

SKRIPSI
SELF CONFIDENCE



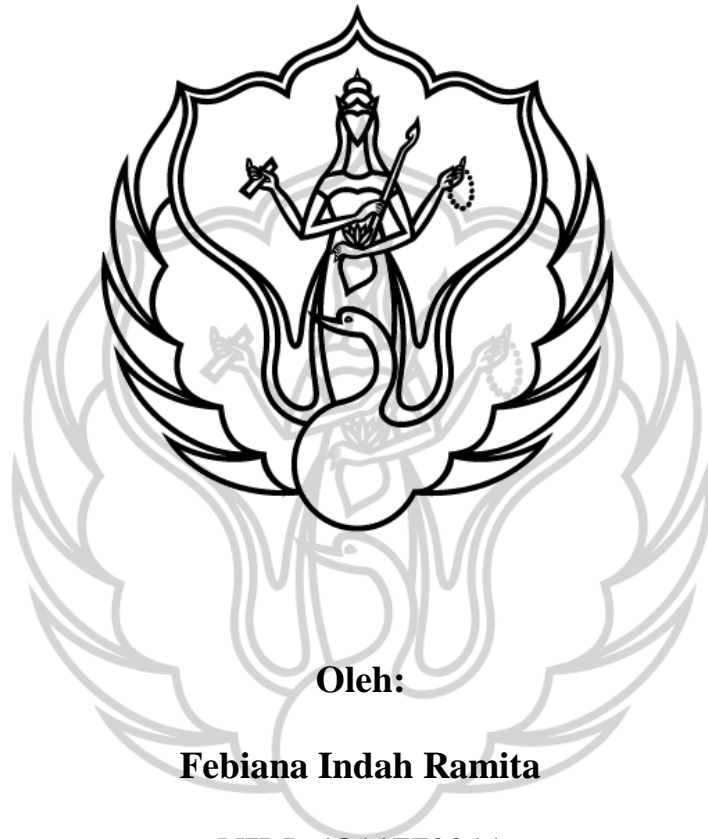
Oleh:

Febiana Indah Ramita

NIM: 1811770011

TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI S1 TARI
JURUSAN TARI FAKULTAS SENI PERTUNJUKAN
INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA
GENAP 2021/2022

SKRIPSI
SELF CONFIDENCE



Oleh:

Febiana Indah Ramita

NIM: 1811770011

Tugas Akhir Ini Diajukan Kepada Dewan Penguji
Fakultas Seni Pertunjukan Institut Seni Indonesia Yogyakarta
Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Mengakhiri Jenjang Studi Sarjana S1
Dalam Bidang Tari
Genap 2021/2022

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir berjudul:

SELF CONFIDENCE diajukan oleh Febiana Indah Ramita, NIM 1811770011, Program Studi S-1 Tari, Jurusan Tari, Fakultas Seni Pertunjukan Institut Seni Indonesia Yogyakarta (Kode Prodi: 91231), telah dipertanggungjawabkan di depan Tim Penguji Tugas Akhir pada tanggal 09 Juni 2022 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima.

Ketua Jurusan/Ketua Penguji



Dr. Rina Martiara, M. Hum

NIP 196603061990032001/NIDN 0006036609

Pembimbing I/ Anggota Penguji



Dr. Darmawan Dadijono, M.Sn

NIP 196709171992031002/NIDN 0017096704

Pembimbing II/ Anggota Anggota Penguji



Ni Kadek Raj Dewi Astini, S.Sn., M.Sn

NIP 197706222006042001/NIDN 0022067705

Cognate/Penguji Ahli



Dr. Hendro Martono, M. Sn

NIP 195902271985031003/NIDN 0027025902

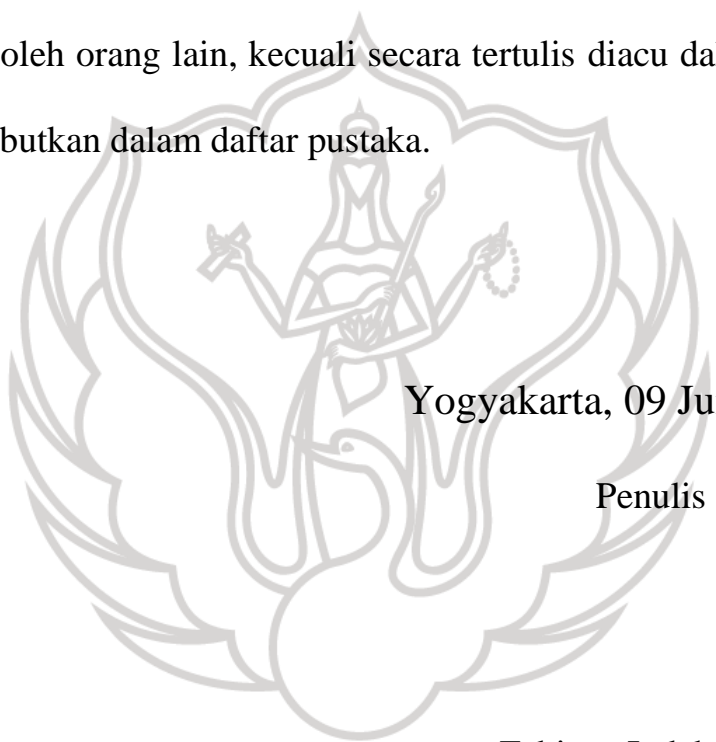
Mengetahui,
Ketua Jurusan Tari, Fakultas Seni Pertunjukan
Institut Seni Indonesia Yogyakarta



Dr. Dra. Suryati, M. Hum
NIP 196409012006042001/NIDN 0001096407

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.



