

Digital Democracy
Initiative



STORYTELLING TOOLKIT

Mengolah Pengalaman Sehari-hari Menjadi Cerita

Storytelling Toolkit :

Mengolah Pengalaman

Sehari-hari Menjadi Cerita © 2026

oleh Pamflet Generasi berlisensi di bawah

Creative Commons BY-NC-SA 4.0.

PENULIS

Yoga Palwaguna

PENYUNTING

Ael Napitupulu

Firdaus H.R.

Widya Rafifa Salsabila

PENINJAU

Syifa Syauqina

PERANCANG TATA LETAK & ILUSTRASI

Ican Kami

Dituliskan dan diterbitkan oleh:



PAMFLET

Perkumpulan Pamflet Generasi

Komplek Buncit Indah

Jalan Mimosa IV Blok E No. 17, Pejaten Barat

Pasar Minggu Jakarta Selatan 12510, Indonesia

www.pamflet.or.id

Email: pamfletindonesia@gmail.com

Publikasi ini merupakan bagian dari proyek Everyday Democracy, yang didukung oleh Tifa Foundation dan CIVICUS melalui Digital Democracy Initiative (DDI).

Daftar Isi



Mengapa Storytelling? — 1

BAGIAN I — 3

A. Mencari Pengalaman yang Bermakna — 4

Pengalaman yang bisa digunakan sebagai bahan bercerita dalam kerangka Everyday Democracy: — 4

Latihan 1. Mendokumentasikan Pengalaman Sehari-hari — 5

Latihan 2. Menggali Cerita Hidup sebagai Bank Pengalaman Bermakna — 5

Latihan 3. Catatan Pengamatan — 7

B. Merefleksikan Pengalaman Lebih Lanjut — 9

Melihat Posisi, Privilese, dan Kuasa dalam Pengalaman — 9

Latihan 4. Merefleksikan Pengalaman — 10

Latihan 5. Memilih Pengalaman untuk Dikembangkan Menjadi Cerita — 11

C. Pengembangan Cerita — 13

Mengembangkan Cerita: 4 Elemen dan Teknik Menulisnya — 13

Latihan 6. Menyusun Argumen dan Pesan untuk Audiens — 14

Latihan 7. Menyusun Struktur Cerita — 14

Latihan 8. Bercerita pada Audiens — 16

Menyesuaikan Cerita dengan Audiens — 17

D. Mengenal Format Cerita — 18

E. Keamanan dan Etika dalam Bercerita — 19

Latihan 9. Checklist Sebelum Membagikan Cerita — 21

BAGIAN II — 22

A. Proses Mengembangkan Cerita: dari Ide sampai Cerita Final — 23

Latihan 10. Menulis Draft Pertama — 23

Latihan 11. Sesi Feedback dari Teman — 24

Latihan 12. Merevisi Berdasarkan Umpan Balik — 25

Latihan 13. Checklist Cerita Final — 25

LEMBAR LATIHAN PESERTA — 26

Latihan 1. Mendokumentasikan Pengalaman Sehari-hari — 27

Latihan 2. Menggali Cerita Hidup sebagai Bank Pengalaman Bermakna — 28

Latihan 2. Menggali Cerita Hidup sebagai Bank Pengalaman Bermakna — 29

Latihan 3. Catatan Pengamatan — 31

Latihan 4. Merefleksikan Pengalaman — 32

Latihan 5. Memilih Pengalaman untuk Dikembangkan Menjadi Cerita — 33

Latihan 6. Menyusun Argumen dan Pesan untuk Audiens — 34

Latihan 7. Menyusun Struktur Cerita — 35

Latihan 8. Bercerita pada Audiens — 37

Latihan 9. Checklist Sebelum Membagikan Cerita — 38

Latihan 10. Menulis Draft Pertama — 39

Latihan 11. Sesi Feedback dari Teman — 40

Latihan 12. Merevisi Berdasarkan Umpan Balik — 41

Latihan 13. Checklist Cerita Final — 42

PANDUAN MENTOR — SESI LANJUTAN WORKSHOP STORYTELLING — 43

1. Konteks Singkat — 44

2. Jadwal dan Tahapan — 44

3. Panduan Per Tahap — 45

Tahap 1 — Penulisan Draf (Latihan 10) — 45

Tahap 2 — Menerima Umpan Balik (Latihan 11) — 45

Tahap 3 — Revisi dan Checklist Final (Latihan 12–13) — 46

4. Prinsip Pendampingan — 46

5. Checklist Pendampingan per Peserta — 47

SURVEI EVALUASI WORKSHOP STORYTELLING — 48

Bagian 0 — Profil Dasar Peserta — 49

Bagian 1 — Indikator Capaian Program — 50

Bagian 2 — Keterampilan Menulis Secara Rinci — 51

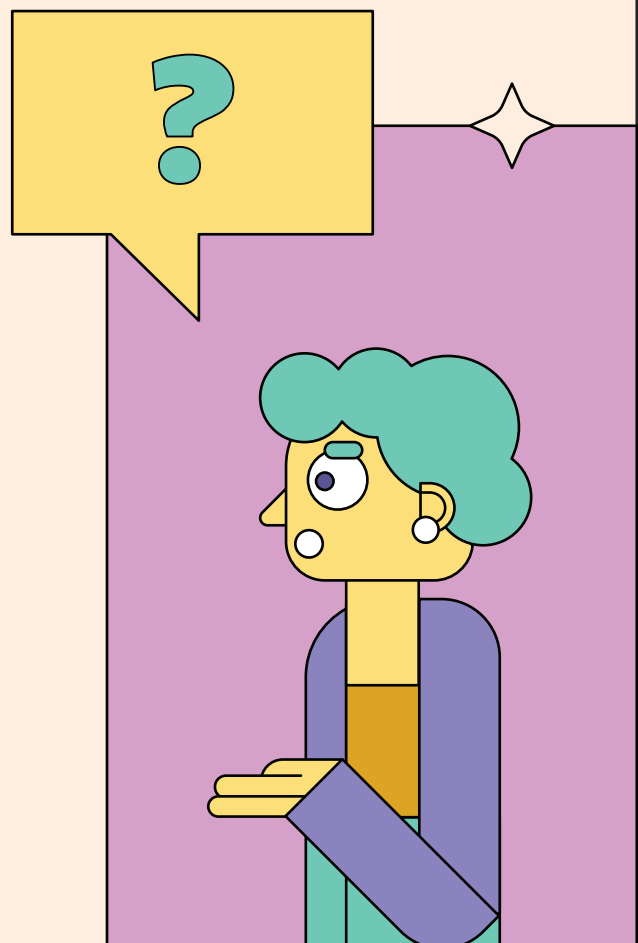
Bagian 3 — Evaluasi Fasilitasi Workshop — 52

Bagian 4 — Evaluasi Pendampingan Mentor — 53

Bagian 5 — Refleksi Terbuka — 54

Mengapa Storytelling?

Democracy Lab memandang demokrasi bukan sekadar sistem politik, melainkan cara kita hidup bersama, hadir setiap kali seseorang bersuara, dilibatkan atau diabaikan dalam sebuah keputusan, atau memilih untuk terlibat dalam persoalan yang memengaruhi hidup kita. Dalam kerangka ini, orang muda dipandang sebagai pemilik pengalaman, pengetahuan, dan agensi, bukan sekadar penerima pengetahuan. *Storytelling* atau penceritaan adalah salah satu cara paling terjangkau untuk mengekspresikan agensi tersebut. Melalui *storytelling*, orang muda dapat menuliskan dan membagikan pengalamannya, refleksi kritis atas pengalaman tersebut, juga menyampaikan pendapatnya. Praktik ini tidak hanya menegaskan bahwa pengalaman orang muda layak didengar sebagai sumber pengetahuan dalam membicarakan, merefleksikan, mengkritisi dan menilai kualitas kehidupan bersama kita, melainkan juga sebagai bentuk keterlibatan aktif dalam proses demokrasi yang menjadi landasan dalam menjalankan kehidupan bersama itu.



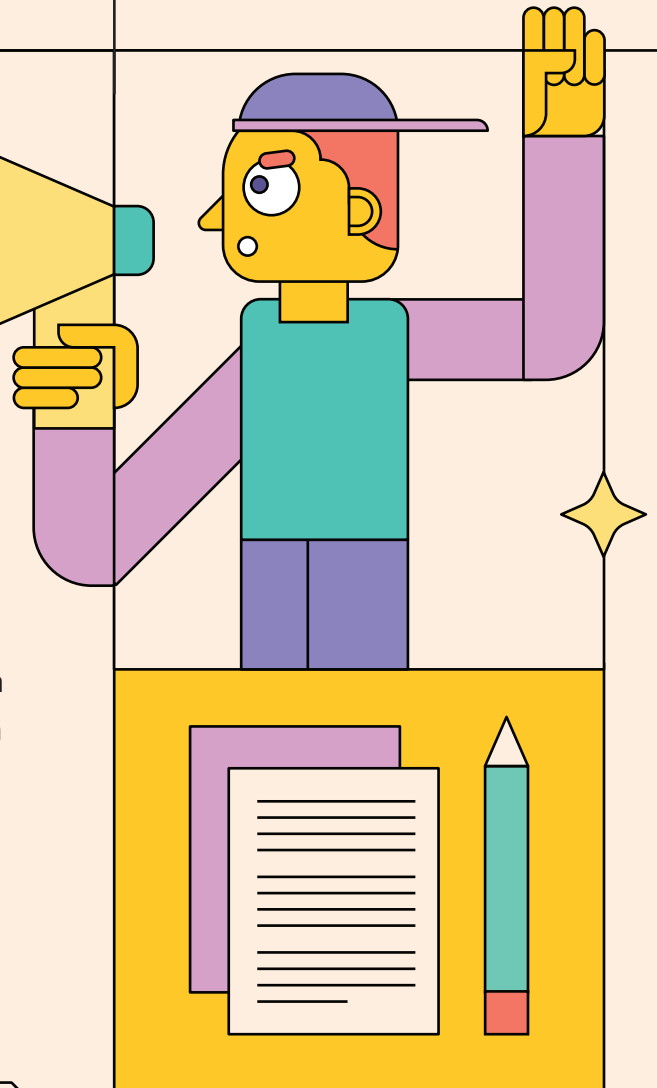
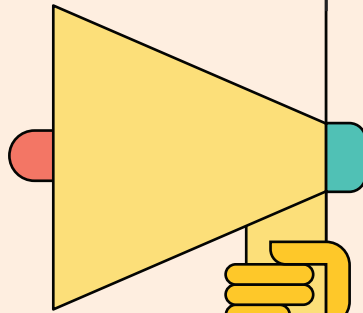
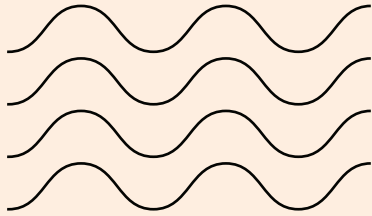
Toolkit ini bekerja dengan prinsip yang digunakan dalam *Democracy Lab*, yaitu menjadikan pengalaman keseharian sebagai sumber pengetahuan. Kesadaran dan keterlibatan aktif dalam demokrasi dimulai dari pengalaman yang dekat dan konkret, sebelum bergerak ke pemahaman yang lebih luas. Beberapa gagasan yang melandasi setiap bagian dalam *toolkit* ini:



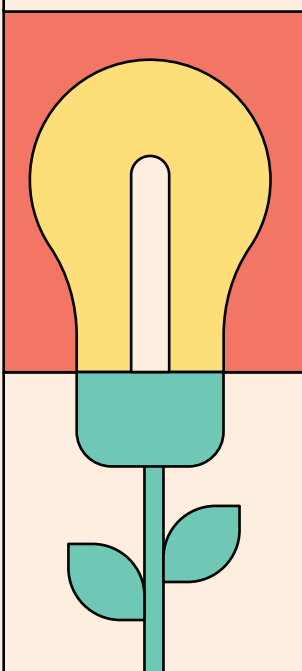
- Pengalaman personal digunakan sebagai titik berangkat. Refleksi tidak dimulai dari analisis sistem, melainkan pengalaman (dan pengamatan) sehari-hari, baru kemudian ditelusuri siapa yang punya kuasa, siapa yang terdampak, dan mengapa itu jadi persoalan bersama.
- Cerita personal bisa bergerak jadi kolektif. Sejalan dengan pergerakan Aku → Kita → Kehidupan Bersama, refleksi posisi dan kuasa diharapkan dapat mengubah pengalaman personal jadi bukti adanya persoalan bersama, dan ketika dibagikan, cerita ini berpotensi memantik percakapan dengan orang lain yang mengalami hal-hal serupa.
- Refleksi atas pengalaman kemudian dilatih untuk disuarakan melalui teknik *storytelling* (bercerita). Peserta akan dilatih untuk menyusun pengalaman dan penelurusan kritisnya menjadi medium komunikasi efektif untuk menyampaikan gagasannya sebagai pelaku aktif demokrasi, termasuk merangkai cerita, menyesuaikan cerita dengan audiens, dan lainnya.

