

NASKAH PUBLIKASI

MINE



Oleh :

Dea Tri Rahmawati

NIM: 1611627011

**TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI S-1 TARI
JURUSAN TARI FAKULTAS SENI PERTUNJUKAN
INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA
GASAL 2021/2022**

Koreografi *MINE*: Sifat Posesif Sebagai Sumber Penciptaan Karya Tari

Oleh : Dea Tri Rahmawati

NIM: 1611627011

Pembimbing Tugas Akhir:

Dra. Setyastuti M.Sn. dan Dra. Tutik Winarti M.Hum

Jurusan Tari, Fakultas Seni Pertunjukan, Institut Seni Indonesia Yogyakarta

E-mail: dearahma677@gmail.com

RINGKASAN

Karya tari yang berjudul *MINE* merupakan karya baru yang terinspirasi dari pengalaman empiris penata yang menjadi sumber ide penciptaan dari sebuah hubungan (*relationship*) antara penata dengan pasangannya. Dimana penata memiliki sifat posesif yang merupakan keinginan untuk memiliki, dan takut kehilangan atau cemburu yang berlebihan. Sifat posesif ini menjadi sebuah kegelisahan dan ketakutan yang dialami penata ketika memiliki sebuah hubungan dengan pasangannya. Pengalaman empiris penata mengenai sifat posesif yang penata miliki diaktualisasikan ke dalam lima adegan tari.

Proses penciptaan karya tari ini dilakukan dengan menerapkan metode yang dikemukakan oleh Alma M. Hawkins yaitu dengan tahap eksplorasi, improvisasi, komposisi, evaluasi. Metode lain yang digunakan yaitu mengalami/mengungkapkan, melihat, merasakan, mengkhayalkan, mengejawantahkan, hingga proses pembentukan. Metode tersebut dilakukan guna memperkaya cara dalam proses penciptaan karya tari. Proses penciptaan direalisasikan dengan wujud koreografi tunggal dalam bentuk film tari.

Gerak tari yang digunakan dalam karya tari ini menggunakan gerak tari kontemporer, yang diperoleh melalui proses eksplorasi dan improvisasi gerak berdasarkan pada pengalaman ketubuhan penata sendiri saat bereaksi terhadap sifat posesif yang muncul yang menimbulkan rasa khawatir, ketidaknyamanan dan amarah. Di samping menggunakan gerak tari sebagai elemen utama untuk menyampaikan ide, elemen lainnya seperti unsur sinematografi, kostum, musik, setting artistik, dan tata cahaya juga turut digunakan untuk memperkuat visualisasi ide karya tari mengenai sebuah sifat posesif. Musik pada karya tari *MINE* diciptakan dengan menggunakan musikal *instrument digital interface (MIDI)*.

Kata Kunci; *Relationship, Posesif, Asmara.*

ABSTRACT

MINE is the title of a dance work that comes inspired by the empirical experience of the choreographer which is the source of the idea of creating a relationship between the choreographer and her partner. Where the choreographer has a possessive nature that is a desire to have, and the fear of losing or excessive jealousy. This possessive trait becomes an anxiety and fear experienced by the choreographer when he has a relationship with her partner. The choreographer's empirical experience of the possessive nature of the choreographer is actualized into five dance scenes.

The process of creating this dance work is done by applying the method proposed by Alma M. Hawkins, namely the stage of exploration, improvisation, composition, evaluation. Other methods used are experiencing / expressing, seeing, feeling, imagining, until the formation process. The method is done to enrich the way in the process of creating a dance work. The process of creation is realized in the form of a single choreography in a dance film.

The dance moves used in this dance work use contemporary dance moves, which are obtained through the process of exploration and improvisation of the movement based on the experience of the choreographer body's when reacting to the emerging possessive traits that cause anxiety, discomfort and anger. In addition to using dance moves as the main element to convey ideas, other elements such as cinematography elements, costumes, music, artistic settings, and lighting are also used to enhance the visualization of dance ideas about a possessive nature. Music on the MINE dance work was created using the musical instrument digital interface (MIDI).