Yogyakarta, 09 Juni 2022

Penulis

Febiana Indah Ramita

KATA PENGANTAR

Dengan mengucap rasa syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat serta karunia-Nya, sehingga penata dapat menyelesaikan penyusunan penulisan dan penciptaan karya Tugas Akhir yang berjudul “*Self Confidence*” dengan baik.

Banyak halangan dan rintangan menyertai proses pengkaryaan ini, namun berkat usaha, tenaga dan doa dari orang tua dan teman-teman yang telah mendukung penata untuk berkarya, hal tersebut dapat dilalui seiring berjalannya waktu hingga pementasan karya berlangsung. Banyaknya harapan dari karya tari “*Self Confidence*” ini untuk dapat menginspirasi dan memberikan manfaat baik bagi pembaca karya tulis hasil penciptaan karya tari ini.

Penciptaan karya dan penulisan ini disusun dan diajukan untuk memenuhi syarat kelulusan Studi S1 Jurusan Tari Fakultas Seni Pertunjukan Institut Seni Indonesia Yogyakarta. Penciptaan karya dan penulisan ini dapat tercipta berkat bantuan dari berbagai pihak. Perkenankanlah pada kesempatan kali ini penata menyampaikan ucapan terima kasih, kepada :

1. Tuhan Yang Maha Esa yang telah menyertai dalam setiap langkah penata dan memberikan kelancaran dari awal proses pengkaryaan hingga terciptanya pementasan karya tari yang berjudul “*Self Confidence*”.
2. Dr. Darmawan Dadijono, M.Sn selaku Dosen Wali dan Pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dari proses pematangan konsep karya, penulisan hingga proses pengkaryaan.

3. Ni Kadek Rai Dewi Astini, S. Sn., M. Sn. selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk dapat melakukan bimbingan maupun konsultasi dari proses penulisan hingga pengkaryaan.
4. Dr. Rina Martiara, M. Hum sebagai Ketua Jurusan Tari yang telah memberikan bimbingan selama belajar di ISI Yogyakarta.
5. Kepada kedua orang tua yang senantiasa selalu mendoakan dan memberikan dukungan dalam berbagai hal.
6. Seluruh dosen Jurusan Tari Fakultas Seni Pertunjukan ISI Yogyakarta atas ilmu dan dedikasinya yang telah diberikan.
7. Karyawan jurusan tari FSP ISI Yogyakarta yang telah membantu menyediakan ruang untuk setiap proses latihan hingga ujian berlangsung.
8. UPT ISI Yogyakarta dan Grhama Pustaka yang telah memberikan ruang baca, sehingga dapat menambah pengetahuan dan banyaknya sumber yang didapatkan, penata juga dapat memahami lebih lanjut beberapa hal terkait dengan penciptaan karya.
9. Nur Istikomah selaku *Stage Manager* yang selalu mengingatkan jadwal latihan, memberikan evaluasi dan semangatnya kepada penata tari dan kepada semua pendukung karya "*Self Confidence*".
10. Astrie Phangastuti dan Salsabila Oktaviani sebagai penari yang sudah meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya untuk dapat berproses bersama dalam Tugas Akhir penciptaan karya tari yang berjudul "*Self Confidence*".

11. Untuk Andhal Satria sebagai penata musik, terima kasih karena telah memberikan alunan musik yang membangun suasana dan menambah estetika dalam karya tari yang diciptakan.
12. Rizky Biawak, Erwinpandapa, dan Sefiyan Allan Permadi sebagai *player*, Muhammad Welderahmat dan Akhrimbi Muhammad sebagai *crew* pemusik, terima kasih telah meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya dalam proses pengkaryaan ini.
13. Tim konsumsi Anggi Nur Pratiwi, Rena Tri Rahayu, Reksa Maulanis Laksana, terima kasih kalian selalu menyiapkan hidangan makanan dan minuman ketika proses latihan, seleksi, hingga pementasan berlangsung.
14. Tim artistik Ilham Cahya Ramadhan, Anas Faizal Nugratama, Ananda R Nugraha, Fajar Kurniawan, Maulana Bagas Juniantoro, Tegar Adhi Pamungkas, Prasetyo, dan Cahyo sebagai penata cahaya yang telah membantu mendesain dan merealisasikan ide konsep yang diinginkan untuk karya "*Self Confidence*" ini.
15. Theodorus D'antiochia Carelviega Christee Aloetta (Carel) sebagai videografer dan Devi Oktavia Rama Seriousana Larasati Putri Gaezana (Devi Oktara) sebagai *Director* video yang telah membantu pengambilan tari video, serta Junar Odita Kinanto yang telah membantu mendokumentasikan karya ini dari proses latihan hingga hari pementasan.
16. Sri Suhartanti (Barbara Tanti) yang telah mendukung dan membuatkan busana untuk karya tari "*Self Confidence*" dengan menyesuaikan cerita dan keinginan penata.

17. Ino Sanjaya yang telah memberikan coretan indah di wajah para penari pada karya ini dengan konsep riasan yang penata inginkan.
18. Terima kasih kepada keluarga besar Simel (kelas A) dan Mahatirtatwala yang telah menambah keceriaan selama belajar di Jurusan Tari ISI Yogyakarta.
19. Agung Ardiansyah, Mutia Isna Purnama, Trirani Vera sebagai kakak yang selalu memberikan saran serta masukan selama proses berlangsung.
20. Doni Setiawan sebagai *partner special* yang selalu mendukung, menguatkan, menemani penata disaat senang dan sedih. Selalu memberi nasihat untuk dapat lebih baik lagi dalam menyikapi segala hal.