Dengan begitu, *toolkit* ini adalah bentuk konkret dari tahap *Participate* dalam alur belajar *Democracy Lab* (*Understand* → *Locate* → *Participate*), di mana pemahaman dan refleksi yang sudah dibangun di dua pertemuan sebelumnya diubah menjadi penyampaian suara yang nyata di ruang publik.

BAGIAN I



Bagian satu dari storytelling toolkit ini disampaikan dalam format workshop, dipandu oleh fasilitator. Durasi workshop yang disarankan adalah maksimal empat jam, termasuk istirahat di dalamnya. Bagian ini terdiri dari penjelasan yang disampaikan oleh Fasilitator dan latihan-latihan yang dikerjakan langsung oleh peserta di dalam workshop. Bagian I terdiri dari beberapa tahapan utama:



1

Mencari Pengalaman yang Bermakna

2

Merefleksikan Pengalaman Lebih Lanjut

3

Pengembangan Cerita

4

Mengenal Format Cerita

5

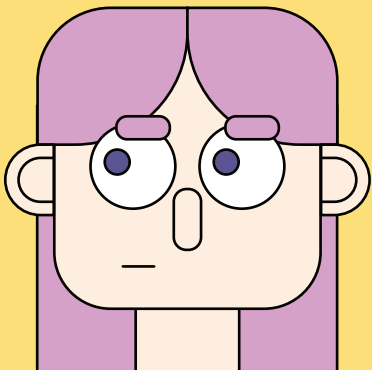
Keamanan dan Etika dalam Bercerita

A. Mencari Pengalaman yang Bermakna

Democracy Lab memahami demokrasi bukan sekadar sistem atau institusi politik, melainkan praktik kehidupan bersama, hadir setiap kali seseorang menyampaikan pendapat, membuat pilihan, dilibatkan maupun diabaikan dalam sebuah keputusan, atau berhadapan dengan orang lain yang punya kuasa berbeda darinya. Karena itu, pengalaman yang bermakna dalam kerangka ini adalah pengalaman yang bisa menunjukkan bagaimana suara, pilihan, kekuasaan, dan keputusan itu benar-benar hadir (atau tidak hadir) dalam kehidupan peserta sebagai warga, baik lewat pengalaman baik maupun buruk.

Dengan kata lain, pengalaman yang bermakna adalah pengalaman personal yang juga terkait dengan sistem yang bekerja secara lebih luas, atau dengan kata lain dipengaruhi oleh hal-hal sistemik, dan bisa dirasakan juga oleh orang lain sebagai sesama warga dalam sistem demokrasi yang sama. Sejalan dengan prinsip pengalaman sebagai sumber pengetahuan, peserta tidak perlu “meninggalkan” pengalamannya sehari-hari untuk mulai memahami demokrasi, justru pengalaman itulah yang menjadi titik mula. Yang perlu dilakukan adalah melihat lebih dekat dan merefleksikannya secara kritis: apa yang terjadi, siapa yang punya suara atau kuasa di dalamnya, siapa yang terdampak, dan dengan cara apa hal-hal sistemik ikut membentuk pengalaman tersebut.

Pengalaman yang bisa digunakan sebagai bahan bercerita dalam kerangka *Everyday Democracy*:

• Masalah yang dihadapi oleh diri sendiri • Pengalaman sendiri yang mengusik emosi • Pengalaman orang lain yang mengusik emosi	
--	--

Pengalaman ini termasuk pengalaman buruk maupun pengalaman baik atau menyenangkan.

Tiga latihan di bawah ini digunakan untuk membantu peserta mengumpulkan pengalaman-pengalaman bermakna yang dapat dikembangkan menjadi cerita.



Latihan 1. Mendokumentasikan Pengalaman Sehari-hari



Latihan ini mengajak peserta menggambarkan kehidupan sehari-harinya, dari bangun hingga tidur kembali, dan menuliskan masalah atau hal baik yang menyebabkan terjadinya pengalaman tersebut. Pengalaman yang dicatat termasuk aspek pengalaman di tempat kerja/sekolah/universitas, pengalaman ketika di rumah, pengalaman ketika mengakses layanan publik, dan lain-lain.

Pengalaman	Penyebab
<i>Bangun pagi sebelum subuh karena tempat kerja jauh</i>	<i>Tidak ada kesempatan kerja di dekat rumah, harga tempat tinggal di dekat kantor tidak terjangkau</i>
<i>Berebutan tempat duduk di kereta</i>	<i>Tidak ada pilihan transportasi umum yang nyaman dan terjangkau</i>
<i>Berangkat ke tempat kerja menggunakan angkot</i>	<i>Tersedia transportasi umum yang terjangkau</i>
...	...
...	...



Latihan 2. Menggali Cerita Hidup sebagai Bank Pengalaman Bermakna



Dalam latihan ini, peserta diajak membuat grafik kehidupan untuk mengidentifikasi pengalaman-pengalaman penting, berkesan, atau berdampak yang bisa direfleksikan lebih lanjut dalam perspektifnya sebagai warga.

Cara membuatnya:

Langkah 1

Tuliskan pengalaman-pengalaman yang menurut peserta penting, terekam jelas dalam ingatan, berkesan, atau berpengaruh bahkan mengubah kehidupannya dari masa kecil hingga saat ini. Berikut beberapa contohnya:

- Waktu mau masuk SMA tidak bisa mendaftar ke sekolah favorit karena orang tua tidak punya biaya.

- Setelah lulus SMA tidak bisa melanjutkan ke perguruan tinggi karena tidak ada biaya dan diarahkan untuk langsung bekerja agar bisa meringankan beban orang tua.
- Anggota keluarga meninggal karena terlambat dibawa ke fasilitas kesehatan yang jauh dari tempat tinggal.
- Keluar dari pekerjaan karena mendapatkan diskriminasi berbasis gender dari perusahaan dan rekan kerja.
- Mendapatkan beasiswa bidik misi sehingga bisa melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi dan menjadi sarjana pertama di keluarga.

Langkah 2

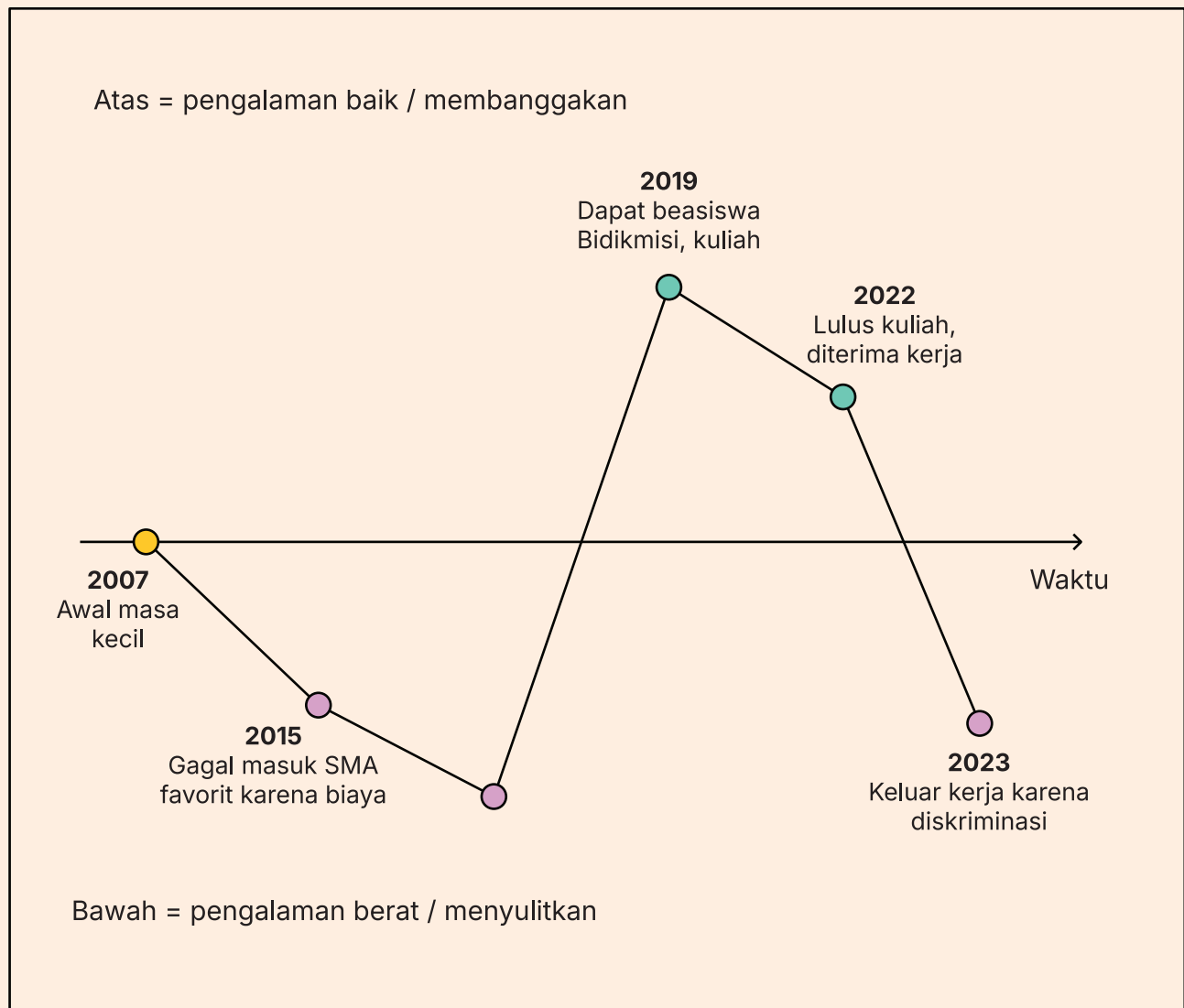
Peserta memisahkan pengalaman-pengalaman tersebut berdasarkan jenisnya. Contoh:

Pengalaman Baik	Pengalaman Buruk
Mendapatkan beasiswa bidik misi sehingga bisa melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi dan menjadi sarjana pertama di keluarga.	Waktu mau masuk SMA tidak bisa mendaftar ke sekolah favorit karena orang tua tidak punya biaya.
...	Anggota keluarga meninggal karena terlambat dibawa ke fasilitas kesehatan yang jauh dari tempat tinggal.
...	...

Langkah 3

Peserta menggambar satu garis panjang mendatar sebagai garis waktu (dari usia paling kecil yang diingat hingga sekarang). Di atas garis, ditandai momen-momen yang dirasa positif atau membanggakan; di bawah garis, momen yang dirasa berat atau menyulitkan. Semakin jauh dari garis tengah, semakin besar dampaknya.

Contoh Grafik:



Catatan untuk Fasilitator:



Jika tidak mengalami kendala, peserta dapat langsung mengerjakan langkah ketiga, yaitu menggambarkan grafik kehidupannya.



Latihan 3. Catatan Pengamatan



Pengalaman orang lain juga bisa digunakan sebagai pintu masuk refleksi, hal-hal yang disaksikan atau didengar peserta dan menimbulkan perasaan yang kuat (sebagai penanda adanya kepedulian atau keterhubungan).

Ini sejalan dengan salah satu sikap yang ingin dibangun *Democracy Lab*: empati dan kemampuan mendengarkan pengalaman orang lain, serta kesadaran bahwa tidak semua orang memulai dari titik yang sama. Sebagai warga dalam sistem yang sama, demokrasi tidak hanya dibaca lewat pengalaman sendiri, tapi juga lewat apa yang terjadi pada orang-orang di sekitar, terutama mereka yang mungkin punya posisi, akses, atau kuasa yang berbeda. Kepedulian yang muncul dari sini bisa jadi titik awal untuk memahami kaitan antara pengalaman personal dengan pengalaman warga lain secara lebih luas, sekaligus langkah pertama dari pergerakan Aku → Kita, sebelum nanti diperluas lagi jadi Kehidupan Bersama dan direfleksikan dengan lebih kritis di bagian-bagian selanjutnya.