Keywords: Relationship, Possessive, Romance.

I. PENDAHULUAN

Karya *MINE* merupakan gambaran sebuah pengalaman empiris penata yang menjadi sumber ide penciptaan dari sebuah hubungan (*relationship*) antara penata dengan pasangannya. Dimana penata memiliki sifat posesif yang merupakan keinginan untuk memiliki, dan takut kehilangan atau cemburu yang berlebihan. Sifat posesif ini menjadi sebuah kegelisahan, ketakutan, dan ketidaknyamanan yang dialami penata ketika memiliki sebuah hubungan dengan pasangannya.

Sifat posesif adalah sifat yang sering muncul dalam sebuah hubungan asmara. Sikap posesif ini merupakan kumpulan dari rasa tidak aman, tidak percaya diri, kesepian, ketergantungan, dan takut kehilangan. Sifat ini dapat berupa tindakan pasif seperti perasaan tidak senang, emosi dan kesal sampai berupa tindakan agresif seperti tidak mengontrol diri dan menyerang pasangan.

Penyebab timbulnya sifat posesif bisa disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya adalah seorang posesif cemburu terhadap pasangan yang sering menghabiskan waktu dengan teman lawan jenisnya (Amirah Ahlamiah, wawancara), seorang posesif tidak terima jika pasangannya menghabiskan waktu dengan kesibukannya sendiri (Fransisca Oriza, wawancara) , dan seorang posesif yang tidak bisa jarak jauh dengan pasangannya / *Long Distance Relationship* (Dimas Arya, wawancara). Penata menyadari bahwa dirinya adalah seorang yang posesif terhadap pasangannya setelah penata menyadari bahwa timbul rasa khawatir dan rasa ketidakpercayaan terhadap pasangannya yang didasari akan rasa takut kehilangan yang berakibat cemburu yang berlebihan. Keadaan seperti itu yang membuat perasaan penata merasa tidak nyaman dan melakukan tindakan mengekang pasangan sehingga penata merasa memiliki hak untuk mengatur kegiatan apapun yang pasangannya lakukan.

MINE sebagai judul karya yang diciptakan akan mencoba merepresentasikan pengalaman tubuh saat merasakan kekhawatiran dan ketidaknyamanan. Kedua rasa yang bercampur menjadikan sebuah amarah karena penata merasa berhak atas tindakannya yang sudah disepakati bahwa penata dan pasangannya sudah mengikat hubungan kedalam sebuah hubungan pacaran.

Karya *MINE* lebih berfokus pada ketidaknyamanan penata atas sifat posesif yang dimilikinya. Sebuah sifat yang tidak bisa dihilangkan, selalu melekat dan muncul ketika rasa curiga dan khawatir datang. Permasalahan ini akan diekspresikan kedalam koreografi tunggal dengan struktur atau urutan bagian berdasarkan pengalaman hubungan penata dengan pasangannya. Berawal dari muncul sebuah rasa tertarik, pengenalan, yang kemudian menjalin hubungan yang semakin dalam hingga muncul sifat posesif yang ada dalam diri penata. Karya *MINE* menggunakan tipe tari dramatik dengan tujuan untuk memperkuat suasana dari cerita yang ingin disampaikan.

II. PEMBAHASAN

A. Konsep Koreografi

MINE merupakan judul pada karya tari yang diciptakan dari pengalaman empiris sebagai seorang yang memiliki sifat posesif. Tema dan judul tersebut muncul karena adanya ketidaknyamanan sebagai seorang yang posesif terhadap pasangannya untuk dijadikan sumber ide penggarapan karya tari. *MINE* merupakan wujud interpretasi sebagai seorang posesif yang diwujudkan ke dalam sebuah koreografi. Pemilihan judul tersebut menjadi pijakan dasar untuk mewujudkan atau memvisualisasikan seorang yang posesif dengan tipe tari dramatik. Tari dramatik dapat dipahami sebagai gagasan yang dikomunikasikan sangat kuat dan penuh daya pikat, dinamis yang memusatkan perhatian pada sebuah kejadian atau suasana yang tidak menggelar cerita.