Sekali lagi penata ucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam karya ini, semoga karya tugas akhir ini dapat memberikan manfaat baik, pembelajaran, pengalaman, dan diharapkan mampu menginspirasi pembaca tulisan ini.

Yogyakarta, 09 Juni 2022

Penulis

Febiana Indah Ramita

SELF CONFIDENCE

Oleh:

Febiana Indah Ramita

NIM : 1811770011

RINGKASAN

Karya tari *Self Confidence* adalah sebuah karya tari yang diciptakan berdasarkan dari sebuah pengalaman pribadi. Pengalaman pribadi dimana penata tari pernah mendapatkan perlakuan yang kurang baik. Perlakuan kurang baik itu berupa pelecehan fisik dan pelecehan verbal atau *bullying*. Hal tersebut terjadi karena penata memiliki dada yang besar dan postur tubuh yang gempal. Perlakuan tersebut terjadi ketika penata masih duduk dibangku Sekolah Dasar dan perlakuan tersebut diperoleh dari lingkungan sosialnya. Perlakuan tersebut memberi dampak yang kurang baik bagi penata, dengan hal tersebut penata menjadi pribadi yang kurang percaya diri dan menjadi pribadi yang tertutup (*introvert*). Sehingga tidak mudah untuk penata dapat kembali bersosialisasi dengan lingkungan yang baru.

Mengacu pada pengalaman pribadi, karya ini disajikan dalam bentuk tari video dengan bentuk koreografi kelompok yang terdiri dari tiga penari perempuan dengan postur tubuh yang kurang lebih sama dengan penata. Terdapat aspek koreografi seperti aspek gerak, ruang dan waktu, dan rangsang yang digunakan yaitu rangsang idesional (gagasan) dan rangsang visual. Tipe tari dramatik dipilih karena memiliki alur cerita yang runtut. Terdapat penggunaan bentuk gerak secara simbolik representasional. Koreografi berjudul *Self Confidence* yang memiliki arti "Percaya Diri" ini diciptakan menggunakan metode penciptaan dari Alama M. Hawkins yang disadur oleh Y. Sumandiyo Hadi dalam buku yang berjudul Bentuk-Teknik-Isi yang terdiri dari tahapan *eksplorasi*, *improvisasi*, komposisi, dan evaluasi. Diciptakannya karya ini bertujuan sebagai ruang untuk mengungkapkan perasaan yang selama ini terpendam dan diharapkan dapat memberikan pembelajaran sopan santun kepada generasi selanjutnya. Jika hal tersebut kembali terjadi, diharapkan dapat menyikapi sebagai mana mestinya.

Karya tari *Self Confidence* merupakan simbolisasi penata dari fisik, perasaan dan fikiran yang dituangkan dalam gerak. Koreografi disajikan dengan terdapat elemen-elemen pendukung didalamnya, seperti musik tari yang berupa *record* musik *live* yang didominasi oleh perkusi dan terdapat sentuhan melodi dari MIDI (*Musical Instrument Digital Interface*) yang mana keduanya dikombinasikan. Rias ini menggunakan rias korektif yang mana riasan tersebut memberikan garis-garis tegas pada bagian mata, blush on, dan shading dan busana menggunakan perpaduan warna abu-abu, merah, dan hitam dan terdapat ornamen rumbai pada bagian dada. Set properti panggung menggunakan elastis dan kain perca, dan untuk tata cahaya menyesuaikan dengan suasana adegan.

Kata Kunci : *Empiris, Insecure, Introvert, Self Confidence*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGAJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
RINGKASAN	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Penciptaan.....	1
B. Rumusan Ide Penciptaan	9
C. Tujuan Penciptaan	10
D. Manfaat Penciptaan.....	10
E. Tinjauan Sumber	11
BAB II KONSEP PENCIPTAAN TARI VIDEO	
A. Kerangka Dasar Pemikiran	16
B. Konsep Dasar Tari.....	19
1. Rangsang Tari	19
2. Tipe Tari	20
3. Tema Tari	20
4. Judul Tari.....	20
5. Bentuk dan Cara Ungkap	21
C. Konsep Garap Tari	25
1. Gerak Tari	25
2. Penari.....	26
3. Musik Tari.....	26
4. Rias dan Busana	26
5. Pemanggungan	28
a. Ruang Tari.....	28
b. Pencahayaan.....	28
c. Set Properti Panggung.....	30
6. Sinematografi	31
BAB III PROSES TAHAP PENCIPTAAN TARI VIDEO	
A. Metode dan Tahapan Penciptaan	33
1. Tahap <i>Eksplorasi</i>	34
2. Tahap <i>Improvisasi</i>	35
3. Tahap Komposisi.....	36
4. Tahap Evaluasi	38

B. Tahapan Penciptaan	39
1. Proses Penciptaan Tahap Awal	40
a. Pemilihan Ide	40
b. Pemilihan Tema	42
c. Pemilihan Penari	43
d. Pemilihan Penata Musik	44
e. Pemilihan Penata Rias Busana	45
f. Pemilihan Lokasi Pementasan	45
g. Pemilihan <i>Angle</i> Pengambilan Video	46
h. Penggunaan Metode Penciptaan Dan Elemen-Elemen Pendukung	47
i. Penggunaan Pengembangan Gerak Baru	47
j. Penetapan Jadwal Latihan	48
2. Proses Penciptaan Tahap Lanjut	49
a. Realisasi Proses Penciptaan Karya	49
b. Proses Pembuatan Busana	54
c. Proses Kolaborasi Dengan Videografer	54
3. Hasil Penciptaan Karya	55
a. Urutan Adegan	55
b. Pola Lantai	61
c. Tata Rias dan Busana	71
d. Musik Tari	75
e. <i>Layout Lighting</i>	80
f. <i>Dimmer List</i>	81
g. <i>Shoot List</i>	86
 BAB IV KESIMPULAN	 99
 DAFTAR SUMBER ACUAN	 102
A. Sumber Tertulis	102
B. Sumber Webtografi	104
C. Sumber Filmografi	104
 GLOSARIUM.....	 105
LAMPIRAN	108