Pengalaman yang Dilihat/ Didengar	Perasaan yang Timbul	Bagaimana Pengalaman Ini Terhubung/ Mungkin Berdampak Juga pada Peserta
<i>Melihat orang yang sakit dimarahi di tempat kerja</i>	<i>Marah</i>	<i>Jika sakit, peserta juga bisa dimarahi oleh atasan</i>
<i>Melihat anak kecil menjadi pengemis di jalan</i>	<i>Sedih</i>	<i>Sebagai sesama warga, muncul perasaan bahwa pemerintah seharusnya menggunakan uang pajak untuk membantu anak-anak tersebut</i>
...	...	...

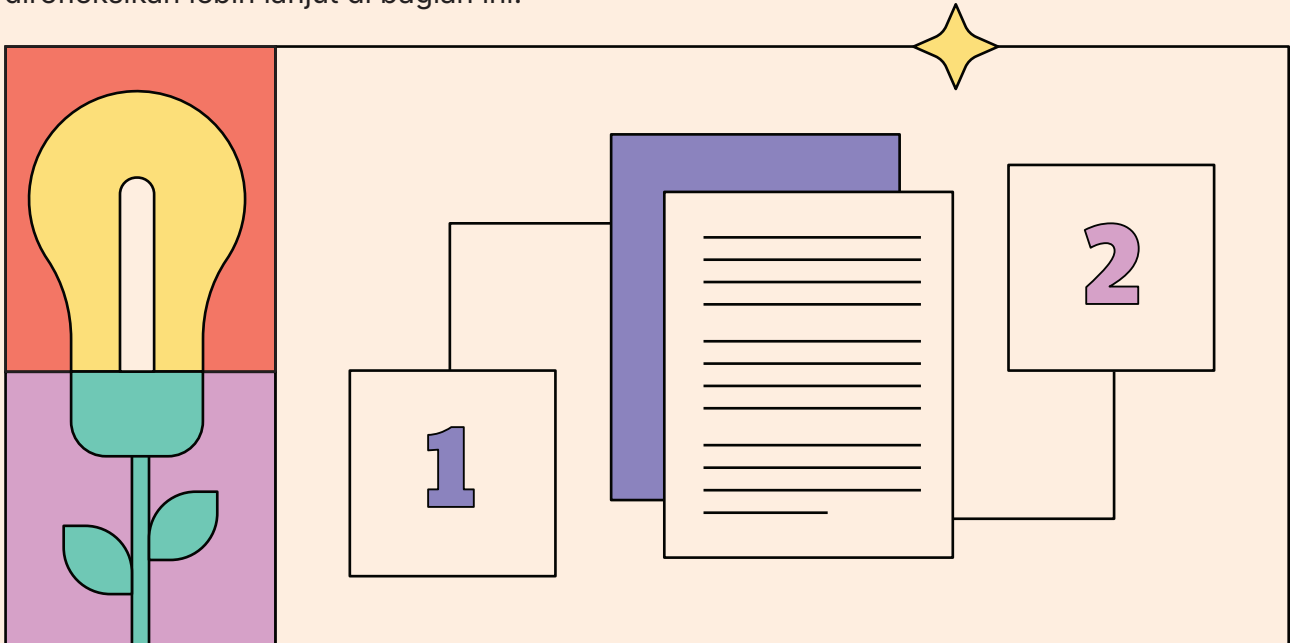
Catatan untuk Fasilitator:



- Latihan 1 dan 2 digunakan untuk menggali kejadian-kejadian yang dialami secara langsung oleh peserta. Dalam pelaksanaan workshop, peserta dapat memilih salah satu di antara dua latihan ini.
- Latihan 3 digunakan untuk mendokumentasikan pengalaman-pengalaman orang lain yang diamati oleh peserta. Latihan diharapkan dapat membentuk kepekaan peserta terhadap pengalaman sesama warga.
- Dalam workshop, peserta diminta untuk mengerjakan dua latihan, yang terdiri dari Latihan 1 ATAU Latihan 2 DAN Latihan 3. Total waktu pengerjaan maksimal 20 menit.
- Setelah mengerjakan latihan, bagi peserta menjadi enam kelompok lalu beri waktu 15 menit bagi peserta untuk bertukar cerita dengan kelompoknya dan saling bertanya pengalaman mana yang paling menonjol bagi masing-masing. Ini melatih keterhubungan sejak awal, sebelum masuk ke pengujian yang lebih dalam di Bagian B (Latihan 4).

B. Merefleksikan Pengalaman Lebih Lanjut

Peserta memilih 2–3 pengalaman yang paling menonjol dari latihan-latihan di Bagian A untuk direfleksikan lebih lanjut di bagian ini.



Melihat Posisi, Privilese, dan Kuasa dalam Pengalaman

Kejadian yang sama bisa dialami sangat berbeda oleh orang yang berbeda. Ini karena setiap orang berada dalam posisi yang berbeda dalam sebuah situasi, dipengaruhi oleh identitas, akses, kondisi ekonomi, dan berbagai faktor lain yang membentuk seberapa besar suara dan kuasa yang dimilikinya. Memahami demokrasi berarti juga mampu membaca relasi kuasa ini secara kritis: siapa yang diuntungkan, siapa yang terdampak, dan perspektif siapa yang sering tidak terlihat atau tidak terdengar.

Salah satu hal penting yang dipelajari dalam Everyday Democracy adalah melihat pengalaman yang dihadapi sebagai persoalan bersama, bukan sekadar persoalan individu. Untuk bisa melihatnya seperti itu, peserta perlu keluar dari sudut pandang dan pengalaman personal, dan mencoba memahami bagaimana orang lain, yang mungkin punya kondisi berbeda, turut merasakan atau terdampak oleh persoalan yang sama.

Sebelum lanjut ke tabel refleksi di Latihan 4, ingatkan peserta untuk mempertimbangkan dua hal ini saat memikirkan tiap pengalaman yang dipilih:

Pertama, posisi peserta sendiri dalam kejadian itu, apakah peserta dilibatkan dalam pengambilan keputusan yang memengaruhi situasi tersebut, atau keputusan dibuat tanpa melibatkannya, dan apa yang membuat peserta bisa atau tidak bisa menyuarakan pendapat saat itu.

Kedua, posisi orang lain yang mungkin berbeda dari peserta, apakah ada orang dengan kondisi berbeda (akses, ekonomi, identitas, dan lainnya) yang bisa jadi merasakan dampak yang berbeda, atau bahkan lebih berat, dari kejadian yang sama.

Kedua hal ini akan membantu peserta menjawab kolom "Siapa yang punya suara/kuasa?", "Siapa yang terdampak?", dan "Apa yang membuatku bisa/tidak bisa bersuara?" di tabel refleksi berikut.



Latihan 4. Merefleksikan Pengalaman



Waktu: 15 menit

Tabel ini digunakan untuk merenungkan lebih lanjut 2–3 pengalaman yang menurut peserta bisa dikembangkan menjadi cerita tentang pengalaman berdemokrasi. Setelah mengisi tabel ini, ajak peserta merefleksikan perubahan apa yang terjadi dalam dirinya. Apakah peserta jadi punya pandangan berbeda terkait isu tersebut, memiliki bayangan tentang perubahan yang ingin didorong agar terwujud, atau jadi mempertanyakan lebih lanjut hal yang selama ini sudah dianggap sebagai hal wajar?

Hasil dari refleksi ini menjadi bagian penting dari cerita yang akan disampaikan peserta nanti.

Apa yang terjadi? Siapa yang terlibat?	Siapa yang punya suara/ kuasa?	Siapa yang terdampak?	Apa yang membuatku bisa/tidak bisa bersuara?	Apa yang membuat ini jadi persoalan bersama?
<i>Aku dan pekerja lain di daerah Bodetabek harus berangkat sangat pagi tiap hari karena tidak ada transportasi umum yang layak</i>	<i>Pemerintah daerah dan pusat yang menentukan alokasi anggaran transportasi publik</i>	<i>Para pekerja komuter, terutama yang tidak mampu tinggal dekat kantor</i>	<i>Aku bisa bersuara lewat cerita ini; tapi sendirian suaraku kecil</i>	<i>Karena dialami banyak pekerja lain dengan pola yang sama, bukan cuma aku</i>
...	...	...	...	...
...	...	...	...	...

Setelah mengisi tabel tersebut, apa hal yang kamu sadari atau muncul di pikiranmu? Bisa berupa pemahaman baru, pertanyaan baru, atau kesadaran berbeda tentang pengalaman yang direnungkan. Contoh:

Pengalaman:

Berangkat subuh ke tempat kerja sehingga tidak pernah bisa beristirahat dengan cukup.

Refleksi:

Ini bukan sekadar persoalan manajemen waktu, melainkan dipengaruhi oleh lapangan pekerjaan yang tidak merata. Awalnya aku menganggap ini persoalan personal, tapi ternyata ini menyangkut kehidupan banyak orang dan sebagai warga, kita bisa menuntut pemerintah untuk menyediakan lebih banyak lapangan pekerjaan secara merata juga mendorong penyediaan transportasi umum yang lebih layak dan terjangkau.



Latihan 5. Memilih Pengalaman untuk Dikembangkan Menjadi Cerita



Waktu: 10 menit

Peserta membandingkan 2–3 pengalaman yang sudah direfleksikan di Latihan 4 menggunakan tabel skoring ini, untuk membantu menentukan mana yang bisa diprioritaskan lebih dulu.

Kriteria	Pengalaman 1	Pengalaman 2	Pengalaman 3
Nama/singkatan pengalaman	<i>Bangun subuh untuk berangkat kerja</i>	<i>Keluar kerja karena diskriminasi</i>	<i>Kehilangan keluarga karena terlambat diobati</i>
Apakah pengalaman itu masih terus (atau mungkin akan) berulang? (1–5)	5	4	3
Apakah dampaknya masih terus dirasakan? (1–5)	5	5	1
Seberapa berdampak pengalaman ini pada kehidupan sehari-hari peserta? (1–5)	4	5	2
Seberapa mengganggu pengalaman ini bagi peserta secara personal? (1–5)	4	5	3
Seberapa mendesak persoalan ini? (1–5)	5	5	3
Seberapa banyak orang lain yang ikut terdampak? (1–5)	5	3	4
Jumlah Poin	28	27	16

Skoring ini hanya metode bantu untuk memilih hal yang bisa lebih dulu dikembangkan ketika ada banyak pengalaman yang bisa dituliskan peserta. Pada hakikatnya, semua pengalaman penting untuk disuarakan. Ini bukan tentang mana yang lebih penting secara isu, melainkan untuk memudahkan proses pengolahan pengalaman menjadi cerita.

Pengalaman dengan Jumlah Poin tertinggi itulah yang bisa diprioritaskan. Lanjutkan ke bagian berikut untuk merumuskan premis ceritanya, menggunakan jawaban yang sudah dituliskan di tabel refleksi Latihan 4 untuk pengalaman tersebut.

Merumuskan Masalah / Premis Cerita

Dari pengalaman terpilih, peserta menyusun rumusan masalah atau premis cerita menggunakan formula sederhana ini:

**Karena ... (sebab / kondisi sistemik), ... (siapa yang terdampak)
mengalami ... (dampak).**

Contoh: "Karena tidak ada transportasi umum yang terjangkau, para pekerja di sekitar Bodetabek kehilangan banyak waktu dan energi untuk berkomuter."

C. Pengembangan Cerita

Bagian ini membantu peserta mengembangkan premis dari Bagian B menjadi cerita yang utuh. Ada empat elemen dasar yang perlu disiapkan, dan untuk masing-masing, ada satu teknik menulis konkret yang membantu menuliskannya. Keempat elemen ini kemudian disusun berurutan mengikuti Struktur Cerita di Latihan 6.

Mengembangkan Cerita: 4 Elemen dan Teknik Menulisnya

1. Fokus Cerita

Rumusan masalah yang sudah disusun di Latihan 5.