Koreografi ini ditarikan oleh penari tunggal perempuan di mana penata juga sebagai penari di dalam karya *MINE*. Hal ini dilakukan karena dipahami dan dialami sendiri apa yang sedang dirasakan bagaimana menjadi seseorang yang posesif dengan melakukan olah rasa di dalam karya tari.

Dalam karya *MINE* penata menggunakan unsur sinematografi. Sinematografi adalah perlakuan terhadap kamera dan filmnya, serta hubungan kamera dengan obyek yang diambil. Unsur ini selain bertujuan untuk mendapatkan sisi dramatik dari karya ini, juga menggambarkan interaksi dan relasi yang sedang di jalani oleh penata bersama dengan pasangannya. Maksud dari konsep ini adalah

kamera tidak hanya menangkap moment pergerakan penata tari dari satu sisi tetapi berinteraksi secara langsung dengan penata yang mengikuti kemanapun arah gerak penata atau sebaliknya, disini dimaksudkan kamera memiliki peran sebagai pasangan dari penata.

Koreografi *MINE* diciptakan berdasarkan rangsang gagasan ,rangsang kinestetik dan rangsang visual. Rangsang gagasan berkaitan dengan dorongan pengalaman empiris tentang sifat posesif yang diwujudkan ke dalam koreografi tunggal. Rangsang gagasan juga menjadi dorongan dalam menentukan alur dramatik dalam karya *MINE*. Rangsang kinestetik berkaitan dengan pengalaman penata yang sering melakukan sentuhan secara langsung dengan pasangannya, seperti berpegang tangan, memeluk, serta merengkuh pasangannya, yang kemudian muncul ide gerak melalui rangsang tersebut. Rangsang visual berkaitan dengan pengalaman penata menonton dan mendalami film *Posesif* yang menjadi salah satu sumber acuan karya *MINE*. Rangsang visual ini digunakan untuk penata bisa mengamati sosok yang posesif selain diri penata sendiri. Perilaku yang ditunjukkan oleh sosok yang posesif dapat diamati jelas oleh penata melalui rangsang visual ini.

Tema merupakan bingkai besar yang membatasi suatu karya. Dengan adanya tema, seorang penata tari memiliki batasan dalam membuat suatu bentuk koreografi. Karya tari yang diciptakan kali ini bertemakan mengekspresikan sifat seorang posesif. Munculnya tema ini disebabkan oleh adanya rasa ketidaknyamanan penata sebagai seseorang yang memiliki sifat posesif teradap pasangannya yang kemudian mencoba untuk mengekspresikan karakter tersebut ke dalam bentuk koreografi.

Judul merupakan salah satu komponen dalam sebuah karya tari juga sebagai identitas dari tarian itu sendiri. Judul juga sebagai media untuk menyampaikan hal yang ditampilkan nantinya. Judul karya tari ini adalah *MINE*. Kata *MINE* mempunyai pengertian dalam bahasa inggris yang artinya ‘milikku’, dan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia sendiri ‘milik’ memiliki arti kepunyaan dan hak. Penggunaan judul *MINE* ini sangat mewakili dari seseorang posesif di mana dia sangat mengekang dan membatasi pasangannya karena dia merasa telah memiliki

hak atas kepunyaan berdasarkan status yang sudah disepakati antara dirinya dengan pasangannya.