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Pola Lantai	61
Tabel 2. <i>Dimmer List</i>	81
Tabel 3. <i>Shoot List</i>	86
Tabel 4. Jadwal Sebelum Dengan Pemusik	111
Tabel 5. Jadwal Saat Dengan Pemusik	111
Tabel 6. Jadwal Acara Gladi Bersih.....	112
Tabel 7. Jadwal Acara Tugas Akhir.....	113
Tabel 8. Tabel Rincian Biaya Penciptaan	118



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Piramida <i>Dramatic Action</i> (Modern) Gustav Freytag.....	22
Gambar 2. Konsep <i>Layout Lighting Design</i>	29
Gambar 3. Set Properti Elastis dan Kain Perca.....	31
Gambar 4. Tahap <i>Eksplorasi</i>	35
Gambar 5. Tahap <i>Improvisasi</i>	36
Gambar 6. Tahap Komposisi.....	37
Gambar 7. Tahap Evaluasi.....	39
Gambar 8. Skema Gagasan Karya Tari <i>Self Confidence</i>	41
Gambar 9. Adegan Satu.....	56
Gambar 10. Adegan Dua.....	57
Gambar 11. Adegan Tiga.....	58
Gambar 12. Peralihan Adegan.....	59
Gambar 13. Adegan Empat.....	59
Gambar 14. Adegan Lima.....	60
Gambar 15. Tata Rias.....	71
Gambar 16. Tatanan Rambut.....	71
Gambar 17. Busana Tampak Depan.....	72
Gambar 18. Busana Tampak Samping.....	73
Gambar 19. Busana Tampak Belakang.....	74
Gambar 20. Notasi Musik.....	75
Gambar 21. <i>Layout Lighting</i>	80
Gambar 22. Dokumentasi Karya.....	114
Gambar 23. Dokumentasi Karya.....	114
Gambar 24. Dokumentasi Karya.....	115
Gambar 25. Dokumentasi Karya <i>Preview</i> Hasil Test Camera.....	116
Gambar 26. Dokumentasi Karya.....	116
Gambar 27. Dokumentasi Karya.....	117
Gambar 28. Dokumentasi Karya.....	117
Gambar 29. Kartu Bimbingan Tugas Akhir.....	119
Gambar 30. Kartu Bimbingan Tugas Akhir.....	120

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Sinopsis.....	108
Lampiran 2 Pendukung Karya	109
Lampiran 3 Jadwal Proses Karya	111
Lampiran 4 <i>Rundown</i> Gladi Bersih	112
Lampiran 5 <i>Rundown</i> Acara Tugas Akhir	113
Lampiran 6 Dokumentasi Karya	114
Lampiran 7 Rincian Biaya Penciptaan.....	118
Lampiran 8 Kartu Bimbingan	119



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penciptaan

Rasa kurang percaya diri atau *insecure* dapat diartikan sebagai perasaan tidak nyaman yang mungkin setiap orang dapat merasakan dalam hidupnya. Rasa kurang percaya diri (*insecure*), dapat terjadi pada setiap orang atau siapapun ketika merasa seperti kekurangan, malu, bersalah, bahkan sampai rasa tidak mampu akan melakukan sesuatu. Ketika perasaan tidak nyaman itu muncul dan tidak dapat mengendalikan diri, maka hal ini dapat memicu perasaan semakin kurang percaya diri. Seseorang yang kurang percaya diri atau *Insecure* merupakan sifat kepesimisan yang dapat dikategorikan sebagai seseorang yang selalu berfikir negatif pada diri sendiri pada situasi tertentu, bahkan seseorang tersebut akan menutup dirinya dari orang lain atau lingkungan sosialnya, sehingga dirinya memiliki kepribadian yang tertutup (*introvert*). Rasa kepercayaan diri dapat muncul dan menghilang seiring berjalannya waktu, karena hal tersebut merupakan fase dalam kehidupan manusia.

Setiap manusia pasti melalui fase kehidupan yang berbeda-beda, terkadang manusia berada pada titik kebahagiaan tapi juga akan merasakan kesedihan. Fase kehidupan manusia tidak dapat dipatenkan, namun akan selalu berputar sesuai perkembangan diri dalam kehidupan. Adapun setiap

manusia memiliki masa transformasi atau masa perkembangan dalam hidupnya. Suryabrata (2015) menyatakan:

Secara garis besar, ada tiga fase perkembangan, yaitu keseluruhan tanpa *diferensiasi*, fase *diferensiasi*, dan fase *integrasi*.