Mulai dari satu momen, bukan dari isu besarnya. Cerita sebaiknya tidak dibuka dengan pernyataan seperti “sistem transportasi di Indonesia buruk.” Mulai dari satu adegan spesifik: pagi itu, kereta yang penuh, jam berapa peserta bangun, dan apa yang **peserta rasakan**. Tunjukkan dampak untuk menggambarkan kondisi riil dari isu/permasalahan.

2. Perspektif

Refleksi atas masalah yang diangkat. Gunakan atau kembangkan hasil refleksi dari Latihan 4.

Tunjukkan titik ubah yang jelas. Cerita yang kuat biasanya berbentuk “dulu aku melihat/merasakan A → lalu terjadi B (sebuah momen, interaksi, atau informasi baru) → sekarang aku melihatnya sebagai C.” Sampaikan perubahan apa yang kamu alami.

3. Argumen

Pengalaman, pengamatan, atau data yang mendukung pesan kepada audiens.

Naikkan taruhannya dengan pembandingan yang lebih berat. Cari: apakah ada versi yang lebih berat dari persoalan yang sama, yang dialami orang lain? Pembandingan ini membantu pembaca melihat bahwa pengalaman yang diceritakan bukan sekadar keluhan personal, tapi bagian dari persoalan yang lebih besar.

4. Pesan untuk Audiens

Gagasan yang ingin disampaikan (bisa berupa ajakan, tawaran solusi, atau pertanyaan).

Tutup dengan ajakan, bukan kesimpulan. Alih-alih menutup dengan ringkasan argumen, tutup dengan ajakan, harapan, atau pertanyaan terbuka, sesuatu yang mengundang pembaca ikut bergerak atau merenung, bukan sekadar informasi yang selesai.

Sebelum menyusun cerita, ada dua elemen yang masih perlu dilengkapi (belum dikerjakan di latihan-latihan sebelumnya), yaitu Argumen dan Pesan untuk Audiens.



Latihan 6. Menyusun Argumen dan Pesan untuk Audiens



Waktu: 15menit

Argumen

Cerita, data, yang bisa menunjukkan urgensi atau dampak dari masalah yang ingin diangkat:

Contoh:

*Setiap hari ada sekitar 973.000 orang yang berkomuter dari Bodetabek ke Jakarta
Rebutan kursi KRL menyebabkan cekcok antara penumpang*

Pesan untuk Audiens

Apa yang ingin kamu sampaikan pada sesama warga:

Contoh:

Aku ingin mengajak warga untuk mendorong pemerintah agar menyediakan transportasi umum yang lebih layak.



Latihan 7. Menyusun Struktur Cerita



Waktu: 20 menit

Enam bagian ini digunakan sebagai kerangka menulis. Tiap bagian ditandai elemen mana dari daftar di atas yang sedang ditulis, supaya elemen dan teknik menulisnya langsung dipakai di tempat yang tepat. Perhatikan bahwa "Pengalaman Bersama" dan "Kenapa Ini Jadi Masalah Bersama" adalah dua hal yang berbeda, jangan sampai isinya sama persis. Di bawah tiap bagian, ada contoh terisi memakai premis Bodetabek dari Latihan 5, supaya peserta bisa melihat bagaimana alurnya bekerja sebelum menulis cerita masing-masing.

1. Rumusan Masalah

Elemen: Fokus Cerita

Premis cerita, hasil dari formula di Latihan 5.

Contoh (premis Bodetabek)

Karena tidak ada transportasi umum yang terjangkau, para pekerja di sekitar Bodetabek kehilangan banyak waktu dan energi untuk berkomuter.

2. Pengalaman Personal

Elemen: Fokus Cerita, pakai Teknik “Mulai dari satu momen”

Peserta menceritakan pengalamannya sendiri secara konkret, mulai dari satu adegan spesifik.

Contoh (premis Bodetabek)

Setiap pagi aku harus bangun jam 3 subuh untuk berebut tempat duduk di kereta yang berangkat jam setengah lima, supaya sampai kantor jam 8 tanpa kelelahan berlebih. Kalau telat sepuluh menit saja, aku harus berdiri berdesakan lebih dari satu jam. Belum apa-apa tapi sudah harus menghadapi situasi yang rawan stress dan melelahkan.

3. Refleksi

Elemen: Perspektif, pakai Teknik “Tunjukkan titik ubah”

Apa yang dipelajari atau disadari peserta dari pengalaman itu, termasuk titik ubahnya.

Contoh (premis Bodetabek)

Awalnya aku pikir ini cuma soal aku yang kurang disiplin bangun pagi. Tapi setelah bertanya ke beberapa teman kerja, aku sadar ini pengalaman hampir semua pekerja di Jakarta yang berkomuter dari Bodetabek. Yang jadi masalah bukan seberapa subuh kamu bisa bangun, tapi absennya pilihan transportasi yang layak.

4. Pengalaman Bersama

Elemen: Argumen, pakai Teknik “Naikkan taruhan dengan pembeding”

Bukti bahwa pengalaman peserta juga dialami orang lain, hasil dari refleksi posisi dan kuasa di Latihan 4, atau contoh pengalaman dengan dampak yang lebih berat.

Contoh (premis Bodetabek)

Gak cuma aku yang kena dampaknya. Banyak orang di media sosial juga mengeluhkan ini. Tidak hanya kurang istirahat dan rawan stress, mereka juga jadi kehilangan berkualitas yang bisa dihabiskan bersama keluarga. Kondisi transportasi yang tidak layak juga bisa bikin sesama warga jadi berantem karena semakin lelah, kita jadi makin sensitif.

5. Kenapa Ini Jadi Masalah Bersama

Elemen: Argumen (lanjutan)

Jelaskan akar sistemiknya, kenapa ini bukan cuma soal nasib individu, melainkan sesuatu yang berhubungan dengan kebijakan, struktur, atau ketimpangan yang lebih luas. Cek siapa yang berkuasa atau punya suara untuk menentukan hal ini dari Latihan 4.

Contoh (premis Bodetabek)

Aku jadi sadar, sengaruh itu ketersediaan transportasi publik yang layak buat kualitas hidup kita. Sayangnya, realita yang ada justru nunjukkin minimnya investasi pemerintah pada transportasi publik di kawasan penyangga ibu kota, padahal jutaan orang bergantung padanya untuk bekerja setiap hari.

6. Pesan untuk Audiens

Elemen: Pesan untuk Audiens, pakai Teknik "Tutup dengan ajakan"

Tutup dengan ajakan, harapan, atau pertanyaan terbuka untuk pembaca.

Contoh (premis Bodetabek)

Pertanyaannya sekarang, apakah kita akan terus menerima ini sebagai urusan disiplin bangun pagi dan jago-jagoan ngamanin kursi di kereta, atau mulai menuntut transportasi publik yang layak sebagai hak warga?

Catatan untuk Fasilitator:



- Bacakan atau tunjukkan contoh di atas secara berurutan sebelum peserta mulai menulis milik mereka sendiri, supaya alur keenam bagian ini terasa konkret.



Latihan 8. Bercerita pada Audiens

Waktu: 15 menit



Setelah mengerjakan Latihan 1 hingga Latihan 7, peserta sudah memiliki bahan baku cerita yang kemudian bisa diolah menjadi berbagai bentuk cerita sesuai dengan format yang dipilih. Namun, sebelum mengolah cerita lebih lanjut, peserta diajak untuk menentukan dan mengenali terlebih dahulu siapa yang diharapkan menjadi penyimak cerita mereka.

Tujuan cerita bisa disesuaikan dengan kategori audiens yang ingin disasar, meski tidak menutup kemungkinan satu cerita bisa tetap disampaikan untuk lintas kategori. Ini hanya saran agar pesan lebih terfokus dan efektif.

Kategori Audiens	Tujuan Cerita
Orang yang mengalami hal yang sama dengan peserta	Membangun solidaritas dan ajakan bergerak bersama; geser cara pandang dari “ini nasib saya” jadi “ini pola yang kita alami bersama”, lalu ajak melihat kritis siapa yang punya kuasa untuk diminta pertanggungjawaban.
Orang yang tidak atau belum terdampak dari pengalaman yang diceritakan	Membangun kesadaran dan empati; tunjukkan dampaknya secara konkret dan personal dulu, supaya mereka simpati dan sadar persoalan ini relevan bagi mereka juga.
Orang yang bisa membantu menyuarakan hal yang sama agar terjadi perbaikan	Mendorong dukungan dan tindakan dari pihak berpengaruh; tunjukkan urgensi dan legitimasi persoalan (bahwa ini pola sistemik, bukan kasus terisolasi), lalu ajak memakai posisi/ pengaruh mereka untuk membantu.

Menyesuaikan Cerita dengan Audiens

Setelah memilih kategori audiens yang ingin disasar, peserta mengisi informasi berikut disesuaikan dengan gambaran audiens yang dituju.

SIAPA <i>(profil, umur, gender)</i>	DI MANA <i>(platform yang mereka gunakan)</i>	APA <i>(hal yang berhubungan dengan mereka atau familiar bagi mereka)</i>	BAGAIMANA <i>(gaya komunikasi yang mereka gunakan)</i>
<i>Pekerja yang berkantor di Jakarta tapi tinggal di Bogor, umurnya 25-30 tahun, semua gender</i>	<i>Media sosial berbasis video seperti Tiktok dan Instagram (Reels)</i> <i>Penyesuaian Storytelling:</i> <i>Buat konten video singkat yang cocok untuk Reels dan TikTok</i>	<i>Masa muda yang dihabiskan di jalan (gak ada energi dan waktu untuk mengembangkan diri)</i> <i>Penyesuaian Storytelling:</i> <i>Langsung bahas hal-hal yang tidak bisa dinikmati sebagai warga muda</i>	<i>Santai, diselingi candaan atau meme, lebih suka visual daripada teks yang banyak</i> <i>Penyesuaian Storytelling:</i> <i>Gunakan bahasa yang santai seperti bercerita pada teman. Misal: Apa gue aja yang ngerasa masa muda gue abis di jalan gara-gara tiap hari harus pergi subuh pulang malam cuma buat kerja?</i>

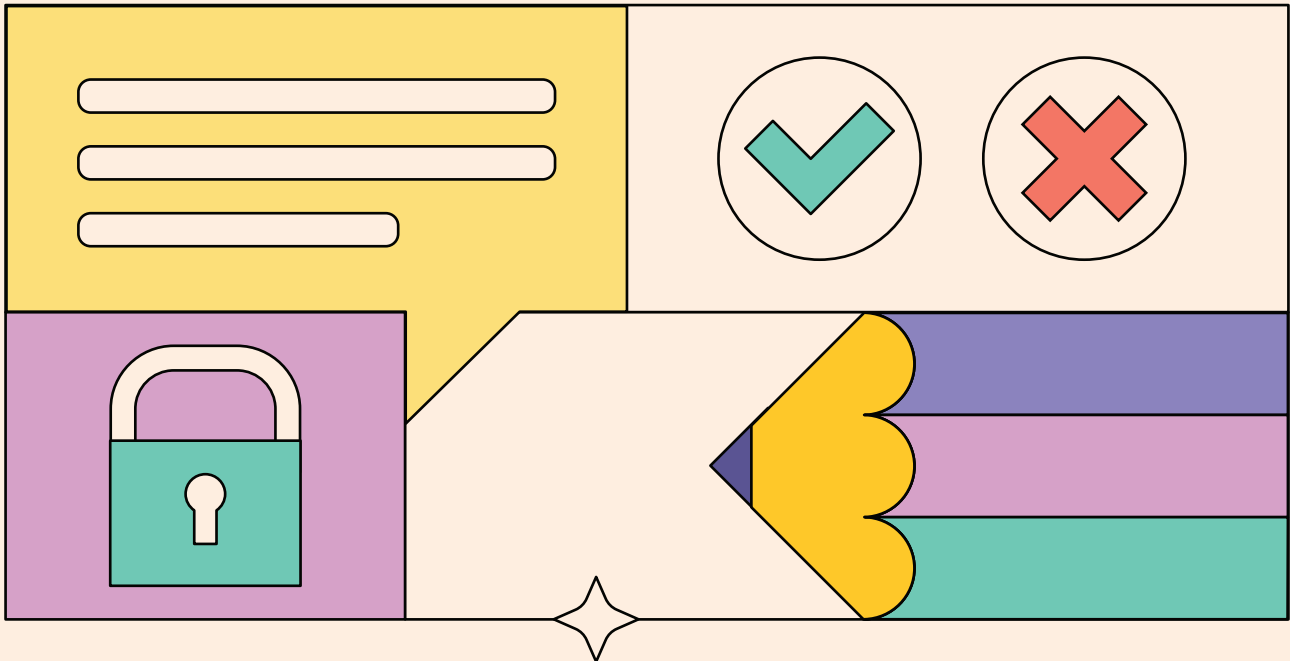
D. Mengenal Format Cerita

Premis dan struktur cerita yang sudah disusun di Latihan 7 bisa diwujudkan dalam berbagai format. Format yang tepat bukan soal mana yang “paling bagus”, tapi mana yang paling sesuai dengan cerita dan audiens yang sudah ditentukan di Latihan 8, lihat kembali jawaban pada kolom DI MANA dan BAGAIMANA sebagai bahan pertimbangan.