Istilah bentuk ungkap dapat dipahami sebagai tipe tari dan cara ungkap dimengerti sebagai mode penyajian. Maka dari itu meminjam konsep tipe tari yang dinyatakan oleh Smith karya tari ini dapat dikatakan memiliki tipe tari dramatik yang mengandung arti bahwa gagasan yang dikomunikasikan sangat kuat dan penuh daya pikat dinamis dan banyak ketegangan serta dimungkinkan melibatkan konflik perorangan dengan dirinya sendiri atau dengan orang lain. Tari dramatik memusatkan pada sebuah kejadian atau suasana yang tidak menggelarkan cerita. Pemilihan motif gerak yang berangkat dari gerak representasi seorang yang posesif sesuai imajinasi penata tari, maka karya ini dapat memiliki mode penyajian simbolis yang berarti memeras intisari atau karakteristik umum seorang posesif dan menambah gambaran lain menjadi aksi atau tekanan dinamis.

Gerak adalah dasar ekspresi, oleh sebab itu gerak dapat kita pahami sebagai ekspresi dari semua pengalaman emosional. Gerak yang diwujudkan dalam koreografi ini berangkat dari gerak mengekang, menampar, menarik, lari, dan memukul yang dikembangkan dalam konsep ruang, waktu, dan tenaga. Pola gerak tersebut digabung serta dikomposisikan ke dalam bentuk koreografi tunggal dengan aspek-aspek pendukung didalamnya. Gerak keseluruhan dilakukan sesuai dengan ketubuhan penari. Permainan dinamika gerak dengan memanfaatkan aspek ritme yang ritmis dan dinamis dengan menyesuaikan antar motif gerak dengan instrument musik.

Musik yang digunakan untuk mengiringi koreografi ini adalah *Musical Instrument Digital Interface* (MIDI). Suara yang terekam dalam bentuk MIDI dimaksudkan untuk lebih menguatkan aksentuasi dari gerak itu sendiri dan lebih banyak menguasai beberapa instrument yang digabungkan untuk lebih membangun suasana dalam koreografi. Dalam karya *MINE* ini juga menggunakan instrument cello yang di rekam dan dimasukkan ke dalam bentuk MIDI. Permainan cello ini terdapat dalam adegan III yang kontras dengan gerakan klimaks dari koreografi. Instrument cello sendiri berfungsi sebagai pembangun suasana yang mencekam namun tidak terpaku pada melodis.

Rias dalam koreografi ini menggunakan rias korektif natural untuk penari. Busana yang digunakan adalah berupa *jumpsuit* (bagian dalam) dan gaun panjang berbahan dasar tile (bagian luar). Desain keduanya memberikan efek sebagaimana sifat posesif yang melekat terus membayangi dan mengikuti. Busana penari menggunakan kain yang bersifat ringan dan fleksibel dasar warna merah yang menggambarkan adanya amarah dari sifat keposesifan. Tatanan rambut koreografer menggunakan tatanan rambut panjang yang dikepang kecil-kecil. Di mana menggambarkan sebuah gambaran seorang posesif yang yang suka memperkarakan masalah kecil yang akhirnya menumpuk dan menjadi berat. Tatanan rambut ini sendiri memberikan efek tidak langsung terhadap gerak dan secara visual terlihat berat.

Kehadiran tata cahaya dalam karya *MINE* sangatlah penting karena karya ini banyak menampilkan permainan suasana, dimensi ruang, waktu, dan tentunya tata cahaya memperkuat konsep tari. Di samping sebagai penerangan, kehadiran tata cahaya dalam sebuah karya tari dapat menimbulkan imajinasi penonton. Tata Cahaya mempunyai arti sebagai suatu metode atau sistem yang diterapkan pada pencahayaan yang didasari demi menunjang kebutuhan seni pertunjukan dan penonton.