- (a) Pada fase pertama, yaitu fase keseluruhan tanpa *diferensiasi*, individu berbuat terlebih-lebih sebagai keseluruhan terhadap keseluruhan situasi.
- (b) Pada fase kedua, fase *diferensiasi*, fungsi-fungsi khusus mengalami *diferensiasi* dan muncul dari keseluruhan.
- (c) Fase ketiga, yaitu fase *integrasi*, fungsi-fungsi yang sudah mengalami *diferensiasi* itu diintegrasikan dalam suatu unitas yang berkoordinasi dan terintegrasi.¹

Manusia melalui fase tersebut secara bertahap, untuk fase pertama dalam kehidupan manusia masih berada di bawah kendali atau pengawasan penuh dari orang tua atau keluarga, karena fase tersebut dialami ketika usia bayi baru lahir hingga remaja. Pada fase kedua, biasanya terlihat pada usia manusia dewasa. Fase ini mendapatkan pengaruh baik dan buruk dalam kehidupannya melalui lingkungan sosial, oleh karena itu pada fase ini seseorang sudah dapat berfikir sendiri mengenai apa yang dilakukan, apa yang dihadapi, dan bagaimana respon terhadap lingkungannya. Fase ketiga, umumnya terlihat pada usia empat puluh tahun ke atas, fase ini terdapat faktor pendorong seperti toleransi terhadap perbedaan, saling menghargai, dan saling terbuka. Ketiga fase ini bukanlah fase-fase yang satu dengan yang lain dapat dibatasi.² Fase-fase yang dilalui oleh setiap manusia bukanlah suatu hal yang dapat diatur secara baku, namun fase-fase ini berjalan apa adanya sesuai

¹ Sumadi Suryabrata. 2015. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta; Rajawali Pers, hal.352

² Sumadi Suryabrata. 2015. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta; Rajawali Pers, hal.353

dengan perkembangan hidup manusia sehingga terdapat dinamika dalam kehidupannya. Dinamika perkembangan itu dapat maju (yang disebut progresi) dapat juga mundur (yang disebut regresi).³ Dinamika perkembangan kehidupan manusia melalui fase-fase kehidupan yang memang berbeda satu dengan yang lain, karena setiap manusia memiliki alur, *history*, atau pengalaman hidup yang berbeda-beda.

Pengalaman pribadi adalah pengalaman yang pernah dialami oleh setiap individu yang melibatkan dirinya sendiri. Pengalaman pribadi mampu memberikan dampak bagi dirinya sendiri, baik dampak positif maupun dampak negatif. Keadaan lingkungan perkumpulan memberikan respons yang berbeda-beda, keadaan tersebut mampu memberikan dampak pada psikis seseorang. Pada lingkungan baru, seseorang yang kurang percaya diri (*insecure*) akan sulit untuk berinteraksi dengan lingkungan barunya. Cara seseorang yang *insecure* ketika berada dalam lingkungan yang baru maka akan menutup diri atau menghindari interaksi sosial, di mana hal tersebut merupakan salah satu cara seseorang yang *insecure* dan *introvert* mencari rasa nyaman. Seseorang yang kurang percaya diri (*insecure*) dan kemudian menutup diri mereka akan merasa berbeda, merasa kurang mampu, merasa tidak dihargai ketika melakukan suatu hal. Rasa kurang percaya diri dan menutup diri merupakan sebuah akibat dari masa lalu yang kurang baik. Masa lalu mampu memberikan dampak yang beragam, dari sebuah pengalaman

³ Sumadi Suryabrata. 2015. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta; Rajawali Pers, hal.353

pribadi ini menyampaikan bahwasannya mempunyai postur tubuh yang berbeda dengan yang lain dapat menimbulkan rasa kurang percaya diri.

Secara umum manusia merupakan spesies primata yang dicirikan dengan kemampuannya yang kompleks. Kepribadian manusia memiliki variasi yang banyak ragamnya, pada garis besarnya kepribadian manusia dapat dilihat dari rangka struktur, dinamika, serta perkembangan kepribadian. Umumnya, kehidupan manusia memiliki sifat individualis yang mana seseorang beranggapan dapat melakukan sesuatu hal berdasarkan kemauannya sendiri tanpa ada bantuan dari orang lain. Sifat individual juga dapat menyangkut moral yang menekankan pada tanggung jawab dan kebebasan pada diri setiap individu.

Dari sifat yang individual, rasa kepercayaan diri dapat muncul dan menghilang seiring berjalannya waktu karena hal tersebut merupakan fase yang pernah dialami setiap orang. Manusia memiliki tingkat rasa percaya diri yang berbeda-beda, seperti kelebihan dan kekurangan pada fisik ataupun kemampuan menjadi tolak ukurnya. Salah satu hal yang terlihat jelas mengenai kelebihan dan kekurangan manusia yaitu dapat dilihat secara visual yaitu fisik. Manusia sering beranggapan bahwa fisik menjadi bahan yang dijadikan tolak ukur untuk mengukur tingkat rasa kepercayaan diri. Rasa percaya diri yang ditimbulkan oleh setiap orang itu berbeda-beda dan yang paling sensitif biasanya adalah kaum hawa. Perempuan memandang fisik untuk mengukur rasa percaya dirinya. Terdapat beberapa perempuan kurang percaya diri ketika memiliki dada berukuran besar dan ada juga ada

perempuan yang lebih percaya diri ketika memiliki dada lebih besar dari ukuran sewajarnya. Hal tersebut wajar terjadi dilingkungan kaum hawa, namun dengan apapun dan bagaimanapun keadaan yang dimiliki merupakan sebuah anugerah. Manusia sering memiliki cara pandang yang berbeda-beda, sehingga pendapat antara satu orang dengan yang lainnya tidak dapat disamakan.

