

**KONSTRUKSI PEMAHAMAN *BABY BLUES SYNDROME* MELALUI
KARYA “*SAVE ME*” DALAM PERSPEKTIF TARI**



TESIS PENCIPTAAN SENI

Untuk memenuhi sebagian persyaratan kelulusan
Program Studi Magister Penciptaan dan Pengkajian Seni dengan Minat Utama
Penciptaan Seni Tari

Rini Utami
2121350411

**PROGRAM PASCASARJANA INSTITUT SENI INDONESIA
YOGYAKARTA
2023**

**TESIS
MAGISTER PENCIPTAAN SENI**

**KONSTRUKSI PEMAHAMAN *BABY BLUES SYNDROME* DALAM
KARYA “*SAVE ME*” MELALUI PERSPEKTIF TARI**

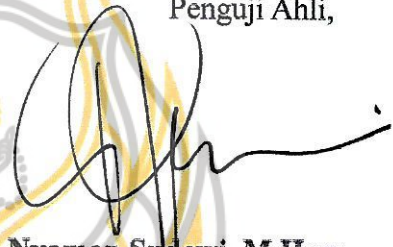
Oleh:
Rini Utami
NIM 2121350411

Pembimbing Utama,



Dr. Koes Yuliadi, M. Hum.
NIP. 196807221993031006

Penguji Ahli,



Dr. Ni Nyoman Sudewi, M. Hum.
NIP. 19670917199203100

Ketua Penguji,



Dr. Yohana Ari Ratnaningtyas, M. Si.
NIP. 197302052009122001

Yogyakarta, 10 Juli 2023

12 JUL 2023

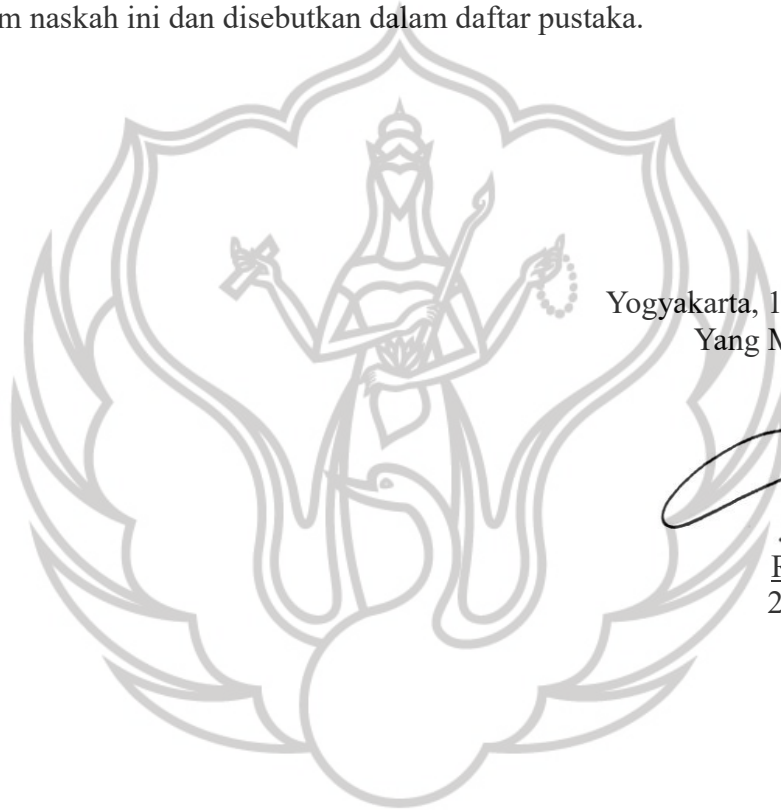
Direktur Program Pascasarjana
Institut Seni Indonesia Yogyakarta,



Dr. Fortunata Tyasrinestu, M. Si.
NIP. 197210232002122001

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan sebelumnya untuk memperoleh gelar Magister di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang sepengetahuan 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, 12 Juli 2023
Yang Menyatakan

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Rini Utami', is written over the printed name.