B. Wujud Koreografi

Proses penciptaan karya tari dilakukan melalui beberapa tahapan dengan menerapkan metode-metode pemahaman konsep tertentu. Metode yang digunakan dalam proses penciptaan karya tari *MINE* ini mengacu pada metode yang dikemukakan oleh Alma M. Hawkins yang terdiri dari tahap eksplorasi, improvisasi, *forming* atau komposisi dan evaluasi. Metode lain juga digunakan oleh penata yaitu tahap mengalami/mengungkapkan, melihat, merasakan, mengkhayalkan, mengejawantahkan, hingga proses pembentukan yang dikemukakan Hawkins dalam bukunya yang berjudul *Moving From Within: A New Method for Dance Making* tahun 1991 yang diterjemahkan oleh I Wayan Dibia, *Bergerak Menurut Kata Hati: Metode Baru dalam Menciptakan Tari*. Kedua metode tersebut dilakukan guna memperkaya cara dalam proses penciptan karya tari serta memiliki kecenderungan yang sama dalam penerapannya. Hanya saja

metode yang dikemukakan Hawkins pada buku *Bergerak Menurut Kata Hati* memberi tekanan pada rasa. Berikut diuraikan hasil akhir dari proses penciptaan karya tari MINE dalam beberapa adegan, di antaranya:

a. Adegan I

Adegan I menggambarkan karakteristik seorang posesif yang ada dalam diri penata, dalam adegan ini lebih menonjolkan rasa emosional dan amarah penata tari sebagai seorang posesif yang ditarikan tunggal olah penata sekaligus penari. Di dalam adegan ini sudah menggunakan properti berupa rantai yang di ikatkan pada kedua tangan penari yang menggambarkan sebuah relasi. Teknik gerak lebih menggunakan ekspresi wajah emosional yang muncul dari dalam diri penata. Dalam adegan ini juga menggunakan sebuah teriakan yang menggambarkan ketidaknyamanan yang dialami penata sehingga dilampiaskan kadalam sebuah teriakan. Kemudian dilanjutkan dengan gerakan yang frontal yang menggambarkan kegelisahan dari seorang yang posesif.



Gambar 01. Sikap penata pada adegan I, kedua tangan diikat menggunakan properti rantai.
(Foto: Fahreza, 2021)

b. Adegan II

Adegan II menggambarkan awal mula seorang penata mengenal sosok laki-laki yang menarik perhatiannya yang kemudian membuatnya merasakan detakan yang tidak biasa. Merasakan jatuh cinta dan kenyamanan ditengah menjalin

hubungna asmara. Teknik gerak yang digunakan berupa teknik *lovedance* yang ditarikan tunggal teknik ini dibantu kamera yang memiliki peran menjadi objek sesosok laki-laki tersebut. Adegan ini digambarkan mulai dari pendekatan yang ditunjukkan dengan gerak perkenalan mengayunkan tangan yang dilanjutkan berlari-larian yang menggambarkan kesenangan saat dilanda jatuh cinta dan akhirnya mendapatkan kenyamanan yang digambarkan melalui gerakan memeluk, mencium hingga penggambaran puncak hubungan ternyaman dengan menggunakan gerak mereguk.



Gambar 02. Sikap penata saat berinteraksi terhadap kamera yang memiliki peran sebagai pasangannya dalam adegan II.
(Foto: Fahreza ,2021)

c. Adegan III

Adegan III memvisualisasikan proses amarah mulai muncul dari dalam diri penata yang disebabkan oleh perkara yang dibuat oleh pasangannya. Dalam adegan ini muncul rasa khawatir dan gelisah dengan menggunakan teknik menggerakkan tangan seolah berbicara kepada pasangannya, kemudian muncul amarah dari si posesif yang kemudian terjadi perselisihan antara keduanya dengan gambaran adanya saling kejar, adu mulut, dan memukul yang dilakukan si posesif terhadap objek



Gambar 03. Penata dan *videographer* saat saling mengejar pada bagian adegan III.
(Foto: Fahreza, 2021)

d. Adegan IV

Adegan IV memvisualisasikan adegan klimaks dimana karakter posesif mulai muncul. Dalam adegan ini menggunakan teknik gerak yang emosional seperti menampar, jatuh bangun, dan menggunakan aspek ruang yang lebih luas. Motivasi amarah yang timbul dari si posesif adalah seolah menyalahkan dirinya sendiri yang memiliki sifat negatif tersebut, karena si posesif tidak bisa mengontrol sifat yang muncul maka si posesif menyalahkan dirinya sendiri dan meluapkan segala kegelisahan ke dalam adegan ini. Di dalam adegan ini dibantu dengan tatanan permainan lighting yang memunculkan sisi gelap dari seorang penata yaitu sifat posesif yang digambarkan melalui bayangan penata yang dimunculkan dari tembakan lighting ke arah penata.



