

*LPM Idea. 2017. Penggambaran Emosi Manusia dalam Film Inside Out [Internet]. Tersedia di :* [*https://www.ideapers.com/2017/02/emosi-manusia-dalam-film-inside-out.html*](https://www.ideapers.com/2017/02/emosi-manusia-dalam-film-inside-out.html)*. Dikutip pada tanggal 16 Oktober 2021.*