Rini Utami
2121350411

Konstruksi Pemahaman *Baby Blues Syndrome* Melalui Karya “*Save Me*” Dalam Perspektif Tari

Program Penciptaan dan Pengkajian Seni
Program Pascasarjana Institut Seni Indonesia Yogyakarta
2023

Oleh Rini Utami

ABSTRAK

“*Save Me*” merupakan manifestasi dari peristiwa sosial yang dialami seorang ibu pasca persalinan dan dikenal dengan istilah *baby blues syndrome*. Karya ini bertujuan untuk mengedukasi para suami dan keluarga terdekat secara khusus dan masyarakat luas secara umum untuk merespon permasalahan dengan membentuk *support system* yang baik bagi ibu yang mengalami *baby blues syndrome*. Karya film “*Save Me*” mencoba mengkonstruksi pemahaman *baby blues syndrome* dengan menggunakan perspektif tari. Film ini menggabungkan tiga aspek penting di dalamnya yaitu wawancara narasumber, film tari dan tari sebagai media terapi upaya pencegahan *baby blues syndrome*. Penciptaan ini bertujuan sebagai upaya pencegahan *baby blues syndrome* dalam bentuk film alternatif. Sebelumnya karya “*Save Me*” dibuat dalam format film tari yang merupakan embrio awal untuk membuat kembali karya “*Save Me*” dengan konsep yang berbeda. Teori retro kreasi oleh Gilles Deleuze digunakan sebagai landasan penciptaan pada karya ini. Pada prosesnya karya ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Pengumpulan data yang dilakukan dengan proses wawancara dibaca kembali pemaknaannya, secara teks dalam wawancara tersebut menjadi substansi pada penciptaan karya ini. Berdasarkan analisis data penulis berfokus pada dampak-dampak pada penyintas *baby blues syndrome* yang diungkapkan secara imajinatif pada bagian film tari. Tari sebagai media terapi upaya pencegahan *baby blues syndrome* juga merupakan irisan penting yang dapat memberi manfaat khusus bagi ibu. Film alternatif “*Save Me*” dikemas dengan perspektif tari mengandung unsur terapi dan nilai edukasi yang informatif.

Kata Kunci: *Baby Blues*, *Save Me*, Film Tari, Film Alternatif

Understanding Construction Baby Blues Syndrome Through the Works “Save Me” In Dance Perspective

*Art Creation and Research Program
Postgraduate Program of Indonesia Institute of the Art Yogyakarta
2023*

By Rini Utami

ABSTRACT

“Save Me” is a manifestation of the social events experienced by a mother after postpartum and is known as baby blues syndrome. This work aims to educate husbands and their immediate families in particular and the wider community, in general, to respond to problems by forming a support system that is good for mothers who experience baby blues syndrome. The film work “Save Me” tries to construct an understanding of baby blues syndrome using a dance perspective. This film combines three important aspects in it, namely interviews with sources, dance films, and dance as a medium for prevention therapy of baby blues syndrome. This creation is intended as a preventive measure for baby blues syndrome in the shape of an alternative films. The previous work “Save Me” was made in the format of a dance film which is the initial embryo to recreate the work “Save Me” with a different concept. The retro creation theory by Gilles Deleuze is used as the basis for the creation of this work. In the process of this work using a qualitative descriptive research method. The data collection was carried out by means of an interview process and re-reading the meaning, in terms of the text in the interview, became the substance of the creation of this work. Based on the analysis of the data the authors focus on the impacts on survivor baby blues syndrome expressed imaginatively in the dance film section. Dance as a therapeutic medium for the prevention of baby blues syndrome is also an important slice that can provide special benefits for mothers. The alternative film “Save Me” is packaged with a dance perspective containing therapeutic elements and informative educational value.

Keywords: Baby Blues, Save Me, Dance Films, Alternative Films

KATA PENGANTAR

Puji syukur diucapkan kepada Allah SWT, karena atas rahmat dan anugerah-Nya karya film yang berjudul Konstruksi Pemahaman *Baby Blues Syndrome* Melalui Karya “*Save Me*” Dalam Perspektif Tari dapat terselesaikan dengan lancar, baik dan sukses sesuai dengan target yang diinginkan. Berdasarkan niat dan tekad yang bulat karya dan penulisan tesis ini merupakan syarat tugas akhir untuk memperoleh gelar Magister Seni, minat studi penciptaan tari, Pascasarjana Institut Seni Indonesia Yogyakarta.

Usaha yang cukup optimal dengan waktu yang maksimal telah penulis lalui dengan proses yang baik. Segala hambatan dan tantangan memberikan pengalaman dan pelajaran yang sangat berharga bagi pencipta untuk terus berkarya. Karya ini tentunya tidak akan berjalan begitu saja dan terwujud tanpa adanya bantuan dan dukungan dari pihak-pihak yang telah berkontribusi besar pada karya ini. Dalam kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Koes Yuliadi, M.Hum selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak membimbing dan memberi arahan yang bermanfaat dalam tugas akhir ini.
2. Dr. Ni Nyoman Sudewi, M.Hum selaku Dosen Penguji yang memberikan banyak masukan terutama pada penulisan dalam karya ini sehingga dapat menyelesaikan dengan maksimal.