Format	Karakteristik Utama	Paling Cocok Untuk
Tulisan / Esai	Memberi ruang paling luas untuk detail, nuansa, dan suara batin penulis. Bisa dibuat sendiri tanpa alat khusus.	Cerita yang butuh kedalaman refleksi; audiens yang terbiasa membaca (blog, media daring, grup diskusi).
Photo Story	Rangkaian foto dengan keterangan singkat, menunjukkan kondisi atau momen secara visual dan konkret.	Cerita yang terikat pada tempat, benda, atau kondisi fisik tertentu; audiens yang scroll cepat di media sosial.
Ilustrasi	Visual yang digambar, bisa menyampaikan emosi atau metafora tanpa menunjukkan wajah/identitas asli.	Cerita sensitif yang butuh penyamaran identitas; perasaan yang abstrak dan sulit difoto; audiens muda yang menyukai visual bergaya.
Video	Menggabungkan gambar, suara, dan gerak; kuat untuk testimoni langsung dari wajah dan suara penutur.	Cerita dengan kekuatan pada testimoni personal; audiens yang lebih suka menonton (media sosial, YouTube). Wajah dan suara jadi lebih terekspos, lihat Bagian E soal privasi.
Digital Storytelling	Video pendek (umumnya 2–5 menit) berisi narasi suara pribadi dipadukan dengan foto atau gambar milik sendiri.	Cerita personal yang mengandalkan kekuatan suara/narasi; cocok diproduksi bersama dalam workshop dengan alat sederhana.
Bentuk Kreatif Lainnya (komik, puisi, podcast/cerita audio, zine, dll)	Fleksibel, bisa disesuaikan dengan keterampilan atau minat personal yang sudah dimiliki peserta.	Peserta yang punya keterampilan atau media favorit tertentu; audiens atau komunitas dengan kebiasaan konsumsi yang khas (mis. penggemar podcast, komunitas zine).

Peserta tidak harus terpaku pada satu format, beberapa cerita bahkan lebih kuat kalau dikombinasikan (misalnya esai pendek dengan foto pendukung). Yang penting, format yang dipilih membantu pesan cerita sampai ke audiens yang sudah ditentukan, dengan cara yang paling wajar bagi mereka.

E. Keamanan dan Etika dalam Bercerita



Cerita yang disusun peserta di Bagian C sering kali tidak berdiri sendiri, ia memuat pengalaman orang lain juga: dari Latihan 3 (Catatan Pengamatan), dari refleksi soal posisi dan kuasa orang lain di Bagian B, atau dari “Pengalaman Bersama” yang ditulis di Struktur Cerita. Sebelum cerita ini dikembangkan lebih jauh dan dibagikan ke audiens yang sudah ditentukan, penting untuk berhenti sejenak dan memastikan proses bercerita ini aman dan etis, baik bagi peserta sendiri maupun bagi orang lain yang disebut di dalamnya.

Dalam Everyday Democracy, bersuara adalah bentuk partisipasi yang berharga. Tapi partisipasi itu semestinya tidak datang dengan risiko baru yang tidak perlu, baik risiko bagi peserta, maupun bagi orang-orang yang pengalamannya ikut membentuk ceritanya.

1. Consent (Persetujuan)

Jika cerita peserta memuat pengalaman orang lain, teman, keluarga, rekan kerja, atau orang yang diamati, perlu dipertimbangkan apakah mereka tahu dan setuju pengalamannya diceritakan, apalagi jika dibagikan ke ruang publik.

- Apakah orang yang pengalamannya disertakan tahu bahwa ceritanya akan dibagikan?
- Kalau belum sempat atau belum bisa meminta izin, apakah detail identitasnya bisa disamarkan agar tidak dikenali?
- Untuk pengalaman yang sangat pribadi milik orang lain (misalnya dari Latihan 3), pertimbangkan apakah cerita itu tetap kuat meski hanya diceritakan sebagai gambaran umum, tanpa detail yang mengarah ke orang tertentu.

2. Privasi Diri dan Orang Lain

Ada dua sisi privasi yang perlu dipikirkan terpisah: privasi peserta sendiri, dan privasi orang lain yang muncul dalam ceritanya.

- Apakah ada detail tentang diri peserta yang, kalau dibagikan, bisa berisiko baginya, misalnya di tempat kerja, di keluarga, atau di lingkungan sosial?
- Apakah ada detail tentang orang lain (nama tempat kerja, hubungan spesifik, kejadian yang bisa dikenali) yang sebetulnya tidak esensial untuk pesan cerita, dan lebih aman untuk dihilangkan?
- Peserta boleh menulis sesuatu untuk dirinya sendiri dulu secara lengkap, lalu baru memutuskan bagian mana yang akan dipangkas sebelum dibagikan.

3. Penggunaan Nama, Foto, atau Informasi Personal

- Pertimbangkan menggunakan nama samaran, untuk peserta sendiri maupun orang lain yang disebut dalam cerita, terutama jika isunya sensitif.
- Untuk foto atau rekaman yang melibatkan orang lain, selalu minta izin eksplisit sebelum menggunakannya, dan hormati kalau mereka menolak atau meminta wajahnya disamarkan.
- Ubah detail yang sangat spesifik (nama perusahaan, lokasi persis, jadwal harian) jika detail itu tidak penting untuk pesan cerita, tapi berisiko membuat peserta atau orang lain mudah dilacak.

4. Risiko Berbagi Cerita di Ruang Digital

Lihat kembali tabel “DI MANA” di Latihan 7, platform yang dipilih menentukan siapa yang bisa melihat cerita, dan seberapa jauh ia bisa menyebar.

- Setelah dibagikan di ruang digital, cerita sulit ditarik kembali sepenuhnya, bisa di-screenshot, disebarluaskan ulang, atau dibaca di luar konteks aslinya.
- Pertimbangkan mulai dari audiens terbatas (misalnya grup tertutup atau teman dekat) sebelum membagikan ke ruang yang lebih terbuka, terutama untuk cerita yang sensitif.
- Cek pengaturan privasi platform yang dipakai sebelum memublikasikan, siapa saja yang bisa melihat, mengomentari, atau membagikan ulang.

5. Keamanan Digital

- Periksa pengaturan privasi akun sebelum membagikan cerita, terutama jika cerita menyangkut isu yang berpotensi memancing reaksi negatif.
- Hindari menyertakan detail yang bisa dipakai untuk melacak lokasi tinggal atau tempat kerja (foto dengan penanda lokasi, jadwal rutin, dll).
- Untuk isu yang berisiko memicu perundungan atau serangan daring (misalnya isu SARA, gender, atau seksualitas), pertimbangkan langkah tambahan seperti menonaktifkan kolom komentar publik atau menyiapkan diri menghadapi kemungkinan reaksi negatif sebelum memublikasikan.

6. Pertimbangan Menceritakan Pengalaman Sensitif

- Peserta tidak wajib menceritakan bagian paling berat atau paling personal dari suatu pengalaman agar ceritanya tetap berdampak, cerita tetap bisa kuat dengan tingkat keterbukaan yang dipilih sendiri.
- Beri waktu untuk memastikan kesiapan membagikan pengalaman ini, terutama jika masih terasa berat secara emosional.
- Jika memungkinkan, ajak peserta membicarakan dulu dengan orang yang dipercaya sebelum memublikasikan cerita yang sangat personal atau sensitif.

7. Hak Peserta untuk Menentukan Apa yang Ingin dan Tidak Ingin Dibagikan

Ini prinsip yang melandasi semua poin di atas: peserta selalu berhak memutuskan apa yang dibagikan, seberapa detail, kapan, dan ke mana, termasuk hak untuk berhenti di tahap menulis saja, tanpa pernah memublikasikannya. Mengembangkan cerita sampai tahap ini bukan berarti peserta wajib membagikannya.



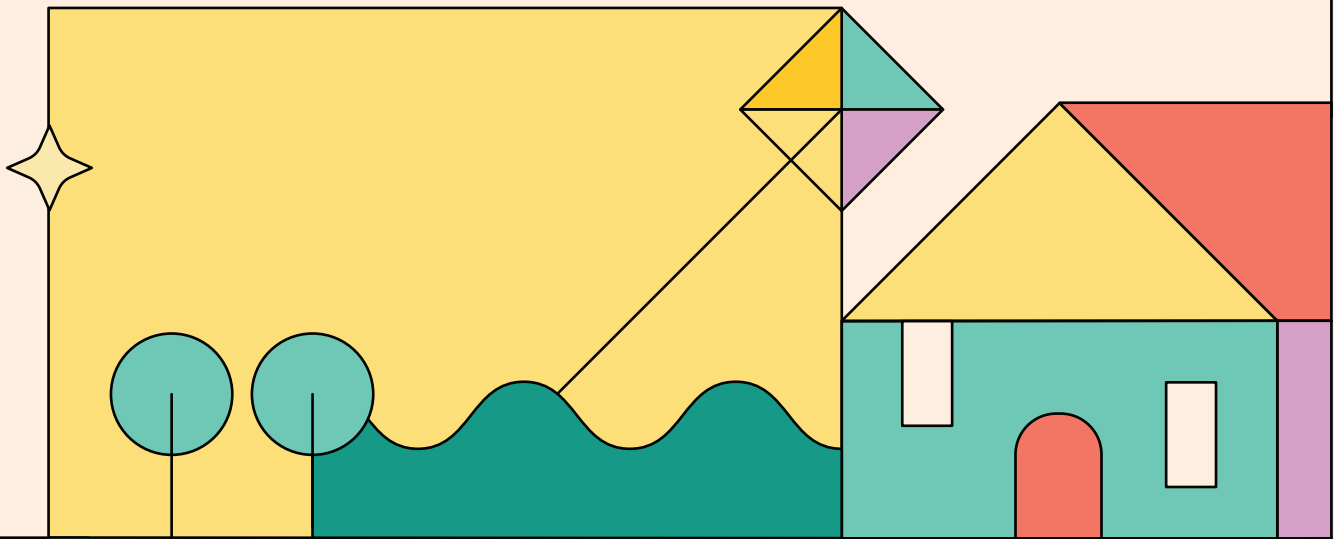
Latihan 9. Checklist Sebelum Membagikan Cerita



Checklist ini diisi setelah cerita dikembangkan di Bagian II, sebagai bagian dari pengecekan akhir sebelum cerita dipublikasikan. Meski demikian, *checklist* ini perlu diketahui sejak awal agar peserta dapat sejak awal mengecek dan memastikan keamanan, serta mendapatkan konsen dari orang-orang yang ceritanya akan diolah dan dipublikasikan.

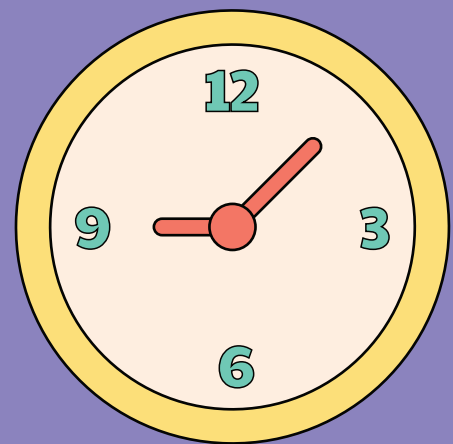
Pertanyaan	Sudah Dipikirkan?
Apakah ada orang lain dalam cerita yang perlu dimintai izin, atau identitasnya perlu disamarkan?	
Apakah ada detail (tentang diri sendiri atau orang lain) yang sebaiknya dihilangkan karena berisiko?	
Apakah sudah diputuskan akan memakai nama asli, nama samaran, atau anonim?	
Apakah sudah diketahui di platform mana cerita akan dibagikan, dan siapa saja yang bisa melihatnya?	
Apakah pengaturan privasi akun/platform yang dipakai sudah sesuai dengan tingkat keterbukaan yang diinginkan?	
Apakah sudah siap secara emosional untuk membagikan cerita ini?	
Apakah benar-benar ingin membagikan cerita ini, atau untuk saat ini cukup ditulis untuk diri sendiri dulu?	