Gambar 04. Sikap penata depresi dalam adegan IV yang diambil dari posisi high angle, dengan cahaya dari special light.
(Foto: Fahreza. 2021)

e. Adegan V

Adegan V memvisualisasikan tentang sifat posesif yang timbul dalam diri penata yang ternyata sudah melekat dalam diri penata. Dalam adegan digambarkan dengan adanya ikatan rantai yang telah terpasang di kedua tangan dan kaki penata yang menyimbolkan bahwa simbol ikatan itu tidak bisa lepas atau hilang dari si posesif. Rantai tersebut menarik si penari menuju ke atas yang menggambarkan bahwa penari sudah terikat dengan sifat posesif itu yang menjadikan penata seolah-olah terkuasai oleh sifat posesif tersebut dengan menunjukkan ekspresi senyum dan tatapan sinis ke depan objek yang menunjukkan itu adalah sifat jahat yang dimiliki si posesif.



Gambar 05. Pose penata diikat rantai di kedua tangan dan kaki pada bagian ending.
(Foto : Fahreza, 2021)

III. KESIMPULAN

Karya *MINE* adalah karya baru yang merupakan hasil gambaran yang bersumber dari pengalaman empiris penata yang menjadi sumber ide penciptaan dari sebuah hubungan (*relationship*) antara penata dengan pasangannya. Dimana penata memiliki sifat posesif yang merupakan keinginan untuk memiliki, dan takut kehilangan atau cemburu yang berlebihan. Sifat posesif ini menjadi sebuah kegelisahan dan ketakutan yang dialami penata ketika memiliki sebuah hubungan dengan pasangannya. Hasil akhir dari penciptaan karya tari ini menggunakan alih media berupa audio visual dengan durasi karya 10 menit 49 detik. *Panggung proscenium* dijadikan sebagai ruang pentas.

Karya tari *MINE* dapat dikatakan sebagai klimaks penciptaan karya selama menempuh Pendidikan S-1 di Jurusan Tari, Fakultas Seni Pertunjukan, Institut Seni Indonesia Yogyakarta. Hasil pembelajaran dan pengetahuan yang diperoleh selama belajar, coba diluapkan dalam proses perwujudan karya Tugas Akhir ini. Evaluasi serta masukan dari seluruh kalangan baik akademik maupun non akademik, menjadi salah satu pemicu kreativitas dan semangat berkarya.

Mengkomposisi karya tari bukanlah hal mudah. Dibutuhkan ketelitian dan kreativitas yang tinggi untuk menyatukan semua elemen-elemen pendukung

tari seperti gerak, sinematografi, musik, setting, tata rias, kostum, tata cahaya, dan lain-lain. Dalam karya *MINE* video dan juga musik menjadi hal yang sangat penting karena hasil penciptaan dari karya tari *MINE* akan di pertunjukkan kedalam bentuk audio visual yang di mana hasil sinematografi dan juga audio sangat diperhatikan. Maka dari itu, seorang penata tari harus jeli dalam memilih videographer dan juga penata musik sekaligus konsep untuk keduanya, dan tentunya mampu memahami apa yang diinginkan oleh penata tari.