3. Dr. Yohana Ari Ratnaningtyas, M.Si selaku Penguji Ahli yang selalu memberi dorongan untuk dapat menyelesaikan karya ini tepat waktu.
4. Dr. Fortunata Tyasrinestu, M.Si selaku Direktur Program Pascasarjana ISI Yogyakarta yang membantu mendukung dan menyelesaikan karya ini.
5. Dr. Suwarno Wisetrotomo, M.Hum selaku Asisten Direktur I Pascasarjana ISI Yogyakarta yang memberikan dukungan untuk dapat menyelesaikan karya ini.
6. Wiwik Dwi Prapti, S.SIT., SPd selaku Kepala Klinik Pratama Bina Sehat yang meluangkan waktunya untuk mendukung saya dalam menempuh Magister Seni.
7. Patera Adwiko M.Psi., Psikolog selaku narasumber Psikolog Klinis yang memberikan dukungan penuh dalam proses karya ini hingga selesai.
8. Yulia Sriati Rismintari, S.ST., SPd., M.Sc selaku Wakil Ketua Ikatan Bidan Indonesia yang memberikan waktu dan ilmunya pada proses karya ini.
9. Bunga selaku narasumber penyintas Ibu dari 2 anak yang baik membantu mensukseskan karya ini dengan tulus dan ikhlas.
10. Seluruh Dosen Pascasarjana Institut Seni Indonesia Yogyakarta yang telah memberikan ilmunya.

11. Jajaran Staf Pascasarjana Institut Seni Indonesia Yogyakarta yang telah membantu kelancaran selama perkuliahan sampai menyelesaikan tugas akhir ini
12. Suprayedno Rukaya selaku *support system* nomor satu saya yang sangat berkontribusi besar sehingga terlaksananya karya ini dengan baik.
13. Kaminari Putunipun Rukaya dan Katakita Akire Putunipun Rukaya kedua anak tercinta yang telah bekerjasama dengan baik sehingga mampu menyelesaikan tugas akhir ini.
14. Ibu, Bapak dan Adik tersayang yang telah membantu bekerjasama meluangkan waktunya untuk membantu dan senantiasa melantunkan doa yang terbaik untuk saya agar dapat menyelesaikan pendidikan ini.
15. Ariiq Septiawan S dan Muhammad Ziauddin Rosyad Arroyhan selaku Penata Kamera dan Operator Kamera yang telah meluangkan tenaga, waktu dan pikirannya untuk membantu melancarkan tugas akhir ini.
16. Mar'ie Muhammad selaku pimpinan produksi yang membantu kelancaran proses karya ini.
17. Yazdaad Ibrakha selaku Editor yang telah meluangkan tenaga, waktu dan pikirannya untuk membantu kesuksesan karya ini.
18. Herry Glenn selaku Penata Musik yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya untuk melancarkan karya ini.

19. Nia Agustina, Sonia Natasha, Iin Suminar, Zia Mafada, Fifi Ningrum, Aprilia Laksita, Yuni Ratna, Irda Karisa, Nur Faiqa, Melynda Adriani, Nina, Umami Shabrina Dhamas, Desi putri, Azizah dan Retno yang telah berkontribusi dalam melancarkan produksi karya ini.

20. Kepada semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu namanya yang telah mengapresiasi dan berpartisipasi dalam proses penciptaan karya ini.

Besar harapannya, semoga karya ini dapat menjadi inspirasi, semangat dan memberi dampak yang positif untuk pembaca. Saya menyadari karya ini belum sempurna dan tidak luput dari kesalahan, karena itu apabila terdapat banyak kesalahan dan kekurangan dalam penulisan ini mohon dimaafkan.