BAGIAN II



Tahapan-tahapan berikutnya dikerjakan oleh peserta di luar workshop dan bisa dikerjakan secara asinkronus. Di bagian ini, mentor akan bertugas untuk mendampingi peserta, termasuk mengecek progres pembuatan cerita dan membantu peserta menyelesaikannya tepat waktu.

Bagian ini berlangsung selama dua minggu, dan terbagi menjadi tiga tahapan sebagai berikut:



1

Penulisan Draf, dilakukan di minggu pertama.

2

Menerima Umpan Balik, dilakukan di awal minggu kedua.

3

Revisi, dilakukan hingga akhir minggu kedua.

A. Proses Mengembangkan Cerita: dari Ide sampai Cerita Final

Mengembangkan cerita bukan proses sekali jadi. Alur enam tahap ini digunakan sebagai peta keseluruhan proses, sebagian sudah dilalui peserta di bagian-bagian sebelumnya, sebagian lagi akan dikerjakan di bagian ini:

Ide → Story Concept → Draft → Feedback → Revision → Final Story

Tahap	Sudah Dikerjakan di	Yang Terjadi di Tahap Ini
Ide	Latihan 1-3	Menemukan dan mengumpulkan pengalaman yang bermakna.
Story Concept	Latihan 4-8	Merumuskan premis, menyusun struktur, menentukan audiens.
Draft	Latihan 10	Menulis cerita secara utuh, dalam format yang sudah dipilih.
Feedback	Latihan 11	Membagikan draf ke 1-2 orang untuk mendapat masukan.
Revision	Latihan 12	Memilih masukan mana yang mau dipakai, lalu memperbaiki draf.
Final Story	Latihan 13	Cerita siap, sudah dicek lewat checklist keamanan (Latihan 9) dan checklist cerita.



Latihan 10. Menulis Draft Pertama



Peserta menulis ceritanya mengikuti Struktur Cerita dari Latihan 6, dalam format yang sudah dipilih di Bagian D. Beberapa pengingat sebelum mulai:

- Tulis dulu tanpa mengedit. Draf pertama tidak perlu rapi, tujuannya menuangkan semua bagian struktur jadi satu kesatuan dulu.
- Kalau bingung mulai dari mana, mulai dari bagian struktur yang paling mudah ditulis dulu (tidak harus berurutan dari Rumusan Masalah).
- Kembali sebentar ke checklist di Latihan 9, pastikan detail tentang orang lain sudah dipertimbangkan sejak draf pertama, bukan baru dipikirkan setelah selesai menulis.

Tuliskan draf cerita atau rancangannya (jika format yang dipilih nonteks) di sini:

Draf Cerita:



Peserta bertukar draf dengan dua peserta yang lain. Pertanyaan berikut digunakan sebagai panduan memberi masukan, baik sebagai pemberi maupun penerima feedback:

Prompt untuk pemberi umpan balik:

- Bagian mana dari cerita ini yang paling berkesan atau paling kuat?
- Apakah rumusan masalah/premisnya jelas sejak awal?
- Apakah ada bagian yang terasa membingungkan atau kurang lengkap?
- Apakah pesan untuk audiens tersampaikan dengan jelas di akhir cerita?
- Apakah ada bagian yang bisa dipangkas karena kurang perlu?

Prompt untuk penulis:

- Masukan mana yang terasa paling membantu?
- Apakah ada masukan yang tidak sesuai dengan maksud aslinya? (Tidak masalah untuk tidak memakainya.)

Peserta kemudian mencatat feedback yang masuk.

Pertanyaan Umpan Balik	Umpan Balik yang Diterima	Apakah Umpan Balik ini Membantu?
Bagian mana dari cerita ini yang paling berkesan atau paling kuat?	(umpan balik 1) (umpan balik 2)	(Ya/Tidak) <i>Bagaimana peserta akan menindaklanjuti umpan balik ini.</i>
Apakah rumusan masalah/premisnya jelas sejak awal?		
Apakah ada bagian yang terasa membingungkan atau kurang lengkap?		
Apakah pesan untuk audiens tersampaikan dengan jelas di akhir cerita?		
Apakah ada bagian yang bisa dipangkas karena kurang perlu?		
Umpan balik lainnya		



Latihan 12. Merevisi Berdasarkan Umpan Balik



Peserta tidak wajib memakai semua masukan yang diterima. Revisi dilakukan untuk mengoptimalkan cerita yang sudah ada, bukan untuk mengubahnya (misal mengubah tujuan cerita).

- Apakah masukan ini membuat pesan cerita makin jelas, atau malah menggeser maksud aslinya?
- Apakah peserta setuju dengan masukan ini, atau punya alasan sendiri untuk mempertahankan versi awal?

Catat rencana revisi (jika formatnya nonteks) atau hasil revisi (jika formatnya teks) di sini:

Catatan Revisi:



Latihan 13. Checklist Cerita Final

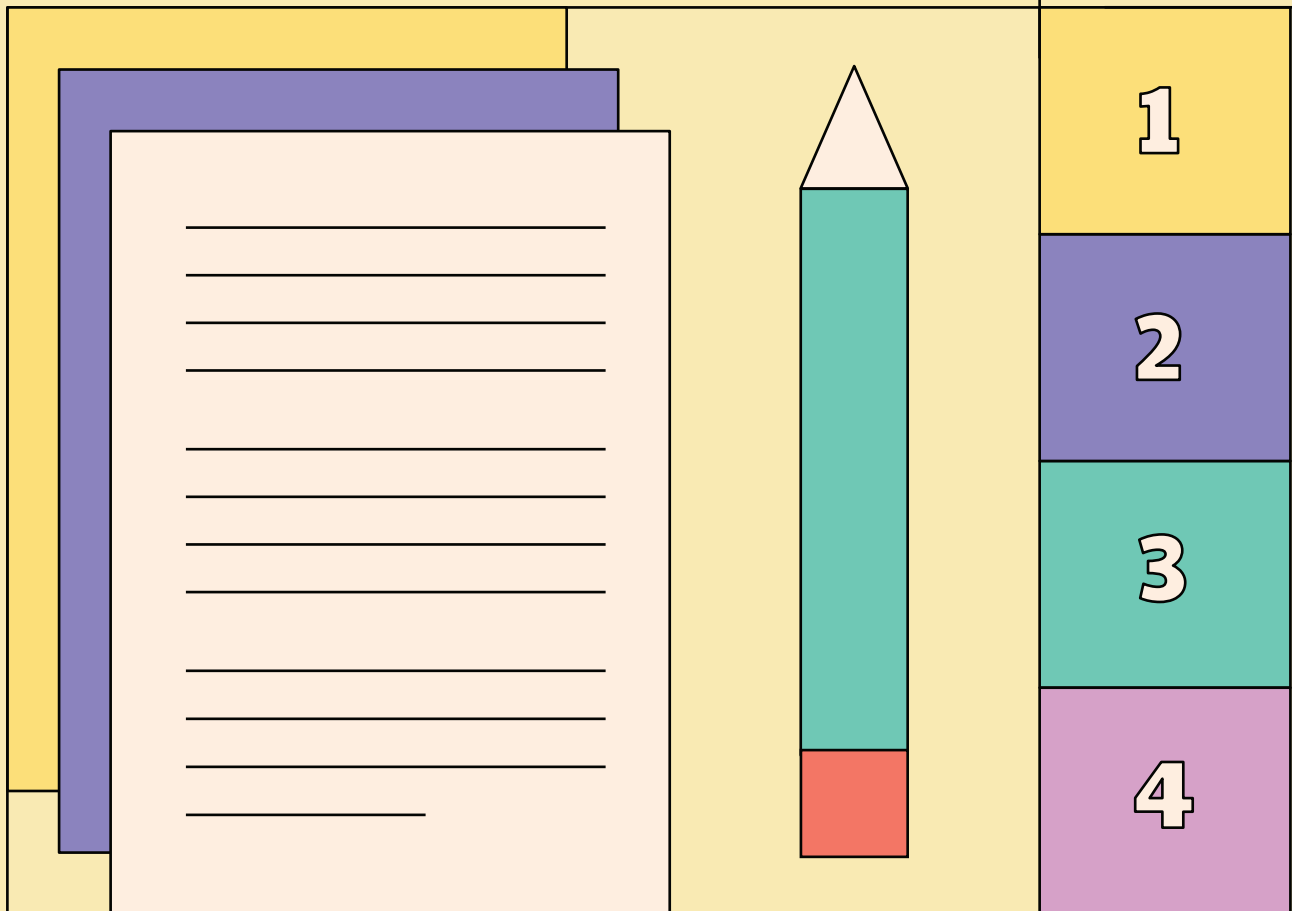


Waktu: 10 menit

Pertanyaan	Sudah?
Keenam bagian Struktur Cerita (Latihan 7) sudah terisi lengkap	
Premis dan pesan untuk audiens sudah bisa dipahami dengan jelas	
Sudah mendapat dan mempertimbangkan feedback dari minimal dua orang	
Sudah dicek ulang lewat Checklist Keamanan & Etika (Latihan 9)	
Format yang dipakai sudah sesuai dengan audiens yang dituju (Bagian 8)	
Cerita ini sudah dirasa mewakili apa yang ingin disampaikan peserta	

Cerita yang lolos checklist ini siap dikembangkan lebih jauh ke bentuk produksi akhir, atau dibagikan sesuai keputusan peserta sendiri di Bagian E.

LEMBAR LATIHAN PESERTA



Storytelling Toolkit — Everyday Democracy

Satu lembar untuk satu latihan. Materi lengkap dan contoh untuk tiap latihan sudah disampaikan saat workshop — lembar ini hanya untuk mengerjakan latihannya.

Nama Peserta:		Tanggal:	
●	Latihan 1. Mendokumentasikan Pengalaman Sehari-hari		



Waktu: 10 menit

Gambarkan kehidupan sehari-harimu, dari bangun hingga tidur kembali, lalu tuliskan masalah atau hal baik yang menyebabkannya.

Pengalaman	Penyebab

Nama Peserta:	Tanggal:
---------------	----------

●	Latihan 2. Menggali Cerita Hidup sebagai Bank Pengalaman Bermakna
---	--

Waktu: 10 menit

Ikuti tiga langkah: tuliskan momen penting dalam hidupmu, pisahkan jadi pengalaman baik/buruk, lalu gambar grafik kehidupanmu.

.....

Langkah 1 — Momen penting yang masih diingat

.....

.....

Langkah 2 — Pisahkan berdasarkan jenisnya

.....

Pengalaman Baik	Pengalaman Buruk

.....

Langkah 3 — Grafik kehidupan

.....



Nama Peserta:	Tanggal:
---------------	----------

●

Latihan 2. Menggali Cerita Hidup sebagai Bank Pengalaman Bermakna

Langkah 2 — Pisahkan berdasarkan jenisnya

Pengalaman Baik	Pengalaman Buruk

Nama Peserta:

Tanggal:



Langkah 3 — Grafik kehidupan



Nama Peserta:	Tanggal:
---------------	----------

●	Latihan 3. Catatan Pengamatan
---	--------------------------------------



Waktu: 10 menit

Catat pengalaman orang lain yang kamu lihat/dengar dan menimbulkan perasaan kuat, lalu tuliskan keterhubungannya denganmu.

Pengalaman yang Dilihat/Didengar	Perasaan yang Timbul	Bagaimana Terhubung/Berdampak Juga pada Peserta

Nama Peserta:	Tanggal:
---------------	----------

○	Latihan 4. Merefleksikan Pengalaman
---	--



Waktu: 15 menit

Isi tabel untuk 2–3 pengalaman pilihanmu, lalu tuliskan refleksi yang muncul setelahnya.

Apa yang terjadi? Siapa yang terlibat?	Siapa yang punya suara/ kuasa?	Siapa yang terdampak?	Apa yang membuatku bisa/tidak bisa bersuara?	Apa yang membuat ini jadi persoalan bersama?