Dari sebuah cara pandang perempuan menyikapi hal tersebut dengan beranggapan sebagai kelainan atau keanehan pada pertumbuhan fisik, namun hal tersebut secara pengetahuan dapat di jelaskan bahwasannya terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi ukuran dada atau payudara perempuan membesar. Faktor-faktor tersebut, yaitu:

1. Genetik atau keturunan
2. Nutrisi
3. Berat badan
4. Faktor usia
5. Kehamilan
6. Olah raga

Dari uraian tersebut, terdapat ide karya. Karya ini terinspirasi dari pengalaman pribadi atau sebuah biografi penata. Biografi adalah perjalanan particular-sosial dalam konteks kronologi dan linieritas rangkaian aneka

peristiwa.⁴ Semasa anak-anak, penata yang sedang duduk di bangku Sekolah Dasar dan pernah mengalami pelecehan fisik yang berupa sentuhan yang tidak diinginkan, melempari bagian dada dengan menggunakan penghapus balok kayu, menyentuh dengan tongkat tunjuk kayu papan tulis, dan melempari bagian tubuh yang terlihat besar dengan patahan kapur, semua bentuk pelecehan fisik itu dilakukan oleh mereka karena penata memiliki tubuh yang cukup gempal dan memiliki dada yang cukup besar apabila dibandingkan dengan teman-teman seusianya. Semakin hari penata merasa tidak nyaman dengan tubuhnya, yang kemudian menjadi bahan perbincangan di lingkungan sosial dan hal tersebut termasuk dalam pelecehan verbal. Pelecehan verbal merupakan salah satu jenis pelecehan seksual yang sering terjadi, yaitu seperti mendapat kata-kata kasar dan mendapat komentar yang merendahkan. Secara tidak sadar, mereka menganggap hal tersebut merupakan candaan namun bercandaan mereka menyakiti hati yang hingga kini luka dalam hati masih membekas, sedih, sehingga penyikapan *bullying* dari teman-teman menjadikan penata merasa kurang percaya dengan dirinya sendiri dan menjadi pribadi yang tertutup atau lebih nyaman menyendiri (*introvert*).

Semasa itu, perlakuan *bullying* terhadap penata dilakukan oleh teman-teman seusianya yang juga masih duduk di bangku Sekolah Dasar bahkan orang dewasa yang ada dilingkungan sekitarnya. *Bullying* tersebut memberikan dampak kurang baik bagi penata, menjadi pribadi takut untuk berinteraksi dan bersosial. Ketika seorang anak yang masih duduk di bangku

⁴ Benny Yohanes. 2018. *Teater Piktografik Migrasi Estetik Putu Wijaya Dan Metabahasa Layar*. Jakarta; Direktorat Kesenian, hal.344

Sekolah Dasar dan belum mendapatkan edukasi pembelaan diri bagaimana ketika menghadapi persoalan pelecehan fisik dan verbal dan harus menyikapinya secara bagaimana pasti belum paham, sehingga akan reflek memunculkan pembelaan diri dengan tidak terkontrol. Di masa itu penata menjadi pribadi yang tertutup, pribadi yang tertutup tidak mudah untuk bercerita dengan orang lain sekalipun itu dengan orang tua, dan penata memendam perasaan atas kejadian tersebut sendiri. Namun suatu ketika penata juga melakukan perlakuan pembelaan diri dari teman-temannya yang kurang baik.

Bullying mampu mengganggu psikis seseorang yang mengakibatkan rasa kurang percaya diri terhadap sesuatu hal yang baru. Lingkungan yang baru, dapat membuat orang yang memiliki rasa kurang percaya diri dan tertutup akan merasa minder, kurang mampu bersosialisasi dengan lingkungan sosial yang baru, dan merasa takut dengan apa yang akan dilakukan dan selalu *negative thinking* pada diri sendiri. Dari pengalaman tersebut, penata tidak ingin kejadian tersebut dirasakan oleh orang lain, baik itu anak-anak, remaja maupun dewasa. Pada latar belakang penata merupakan seorang korban dari sebuah pelecehan secara fisik maupun verbal atau *bullying*. Kejadian semasa kecilnya menjadi *boomerang* ketika penata bersosialisasi dengan lingkungan barunya.

Memiliki tekanan dari lingkungan sosial sangatlah tidak nyaman. Perlakuan pelecehan secara verbal atau *bullying* yang tidak pantasnya di lontarkan di depan umum para orang-orang di lingkungan penata dengan

entengnya mereka mengatakan sesuatu itu yang tidak sepatasnya dilontarkan didedan umum. Kata-kata tersebut hingga saat ini masih terngiang-ngiang di benak penata. Hal tersebut tidak sepatasnya didapat ketika berada di lingkungan umum, sebab dari hal tersebut dapat memberikan dampak yang kurang baik untuk psikis seseorang yang terkena *bullying*. Akibatnya antara lain yaitu menjadi pribadi yang kurang percaya diri (*insecure*) dan menutup diri (*introvert*), malu dengan postur tubuh yang dimiliki. Ketika kita malu, kita ingin menyembunyikan dari orang lain hal yang kita rasa sebagai kegagalan atau kekurangan.⁵

Dari kejadian tersebut yang diuraikan dalam latar belakang penciptaan, penata ingin menumbuhkan rasa percaya diri dengan mensyukuri apa yang telah penata miliki dan percaya diri terhadap kelebihan dan kemampuan dirinya dengan tubuh yang dimiliki. Penata melewati proses kehidupan secara bertahap dengan berbagai variasi pada lingkungan hidupnya. Dengan demikian penata secara bertahap mampu terbuka dengan lingkungan barunya yang diharapkan dapat mengajarkan betapa pentingnya komunikasi dengan lingkungan sosial agar membentuk jiwa yang lebih berani, lebih percaya diri dengan apapun hal baru.