Yogyakarta, 12 Juli 2023

Rini Utami
2121350411

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan dan Manfaat.....	6
BAB II LANDASAN TEORI.....	8
A. Kajian Sumber Penciptaan.....	8
1. Kajian Pustaka.....	8
2. Kajian Karya.....	11
3. Kajian Teori.....	13
BAB III METODE DAN PROSES PENCIPTAAN.....	16
A. Metodologi.....	16
B. Tahap-tahap Penciptaan.....	18
1. Pra Produksi.....	18
2. Produksi.....	18
3. Pasca Produksi.....	19
C. Proses Penciptaan.....	19
1. Proses Sutradara dengan Narasumber Penyintas.....	19
2. Proses Sutradara dengan Narasumber Psikolog.....	26
3. Proses Sutradara dengan Narasumber Bidan/Dosen Kebidanan.....	28
4. Proses Sutradara dengan Penari.....	31
5. Proses Sutradara dengan Ibu Hamil.....	33
6. Proses Sutradara dengan Videografer.....	34
7. Proses Sutradara dengan Editor.....	36

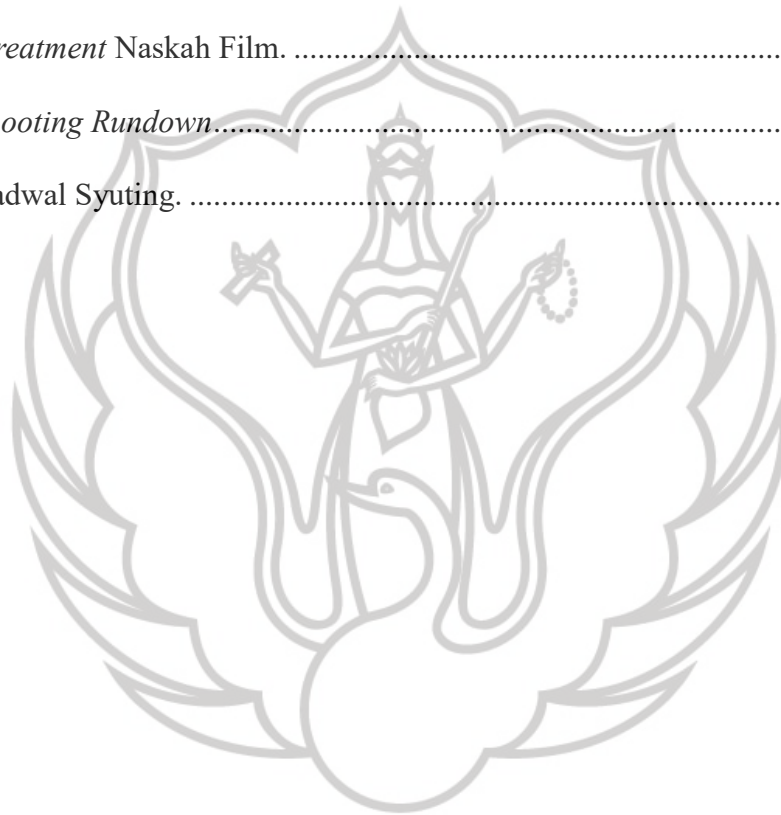
8. Proses Sutradara dengan Komposer	37
9. Proses Sutradara dengan <i>Colourist</i>	38
10. Proses Sutradara dengan Penata Suara	39
BAB IV HASIL, ANALISIS, DAN PEMBAHASAN	41
A. <i>Baby Blues Syndrome</i> Sebagai Gagasan Awal.....	41
B. Aspek Naratif	42
C. Aspek Koreografi <i>Dance Film</i>	48
1. Gagasan Tari.....	48
2. Gagasan Gerak.....	48
3. Pemilihan Penari.....	50
4. Pemilihan Kostum	51
D. Realisasi Proses dan Hasil Penciptaan <i>Dance Film</i>	52
E. Aspek Tari Sebagai Media Terapi.....	60
1. Pemilihan <i>Talent</i>	60
2. Pemilihan Musik dan Lagu.....	61
3. Proses dan <i>Treatment</i> Motif Gerak.....	62
4. Proses dan Dokumentasi Uji Coba	65
F. Aspek Sinematografi	66
G. Aspek Ruang	73
H. Aspek Kolase Animasi	75
I. Tahapan Editing Gambar	79
J. <i>Music Scoring</i>	80
K. Penerapan <i>Colour Grading</i>	81
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	83
A. Kesimpulan.....	83
B. Saran.....	84
KEPUSTAKAAN	85
A. Sumber Pustaka	85
B. Webtografi.....	87
C. Daftar Narasumber	87
D. Glosarium	88
LAMPIRAN.....	89

A. Linimasa Kegiatan.....	89
B. <i>Treatment Dance Film</i>	91
C. <i>Treatment Film Alternatif</i>	93
D. <i>Treatment Naskah Film</i>	95
E. <i>Rundown Syuting</i>	101
F. <i>Jadwal Syuting</i>	103
G. <i>Pendukung Karya</i>	104
H. <i>Foto</i>	107



DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Treatment</i> Motif Gerak Tari Media Terapi	63
Tabel 2. Linimasa Kegiatan.....	89
Tabel 3. <i>Treatment Dance Film</i>	91
Tabel 4. <i>Treatment</i> Film Alternatif.....	93
Tabel 5. <i>Treatment</i> Naskah Film.	95
Table 6. <i>Shooting Rundown</i>	101
Tabel 7. Jadwal Syuting.	103



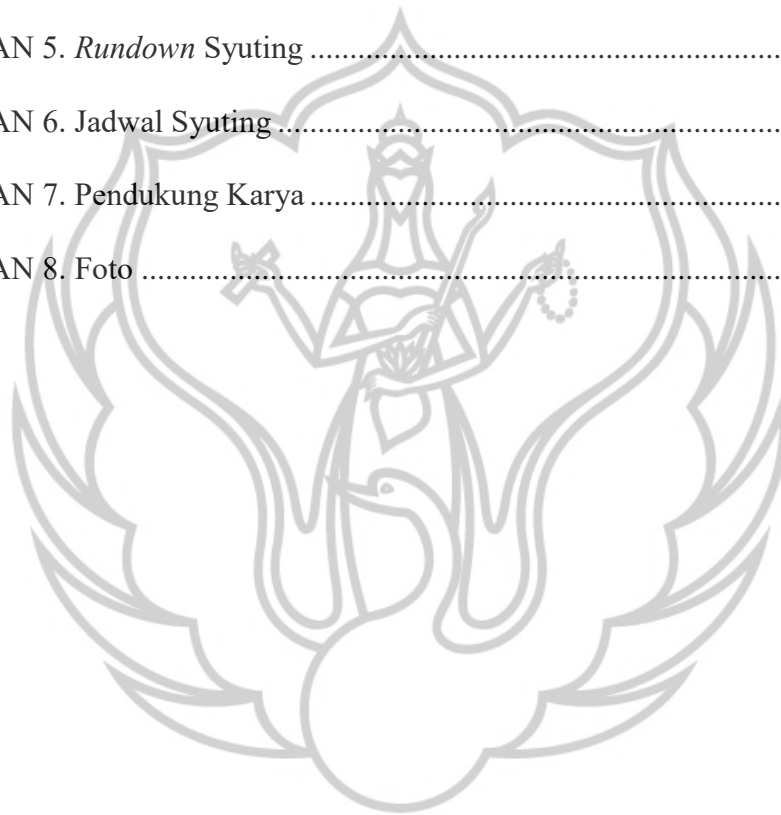
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. <i>Capture</i> Komunikasi Penulis dengan Ummi.....	22
Gambar 2. Proses Wawancara dengan Patera Adwiko.....	26
Gambar 3. Proses Wawancara dengan Sonia Natasha Marunduh.....	27
Gambar 4. Proses Wawancara dengan Yulia Sriati Rismintari.....	28
Gambar 5. Proses Wawancara dengan WIwik Dwi Prapti.....	30
Gambar 6. Proses <i>Rehearsal</i> Dengan Marshalina Anugraheni	32
Gambar 7. Proses Penari Eksplorasi Gerak <i>Blankspace</i>	33
Gambar 8. Penulis saat Diskusi dengan Ariiq dan Roy	35
Gambar 9. Proses Wawancara dengan Wiwik Dwi Prapti	45
Gambar 10. Proses Wawancara dengan Patera Adwiko.....	46
Gambar 11. Proses Wawancara dengan Penyintas.....	47
Gambar 12. Penari Marshalina Anugraheni	50
Gambar 13. Kostum yang Digunakan Penari.....	51
Gambar 14. Penari Melakukan Gerak Pada Segmen <i>Lekre</i>	53
Gambar 15. Penari Bergerak Pada Segmen <i>Blankspace</i>	54
Gambar 16. Penari Bergerak Dengan Segmen Katatonik.....	55
Gambar 17. Gambar Sosok Ibu Pada Frame Lubang Kunci.....	56
Gambarr 18. Tangan Penari dan Bayi Simbol Keberkahan dan Kelahiran	57
Gambar 19. Penari Bergerak Berjalan Dengan Buah Naga	58
Gambar 20. Penari Meremas Buah Naga.....	59
Gambar 21. Proses Latihan Bersama Ibu Hamil.....	60