Refleksi Pengalaman 1: Refleksi Pengalaman 2: Refleksi Pengalaman 3:
--

Nama Peserta:	Tanggal:
Latihan 5. Memilih Pengalaman untuk Dikembangkan Menjadi Cerita	

Waktu: 10 menit

Bandingkan pengalamanmu memakai tabel skoring ini, lalu rumuskan premis cerita dari pengalaman dengan skor tertinggi.

Kriteria	Pengalaman 1	Pengalaman 2	Pengalaman 3
Nama/singkatan pengalaman			
Apakah pengalaman itu masih terus berulang? (1–5)			
Apakah dampaknya masih terus dirasakan? (1–5)			
Seberapa berdampak pengalaman ini pada kehidupan sehari-hari peserta? (1–5)			
Seberapa mengganggu pengalaman ini bagi peserta secara personal? (1–5)			
Seberapa mendesak persoalan ini? (1–5)			
Seberapa banyak orang lain yang ikut terdampak? (1–5)			
Jumlah Poin			

Merumuskan Masalah / Premis Cerita

Karena ... (sebab / kondisi sistemik), ... (siapa yang terdampak) mengalami ... (dampak).

Nama Peserta:

Tanggal:



Latihan 6. Menyusun Argumen dan Pesan untuk Audiens



Waktu: 15 menit

Tuliskan argumen (cerita/data yang menunjukkan urgensi masalah) dan pesan yang ingin kamu sampaikan ke audiens.

Argumen: cerita/data yang menunjukkan urgensi atau dampak masalah

Pesan untuk Audiens: apa yang ingin kamu sampaikan pada sesama warga

Nama Peserta:	Tanggal:
---------------	----------

 Latihan 7. Menyusun Struktur Cerita	
--	---

Waktu: 20 menit

Susun keenam bagian struktur ceritamu berdasarkan premis dan elemen yang sudah disiapkan.

1. Rumusan Masalah

Elemen: Fokus Cerita

2. Pengalaman Personal

Elemen: Fokus Cerita — Teknik "Mulai dari satu momen"

3. Refleksi

Elemen: Perspektif — Teknik "Tunjukkan titik ubah"

4. Pengalaman Bersama

Elemen: Argumen — Teknik “Naikkan taruhan dengan pembandingan”

5. Kenapa Ini Jadi Masalah Bersama

Elemen: Argumen (lanjutan)

6. Pesan untuk Audiens

Elemen: Pesan untuk Audiens — Teknik “Tutup dengan ajakan”

Nama Peserta:	Tanggal:
---------------	----------

	Latihan 8. Bercerita pada Audiens
---	--



Waktu: 15 menit

Pilih kategori audiens yang ingin disasar, lalu sesuaikan gaya ceritamu memakai tabel di bawah.

Kategori audiens yang dipilih:

SIAPA	DI MANA	APA	BAGAIMANA
(profil, umur, gender)	(platform yang digunakan)	(hal yang familiar bagi mereka)	(gaya komunikasi mereka)

Nama Peserta:	Tanggal:
Latihan 9. Checklist Sebelum Membagikan Cerita	



Waktu: 10 menit

Jawab pertanyaan-pertanyaan berikut sebelum mengembangkan atau membagikan ceritamu lebih lanjut.

Pertanyaan	Sudah Dipikirkan?
Apakah ada orang lain dalam cerita yang perlu dimintai izin, atau identitasnya perlu disamarkan?	
Apakah ada detail (tentang diri sendiri atau orang lain) yang sebaiknya dihilangkan karena berisiko?	
Apakah sudah diputuskan akan memakai nama asli, nama samaran, atau anonim?	
Apakah sudah diketahui di platform mana cerita akan dibagikan, dan siapa saja yang bisa melihatnya?	
Apakah pengaturan privasi akun/platform yang dipakai sudah sesuai dengan tingkat keterbukaan yang diinginkan?	
Apakah sudah siap secara emosional untuk membagikan cerita ini?	
Apakah benar-benar ingin membagikan cerita ini, atau untuk saat ini cukup ditulis untuk diri sendiri dulu?	

Nama Peserta:	Tanggal:
● Latihan 11. Sesi Feedback dari Teman	



Tukar draf dengan dua peserta lain, lalu catat umpan balik yang kamu terima di tabel berikut.

Pertanyaan Umpan Balik	Umpan Balik yang Diterima	Apakah Membantu? Bagaimana Ditindaklanjuti?
Bagian mana dari cerita ini yang paling berkesan atau paling kuat?		
Apakah rumusan masalah/premisnya jelas sejak awal?		
Apakah ada bagian yang terasa membingungkan atau kurang lengkap?		
Apakah pesan untuk audiens tersampaikan dengan jelas di akhir cerita?		
Apakah ada bagian yang bisa dipangkas karena kurang perlu?		
Umpan balik lainnya		

Nama Peserta:	Tanggal:
Latihan 13. Checklist Cerita Final	



Waktu: 10 menit

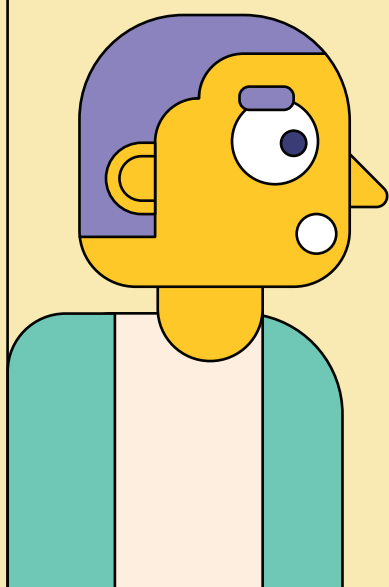
Pastikan semua hal berikut sudah terpenuhi sebelum menganggap ceritamu selesai.

Pertanyaan	Sudah?
Keenam bagian Struktur Cerita (Latihan 7) sudah terisi lengkap	
Premis dan pesan untuk audiens sudah bisa dipahami dengan jelas	
Sudah mendapat dan mempertimbangkan feedback dari minimal dua orang	
Sudah dicek ulang lewat Checklist Keamanan & Etika (Latihan 9)	
Format yang dipakai sudah sesuai dengan audiens yang dituju (Latihan 8)	
Cerita ini sudah dirasa mewakili apa yang ingin disampaikan	

PANDUAN MENTOR — SESI LANJUTAN WORKSHOP STORYTELLING



Three horizontal white lines for writing, located inside a purple speech bubble shape.



Pegangan untuk pendampingan peserta selama Bagian II (pasca-workshop)

Panduan ini digunakan oleh mentor yang mendampingi sekelompok kecil peserta menyelesaikan cerita mereka setelah sesi workshop selesai. Panduan ini mengasumsikan mentor sudah familiar dengan isi Storytelling Toolkit, khususnya Latihan 6–8 (yang dikerjakan peserta saat workshop) dan Latihan 9–13 (yang didampingi mentor di fase ini).

1. Konteks Singkat

Praktik pembuatan cerita dalam program ini terbagi menjadi dua bagian:

- Bagian I — Workshop (dipandu fasilitator): peserta mengerjakan Latihan 1–9, menghasilkan bahan baku cerita lengkap yang terdiri dari pengalaman bermakna, premis, argumen, struktur cerita, target audiens, pilihan format, hingga *checklist* keamanan awal.
- Bagian II — Pendampingan Mentor (asinkronus, dua minggu): peserta menyelesaikan Latihan 10–13, yang mencakup tahap menulis draf, menerima umpan balik, merevisi, hingga cerita final siap dipublikasikan. Di bagian inilah mentor bertugas.

Tugas utama mentor: mendampingi peserta menyelesaikan proses ini, mengecek progres secara berkala, dan membantu memastikan peserta menyelesaikan ceritanya tepat waktu, tanpa mengambil alih suara atau keputusan peserta atas ceritanya sendiri.

2. Jadwal dan Tahapan

Bagian II berlangsung selama dua minggu, terbagi menjadi tiga tahap:

Waktu	Tahap	Latihan Terkait	Fokus Tugas Mentor
Minggu 1	Penulisan Draf	Latihan 10	Pastikan peserta mulai menulis, bantu jika macet, ingatkan tenggat akhir minggu.
Awal Minggu 2	Menerima Umpan Balik	Latihan 11	Fasilitasi pertukaran draf antar-peserta (minimal 2 pemberi umpan balik), pastikan umpan balik tercatat.
Akhir Minggu 2	Revisi	Latihan 12–13	Review draf final, pastikan <i>checklist</i> keamanan dan <i>checklist</i> cerita final sudah dicek peserta.

Titik Kontak yang Disarankan

Minimal 3 kali komunikasi dengan tiap peserta selama dua minggu: (1) di tengah Minggu 1 untuk cek progres draf, (2) di awal Minggu 2 untuk memastikan proses tukar-umpan balik berjalan, (3) menjelang akhir Minggu 2 untuk memastikan revisi dan *checklist* final selesai.

Sesi 1-on-1 disarankan diadakan di tahap (2) menuju tahap (3) yaitu ketika draf sudah jadi dan peserta sudah mendapatkan umpan balik dari peserta lain. Di tahap ini mentor dapat memberikan masukan atau membantu peserta menentukan seperti apa revisi yang akan dilakukan dan merancang bentuk final ceritanya.

3. Panduan Per Tahap



Tahap 1 — Penulisan Draf (Latihan 10)

Yang perlu dicek mentor:

- Peserta sudah mulai menulis draf mengikuti Struktur Cerita (Latihan 7), dalam format yang sudah dipilih (Bagian D).
- Peserta tidak terjebak berusaha membuat draf pertama langsung sempurna. Ingatkan bahwa draf pertama boleh berantakan.

Pertanyaan yang bisa dipakai untuk cek-in:

- "Sudah sampai mana draf ceritanya? Bagian struktur mana yang sudah ditulis?"
- "Ada bagian yang bikin macet atau bingung mau mulai dari mana?"

Masalah umum dan cara membantu:

- Peserta bingung mulai dari mana → arahkan untuk mulai dari bagian struktur yang paling mudah ditulis, tidak harus berurutan dari Rumusan Masalah.
- Peserta merasa ceritanya "kurang menarik" atau ragu dengan idenya sendiri → ingatkan bahwa revisi baru terjadi di tahap berikutnya, draf pertama tidak perlu final.
- Peserta belum menulis sama sekali mendekati akhir Minggu 1 → cek apakah ada hambatan teknis (waktu, akses alat) atau hambatan personal (ragu, cemas), lalu sesuaikan dukungan atau perpanjangan waktu jika perlu.



Tahap 2 — Menerima Umpan Balik (Latihan 11)

Yang perlu dicek mentor:

- Peserta sudah menukar draf dengan minimal dua peserta lain.
- Umpan balik yang diterima sudah dicatat di tabel Latihan 11, termasuk rencana tindak lanjut untuk tiap masukan.

Peran mentor di tahap ini terutama fasilitasi, bukan menjadi pemberi umpan balik utama:

- Bantu menjodohkan pasangan/kelompok kecil untuk tukar draf jika peserta kesulitan menemukan sendiri.
- Jika mentor ingin turut memberi masukan, gunakan pertanyaan yang sama dengan Latihan 11 (bukan opini pribadi soal isu yang diangkat), supaya konsisten dengan pemantik yang sudah digunakan oleh peserta.
- Ingatkan peserta bahwa memberi masukan bukan menghakimi kualitas pengalaman orang lain. Fokus pada kejelasan dan dampak cerita.



Tahap 3 — Revisi dan Checklist Final (Latihan 12–13)

Yang perlu dicek mentor:

- Peserta sudah memutuskan masukan mana yang dipakai, dan revisi dilakukan untuk mengoptimalkan cerita yang ada, bukan mengubah tujuan/arrah ceritanya.
- *Checklist* Keamanan & Etika (Latihan 9) sudah dicek ulang setelah revisi, terutama jika ada perubahan detail tentang orang lain.
- *Checklist* Cerita Final (Latihan 13) sudah terisi lengkap.

Pertanyaan yang bisa dipakai untuk pengecekan:

- "Dari masukan yang diterima, mana yang dipakai dan mana yang tidak? Kenapa?"
- "Apakah sudah dicek lagi soal nama, identitas, atau detail orang lain di cerita setelah direvisi?"
- "Apakah cerita ini sudah terasa mewakili apa yang ingin disampaikan?"
- (Pertanyaan-pertanyaan ini bisa diajukan pada saat sesi 1-on-1 antara mentor dengan peserta).