DAFTAR SUMBER ACUAN

A. Sumber Tulisan

- Arshani Febbi , *Teknik Dasar Sinematografi*, <https://www.idntimes.com/>, diakses pada tanggal 21 September 2020.
- Ellfeldt, Louis, terjemahan Sal Murgiyanto, 1997. *Pedoman Dasar Penata Tari*. Jakarta: Lembaga Pendidikan Kesenian.
- Feist, J dan Feist G J. 2010. *Teori Kepribadian*. Edisi 7 Buku II. Alih Bahasa Sjahputri S.P. Jakarta : Salemba Humanika.
- Gunarsa, S.D. 2005. *Psikologi Remaja*. Jakarta : Gunung Mulia.
- Guntur. 2016. *Metode Penelitian Artistik*, Yogyakarta: ISI Press.
- Hadi, Y. Sumandiyo. 2016. *Koreografi Bentuk-Teknik-Isi*. Yogyakarta: Cipta Media.
- Hadi, Y. Sumandiyo. 2017. *Koreografi Ruang Proscenium*. Yogyakarta: Cipta Media.
- Hawkins, Alma, terjemahan Y. Sumandiyo Hadi. 2003. *Mencipta Lewat Tari*. Yogyakarta: Manthili.
- Hawkins, Alma, terjemahan I Wayan Dibia, 2003. *Bergerak Menurut Kata Hati: Metode Baru dalam Mencipta Tari*. Jakarta: Ford Foundation dan Masyarakat Seni Pertunjukan Indonesia.
- Hurlock, Elizabeth B. 2011. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Langer, Suzanne K, terjemahan F.X. Widaryanto, 2006. *Problematika Seni*. Bandung: Sunan Ambu Press STSI.
- Martono, Hendro. 2012. *Panggung Pertunjukan dan Berkesenian* Yogyakarta: Multi Grafindo.
- Martono, Hendro. 2015. *Mengenal Tata Cahaya Seni Pertunjukan*. Yogyakarta: Cipta Media.

- Mascelli, A.S.C, Joseph V. 2010, *Lima Jurus Sinematografi*, Jakarta: Fakultas Film dan Televisi IKJ.
- Meri, L. A terjemahan R. M. Soedarsono, 1976. *Komposisi Tari: Elemen-elemen Dasar*, Yogyakarta: Akademi Tari Indonesia.
- Murgiyanto, Sal. 1983. *Koreografi*. Yogyakarta: Ditjendasmen. Depdikbud, Jakarta.
- Murgiyanto, Sal. 1983. *Koreografi Pengetahuan Dasar Komposisi Tari*. Jakarta: Proyek Pengadaan Buku Pendidikan Menengah Kejuruan.
- Nugroho, Eko. 2008. *Pengenalan Teori Warna*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Prasita, Himawan. 2017. *Memahami Film Edisi 2*. Yogyakarta: Montase Press.
- Sarwono, Sarlito W. 2012. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sedyawati, Edi, dkk. 1998. *Indonesian Heritage: Performing Arts*. Singapura: Archipelago Press.
- Smith, Jacqueline, terjemahan Ben Suharto S. 1985. *Komposisi Tari: Sebuah Petunjuk Praktis Bagi Guru*, Yogyakarta: Ikalasti.
- Sundari, S. 2005. *Kesehatan Mental Dalam Kehidupan*. Cetakan 1. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Walgito, Bimo. 2004. *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia

B. Sumber Lisan

Mirza Adi Prabowo, S.Psi., M. Psi., Psikolog Klinis. Magister Psikolog, Universitas Mercubuana Yogyakarta

C. Sumber Diskografi

Video karya tugas Koreografi Mandiri yang berjudul *POSESIF* oleh Dea Tri Rahmawati dipentaskan di *Youtube* oleh Jurusan Tari ISI Yogyakarta pada 5 Januari 2021. Dokumentasi diambil oleh Saputro Dewo Santoso.

Film berjudul *POSESIF* disutradarai oleh Edwin dan ditulis oleh Gina, S. Noer. Berdurasi 102 menit, dirilis pada 26 Oktober 2017.