Dari uraian penata, pengalaman tersebut diungkapkan dalam sebuah karya tari yang berjudul “*Self Confidence*” yang memiliki arti “Percaya Diri”. Pada karya ini penata menceritakan masa lalu dan perjalanan penata hingga

⁵ Rochelle Semmel Albin, 1986. *Emosi: Bagaimana Mengenal, Menerima, dan Mengarahkannya*. Yogyakarta; Kanisius, hal. 61

saat ini. Memvisualisasikan rasa pada karya “*Self Confidence*” ini melalui pembawaan ekspresi penari, rasa yang di visualisasikan yaitu rasa kurang percaya diri karena memiliki keadaan fisik pada bagian dada yang besar, keinginan untuk bangkit dalam kondisi terpukul, sakit hati atau terpuruk, dan rasa takut telah dilawan dengan berbagai cara. Namun seiring berjalannya waktu hal tersebut dapat diterima dengan ikhlas karena fisik merupakan pemberian dari-Nya. Belajar menerima, percaya diri, dan mengatur ego yang ada dalam diri adalah suatu tantangan tersendiri. Karya tari “*Self Confidence*” diciptakan dengan jenis karya kontemporer dan pengolahan gerak secara simbolik representasional. Karya ini di sajikan dalam bentuk tari video dengan teknik pengambilan gambar secara *one take shoot*.

B. Rumusan Ide Penciptaan

Berdasarkan uraian di atas, penata menciptakan koreografi dengan mengembangkan gerak melalui rangsang gagasan atau ide dan rangsang visual yang bersumber dari fisik penata. Munculnya gerak baru dan terdapat pengembangan-pengembangan gerak yang kemudian di olah dinamikanya. Pada koreografi kelompok yang berjudul “*Self Confidence*” dapat dirumuskan pertanyaan kreatif pencipta, yaitu:

1. Bagaimana cara memahami jati diri yang memiliki rasa kurang percaya diri dan bersifat *introvert* melalui karya tari ?
2. Bagaimana mengkoreografikan yang mengekspresikan rasa percaya diri atas anugerah Allah?

C. Tujuan Penciptaan

Tujuan penciptaan karya, yaitu:

1. Mampu menciptakan karya tari video yang bertujuan untuk menceritakan bagaimana pengalaman hidup penata, dan mampu memvisualisasikan bagaimana mengenali dan memahami diri yang memiliki rasa kurang percaya diri dan memiliki sifat *introvert*.
2. Berproses melalui fase-fase yang akan berputar dalam kehidupan sehingga dapat menerima anugerah yang telah diberikan-Nya.
3. Mampu bekerjasama dengan videografer untuk menciptakan sebuah karya tari video.

D. Manfaat Penciptaan

1. Manfaat Teoritis
 - a. Bertambahnya pemahaman mengenai dampak dari *bullying*.
 - b. Penata dapat menambah pengetahuan lebih mengenai mengenali jati diri.
 - c. Dapat berkekrativitas dan memahami pengetahuan mengenai penciptaan karya tari.
2. Manfaat Praktis
 - a. Memberikan pengalaman berkesenian, mengolah tubuh dan rasa pada proses kreatif penciptaan tari yang bersumber dari empiris.

- b. Dalam proses penciptaan tari, mahasiswa dapat mengembangkan kreativitas dan menciptakan hal-hal yang baru.

E. Tinjauan Sumber

Tinjauan sumber sangat dibutuhkan sebagai pedoman penciptaan karya dan dalam pembuatan sebuah konsep karya. Sumber acuan yang digunakan dalam penciptaan karya ini terdiri dari sumber tertulis, observasi, wawancara atau sumber lisan, dan videografi. Uraian sumber tersebut, sebagai berikut:

1. Sumber Tertulis

Buku *Koreografi Bentuk- Teknik- Isi* karya Y. Sumandiyo Hadi, buku ini membahas tentang teori-teori koreografi. Buku tersebut terdapat pemahaman konsep koreografi yaitu bentuk- teknik- isi yang saling berkaitan dengan memuat aspek pengolahan tenaga, ruang, dan waktu dan juga terdapat pemaparan mengenai metode dan tahapan penciptaan. Buku ini menjadi sumber acuan koreografer untuk membuat sebuah karya yang lebih tertata dan di dalam karya memuat aspek-aspek koreografi dari buku tersebut. Buku ini juga menjelaskan tentang konsep, aspek, dan beberapa metode penciptaan yang memudahkan penata untuk membuat sebuah koreografi.

Buku *Komposisi Tari Sebuah Pertunjukan Praktis Bagi Guru* karya Jacqueline Smith terjemah Ben Suharto, buku ini menjelaskan tentang penataan sebuah karya tari. Penjelasan buku ini tentang membuat

dan menata suatu karya yang dijelaskan secara bertahap dan buku ini juga menjelaskan pengertian dari macam rangsang tari, tipe tari, dan proses penciptaan tari. Buku ini menjadi sumber acuan penata untuk menciptakan sebuah karya tari yang diciptakan dengan proses-proses yang berpijak dalam buku ini, sehingga prosesnya lebih tertata. Karya yang tercipta menjadi garapan yang tertata karena memiliki acuan dari buku ini.

Buku *Psikologi Kepribadian* karya Sumadi Suryabrata. Buku ini menjelaskan tentang psikologi kepribadian manusia. Di dalam buku ini terdapat pengertian psikologi kepribadian berdasarkan para ahli. Buku ini menjadi sumber acuan untuk penata agar dapat lebih memahami konsep karya yang akan diciptakan karena karya tersebut bersumber dari *empiris* yang merujuk pada pembahasan kepribadian. Sehingga penata dapat mengacu teori-teori yang terdapat pada buku tersebut.