4. Prinsip Pendampingan

- Mentor mendampingi proses, bukan menulis ulang cerita peserta. Masukan disampaikan sebagai pertanyaan atau opsi, bukan instruksi mengubah isi cerita.
- Cerita tetap milik peserta. Keputusan akhir soal isi, gaya, dan detail cerita ada di tangan peserta, termasuk saat peserta memilih untuk tidak memakai masukan mentor.
- Hormati hak peserta untuk menentukan apa yang ingin (atau tidak ingin) dibagikan — termasuk hak untuk berhenti di tahap draf saja tanpa pernah memublikasikan ceritanya. Ini prinsip yang sudah dijelaskan ke peserta di Bagian E toolkit, dan berlaku juga di fase pendampingan ini.
- Jaga kerahasiaan draf dan cerita peserta. Jangan membagikan isi cerita peserta ke pihak lain tanpa izin eksplisit, termasuk ke mentor lain atau tim program.
- Tetap perhatikan kondisi emosional peserta, terutama jika ceritanya menyangkut pengalaman berat atau sensitif. Jika peserta terlihat kesulitan secara emosional, prioritaskan itu di atas mengejar tenggat waktu.

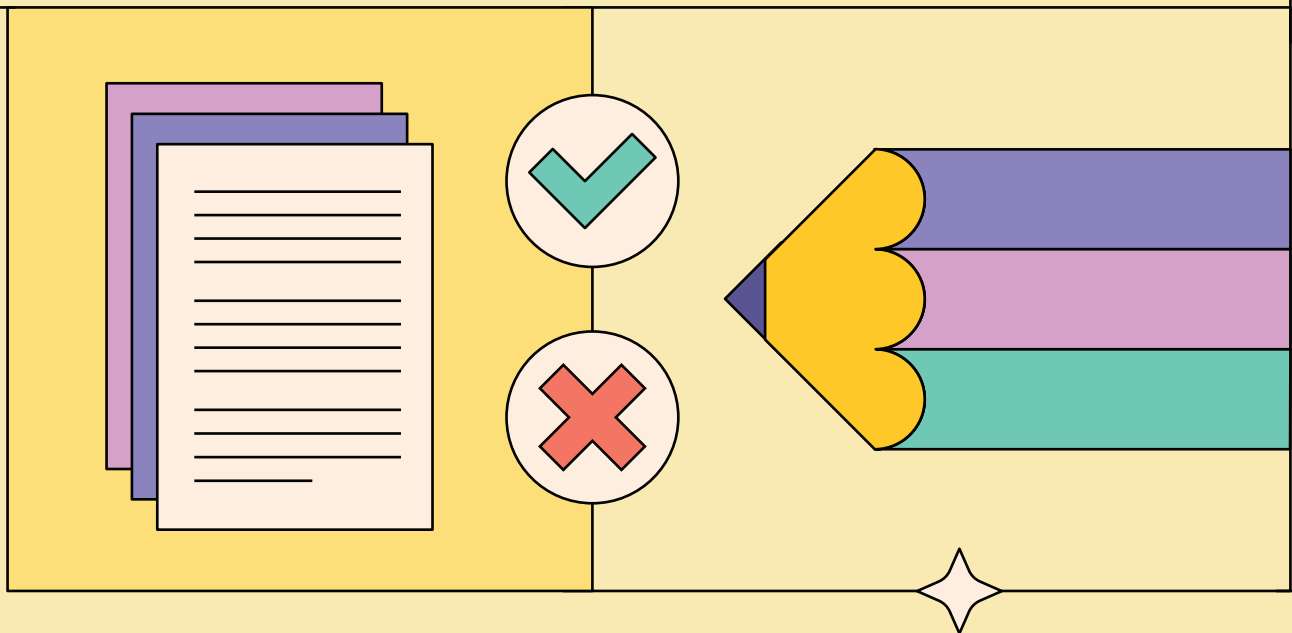
5. Checklist Pendampingan per Peserta

Gunakan tabel ini untuk melacak progres tiap peserta yang didampingi. Satu baris per peserta.

Nama Peserta	Draf Selesai Tepat Waktu (Mgg 1)	Umpan Balik Diterima (≥ 2 orang)	Revisi Dilakukan	Checklist Keamanan (L.9) Dicek	Checklist Cerita Final (L.13) Dicek	Catatan

Cerita dianggap siap (*Final Story*) ketika seluruh kolom pada baris peserta tersebut sudah terisi/tercentang. Setelah itu, cerita siap dikembangkan ke bentuk produksi akhir atau dibagikan, sesuai keputusan peserta sendiri.

SURVEI EVALUASI WORKSHOP STORYTELLING



Draf daftar pertanyaan untuk dipindahkan ke Google Form

Dokumen ini bukan lembar survei siap cetak, melainkan daftar pertanyaan lengkap dengan jenis dan opsinya, untuk memudahkan proses input ke Google Form. Diisi oleh peserta setelah menyelesaikan seluruh proses (workshop + pendampingan mentor).

Bagian 0 – Profil Dasar Peserta

Deskripsi: Data ini membantu kami memahami keberagaman peserta program dan tidak akan dikaitkan dengan identitas pribadi dalam pelaporan.

1. Nama (opsional)

Jenis: Isian singkat

Tandai sebagai tidak wajib.

2. Usia

Jenis: Isian singkat (angka)

3. Gender

Jenis: Pilihan ganda

- Perempuan
- Laki-laki
- Transpuan
- Transpria
- Non-biner/lainnya
- Tidak ingin menyebutkan

4. Domisili (kabupaten/kota)

Jenis: Isian singkat

5. Apakah ini pengalaman pertama kamu mengikuti kegiatan yang berhubungan dengan kewargaan/partisipasi aktif warga dalam demokrasi?

Jenis: Pilihan ganda

- Ya, ini yang pertama
- Tidak, aku sudah pernah terlibat sebelumnya

6. Latar belakang saat ini

Jenis: Pilihan ganda

- Mahasiswa
- Pekerja
- Aktivis/penggerak komunitas
- Belum bekerja/mencari kerja
- Lainnya

Bagian 1 – Indikator Capaian Program

1. Bagaimana kemampuan kamu pada aspek-aspek storytelling di bawah ini jika dibandingkan dengan sebelum mengikuti proses ini?

Jenis: Skala penilaian / Grid

Baris (item yang dinilai):

- Menemukan pengalaman bermakna yang bisa diolah menjadi cerita
- Merumuskan inti/premis dari sebuah cerita
- Menyusun cerita dengan alur yang jelas (awal-tengah-akhir)
- Menulis atau menyampaikan cerita sampai selesai dalam bentuk utuh

Kolom (skala): 1 Tidak mengalami peningkatan sama sekali / 2 Sedikit mengalami peningkatan / 3 Cukup mengalami peningkatan / 4 Mengalami peningkatan yang signifikan / 5 Mengalami peningkatan yang sangat signifikan

2. Bagaimana kemampuan kamu pada aspek-aspek komunikasi berikut ini jika dibandingkan dengan sebelum mengikuti proses ini?

Jenis: Skala penilaian / Grid

Baris (item yang dinilai):

- Menyampaikan pesan secara jelas kepada orang lain
- Menyesuaikan cara bercerita dengan audiens yang berbeda-beda
- Mendengarkan dan merespons masukan dari orang lain
- Menyampaikan pendapat secara publik

Kolom (skala): 1 Tidak mengalami peningkatan sama sekali / 2 Sedikit mengalami peningkatan / 3 Cukup mengalami peningkatan / 4 Mengalami peningkatan yang signifikan / 5 Mengalami peningkatan yang sangat signifikan

3. Dibandingkan sebelum mengikuti proses ini, seberapa besar perubahan Anda terkait aspek-aspek berikut (sikap sistemik)?

Jenis: Skala penilaian / Grid

Baris (item yang dinilai):

- Melihat pengalaman pribadi sebagai bagian dari kondisi yang lebih luas
- Mengenali siapa yang punya kuasa/pengaruh dalam sebuah situasi
- Menyadari bahwa pengalaman serupa mungkin juga dialami orang lain
- Meyakini bahwa pengalaman pribadi bisa jadi bagian dari upaya perubahan bersama

Kolom (skala): 1 Tidak mengalami peningkatan sama sekali / 2 Sedikit mengalami peningkatan / 3 Cukup mengalami peningkatan / 4 Mengalami peningkatan yang signifikan / 5 Mengalami peningkatan yang sangat signifikan

Bagian 2 – Keterampilan Menulis Secara Rinci

1. Seberapa besar peningkatan kemampuan kamu pada tiap keterampilan berikut, jika dibandingkan dengan sebelum mengikuti proses ini?

Jenis: Skala penilaian / Grid

Baris (item yang dinilai):

- Menemukan pengalaman/ide yang layak diceritakan
- Merumuskan premis atau inti cerita
- Melihat posisi, privilese, dan kuasa dalam sebuah pengalaman
- Menyusun argumen dan pesan untuk audiens
- Menyusun struktur cerita yang jelas
- Menyesuaikan cerita dengan audiens yang dituju
- Menulis draf cerita sampai selesai
- Memberi dan menerima feedback atas tulisan
- Merevisi tulisan berdasarkan masukan
- Mempertimbangkan keamanan dan etika sebelum membagikan cerita

Kolom (skala): 1 Tidak mengalami peningkatan sama sekali / 2 Sedikit mengalami peningkatan / 3 Cukup mengalami peningkatan / 4 Mengalami peningkatan yang signifikan / 5 Mengalami peningkatan yang sangat signifikan

Bagian 3 – Evaluasi Fasilitas Workshop

1. Fasilitator menyampaikan materi dan instruksi dengan jelas.

Jenis: Skala 1-5

1 Sangat tidak setuju / 2 Tidak setuju / 3 Netral / 4 Setuju / 5 Sangat setuju

2. Fasilitator membantu proses belajar saya dengan baik.

Jenis: Skala 1-5

1 Sangat tidak setuju / 2 Tidak setuju / 3 Netral / 4 Setuju / 5 Sangat setuju

3. Waktu yang disediakan untuk tiap latihan cukup.

Jenis: Skala 1-5

1 Sangat tidak setuju / 2 Tidak setuju / 3 Netral / 4 Setuju / 5 Sangat setuju

4. Suasana workshop terasa nyaman untuk berbagi pengalaman pribadi.

Jenis: Skala 1-5

1 Sangat tidak setuju / 2 Tidak setuju / 3 Netral / 4 Setuju / 5 Sangat setuju

5. Secara keseluruhan, aku puas dengan sesi workshop ini.

Jenis: Skala 1-5

1 Sangat tidak setuju / 2 Tidak setuju / 3 Netral / 4 Setuju / 5 Sangat setuju

Bagian 4 – Evaluasi Pendampingan Mentor

1. Mentor menghubungiku secara berkala selama proses pendampingan.

Jenis: Skala 1-5

1 Sangat tidak setuju / 2 Tidak setuju / 3 Netral / 4 Setuju / 5 Sangat setuju

2. Mentor membantuku menyelesaikan cerita tepat waktu.

Jenis: Skala 1-5

1 Sangat tidak setuju / 2 Tidak setuju / 3 Netral / 4 Setuju / 5 Sangat setuju

3. Sesi tukar-feedback dengan sesama peserta membantu memperbaiki ceritaku.

Jenis: Skala 1-5

1 Sangat tidak setuju / 2 Tidak setuju / 3 Netral / 4 Setuju / 5 Sangat setuju

4. Proses pendampingan jarak jauh (chat/daring) berjalan lancar bagiku.

Jenis: Skala 1-5

1 Sangat tidak setuju / 2 Tidak setuju / 3 Netral / 4 Setuju / 5 Sangat setuju

5. Kendala apa yang kamu alami selama dua minggu masa pendampingan, jika ada?

Jenis: Isian panjang (paragraf)

Tandai sebagai tidak wajib.

Bagian 5 – Refleksi Terbuka

1. Bagian atau latihan mana yang paling membantu proses menulis kamu? Jelaskan kenapa.

Jenis: Isian panjang (paragraf)

2. Bagian atau latihan mana yang paling sulit atau menurutmu perlu diperbaiki? Jelaskan kenapa.

Jenis: Isian panjang (paragraf)

3. Apa perubahan cara pandang paling signifikan kamu Anda rasakan setelah mengikuti keseluruhan proses ini (workshop dan pendampingan)?

Jenis: Isian panjang (paragraf)