Buku *Ruang Pertunjukan Dan Berkesenian* karya Hendro Martono. Buku ini membahas mengenai ruang pertunjukan yang mana sering disebut sebagai ruang fisik. Ruang fisik yang dimaksud yaitu suatu ruang yang mati, senimanlah yang harus memberi nyawa dan menghidupkan sehingga menjadi sesuatu yang bernilai. Ruang yang bernilai harus dipahami oleh para seniman seni pertunjukan, agar dapat memanfaatkan kekurangan secara maksimal dan menghindari kemonotonan yang dimiliki ruang serta dapat berdialog dengan ruang secara bijak dan cerdas.

Buku *Dramaturgi* karya RMA. Harymawan. Buku ini membahas tentang alur atau plot dramatik yang dapat diterapkan dalam karya “*Self Confidence*”. Karya ini menggunakan plot dramatik modern milik Gustav Freytag yang tercipta pada tahun 1816-1859. Pada plot tersebut dapat mencakup alur cerita dari karya “*Self Confidence*” yang terbagi menjadi lima adegan dengan pembagian, meliputi *exposition*, *complication*, *climax*, *resolution*, dan *denouement*. Penjelasan yaitu *exposition* merupakan pengenalan atau permulaan, *complication* yaitu mulai timbul masalah atau komplikasi dalam cerita, *climax* merupakan titik puncak dari sebuah peristiwa atau kisah, *resolution* yaitu memiliki penguraian atau solusi yang dapat membangun, dan *denouement* yaitu penyelesaian.

2. Wawancara

Dra. Erlina Pantja Sulistijaningtjas, M. Hum. Dosen tari ISI Yogyakarta. wawancara ini dilakukan pada, 21 Januari 2022. Erlina Pantja Sulistijaningtjas adalah dosen Jurusan Tari di ISI Yogyakarta. Wawancara berlangsung dikediaman beliau, yaitu di Jl. Sosrowijayan, Sosromeduran, Gedong Tengen, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta. Dilakukannya wawancara ini juga berdasarkan observasi atau pengamatan terhadap diri sendiri terlebih dahulu lalu pada orang-orang di lingkungan sekitar. Observasi/pengamatan itu merupakan studi yang disengaja dan sistematis dengan jalan pengamatan dan pencatatan; sifatnya

murah, mudah dan langsung (*direct*).⁶ Observasi yang dilakukan yaitu observasi atau pengamatan terhadap seseorang yang memiliki latar belakang yang kurang lebih sama dengan penata. Beliau mempunyai latar belakang yang kurang lebih sama dengan penata, yaitu memiliki dada yang besar. Diusia remaja, beliau juga mengalami hal yang serupa yaitu banyaknya orang-orang yang mengejek karena memiliki dada yang besar dan juga pernah mengalami perlakuan yang kurang baik dari lingkungan sosialnya. Memakai baju berwarna hitam dan longgar adalah kebiasaan beliau agar menyamarkan bentuk tubuh, kebiasaan tersebut juga sering penata alami. Beliau juga menyatakan bahwasannya, seorang perempuan yang memiliki talenta menari, dengan memiliki dada atau payudara besar bukanlah sebuah penghalang, namun dapat dijadikan sebuah kelebihan karena memiliki bentuk tubuh tersebut dapat dijadikan sebagai investasi dimasa mendatang.⁷ Karena tubuh yang dimiliki dapat memberi nilai estetis tersendiri ketika memiliki sebuah talenta.

Asgalina Prabawani, 21 tahun. Wawancara ini dilakukan pada tanggal 29 Maret 2022. Asgalina merupakan seorang bidan muda alumni Poltekkes Kemenkes Yogyakarta dan merupakan teman sekolah sewaktu duduk di bangku Sekolah Menengah Atas (SMA). Ketika wawancara berlangsung, beliau menjelaskan bahwa payudara pada umumnya memiliki ukuran yang berbeda-beda disetiap wanita. Ukuran payudara

⁶ Kartini Kartono. 1990. *Psikologi Umum*. Bandung; Mundur Maju, hal. 18

⁷ Wawancara dengan Erlina Pantja Sulistijaningtiyas, Dosen ISI Yogyakarta, dikediamannya Jl. Sosrowijayan, Sosromeduran, Gedong Tengen, Kota Yogyakarta, DIY, pada tanggal 22 Januari 2022

yang besar dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain berat badan, faktor genetik, siklus menstruasi, dan saat seorang wanita yang sedang menyusui. Adapun hal yang paling mempengaruhi besar kecilnya payudara adalah hormon saat seorang menstruasi yaitu hormon estrogen dan hormon progesteron. Hormon estrogen merangsang saluran susu atau kelenjar susu menyebabkan ovulasi dan merangsang saluran susu pada payudara sehingga menyebabkan perubahan tekstur, bentuk dan ukuran pada wanita.

3. Filmografi

Pada sebuah film drama Korea yang berjudul *It's Okay To Not Be Okay* terdapat penjelasan mengenai metode *butterfly hug*. *Butterfly hug* merupakan salah satu metode terapi emosi yang dilakukan oleh diri sendiri. Metode ini bertujuan untuk menenangkan dan menstabilkan seseorang yang sedang dalam kondisi emosi. Pada karya ini menerapkan metode tersebut untuk memvisualisasikan bagaimana menenangkan diri merasa emosi dan sedih.