Gambar 22. Proses Latihan Asisten Koreografer Menyusun <i>Treatment</i> Terapi....	63
Gambar 23. Proses Uji Coba Materi Kepada Ibu Hamil.....	65
Gambar 24. Penulis Memberikan <i>Treatment</i> Naskah dan <i>Storyboard</i>	67
Gambar 25. Contoh Hasil <i>Angle</i> Kamera Pada Film <i>Save Me</i>	69
Gambar 26. Gambar Frame Kamera Pada Film <i>Save Me</i>	71
Gambar 27. <i>Footage</i> Kolase Animasi Pertama	76
Gambar 28. <i>Footage</i> Kolase Animasi Kedua.....	77
Gambar 29. <i>Footage</i> Kolase Animasi Ketiga	78
Gambar 30. Hasil Gambar <i>Mirroring</i> Penari Pada Tahap <i>Editing</i>	79
Gambar 31. Gambar Kolase Penari dan Wajah-wajah Pada Tahap <i>Editing</i>	80
Gambar 32. Foto Penyintas Pada Proses Perekaman Dan <i>Interview</i>	107
Gambar 33. Foto-foto Marshalina Anugraheni Sebagai Penari	108
Gambar 34. Ibu-ibu Hamil Melakukan Uji Coba Tari Sebagai Media Terapi	109

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1. Linimasa Kegiatan.....	90
LAMPIRAN 2. <i>Treatment Dance Film</i>	92
LAMPIRAN 3. <i>Treatment Film Alternatif</i>	94
LAMPIRAN 4. <i>Treatment Naskah Film</i>	96
LAMPIRAN 5. <i>Rundown Syuting</i>	102
LAMPIRAN 6. <i>Jadwal Syuting</i>	104
LAMPIRAN 7. <i>Pendukung Karya</i>	105
LAMPIRAN 8. <i>Foto</i>	108



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Film alternatif yang berjudul *Save Me* bersumber dari fenomena sosial yakni *baby blues syndrome* yang digarap dengan perspektif tari. *Baby blues syndrome* dialami oleh beberapa ibu muda di lingkungan tempat tinggal penulis khususnya kecamatan Sedayu, Bantul, Yogyakarta. Berdasarkan informasi dari dokter setempat yaitu dokter Bella mengatakan bahwa *baby blues* yang terjadi kebanyakan dialami oleh remaja yang belum siap berperan menjadi ibu, biasanya anak-anak yang masih sekolah menengah atas.

Baby blues adalah perasaan sedih atau khawatir yang muncul pada awal masa seorang ibu setelah melahirkan. *Baby blues syndrome* atau sering disebut *maternity blues* dimengerti sebagai suatu sindrom gangguan afek ringan yang sering tampak dalam minggu pertama ibu setelah persalinan dan memuncak pada hari ketiga sampai kelima dan menyerang dalam rentang waktu 14 hari terhitung setelah persalinan. Angka kejadian *baby blues* atau *postpartum blues* di Asia cukup tinggi dan bervariasi antara 26-85%, sedangkan di Indonesia angka kejadian *baby blues* atau *postpartum blues* antara 50-70% dari pasca persalinan.

Berdasarkan pengamatan penulis, baru-baru ini *platform* digital seperti *Tik Tok* menjadi perantara ibu untuk meluapkan perasaannya. Faktanya banyak yang menanggapi dan memberi dukungan pada ibu yang menyampaikan keluh kesahnya ketika mengalami *baby blues* tersebut. Selain itu tidak sedikit yang ternyata

mengalami hal yang sama, artinya kasus *baby blues* banyak dialami oleh masyarakat Indonesia. *Baby blues* menyerang ibu manapun, terlepas dari ras, budaya, tingkat pendidikan dan tingkat ekonomi. *Baby blues* adalah hal yang normal terjadi akibat adanya perubahan hormon setelah melahirkan. Setelah melahirkan, hormon estrogen dan progesteron akan menurun secara drastis dan menimbulkan perubahan suasana hati atau *mood swing*. (Nadia Faradiba, 2022).

Penulis yang juga pernah mengalami persalinan, sangat memahami bahwa proses adaptasi menjadi ibu baru itu tidak mudah. Selain faktor hormonal, kondisi psikologis ibu yang kaget dengan peran barunya sebagai ibu ini yang biasanya menjadi pemicu. Selain itu, faktor lingkungan yang kurang suportif serta peran suami yang kurang mendukung juga menjadi penyebabnya. Hal ini dibenarkan oleh Wiwiek Dwi Prapti selaku kepala klinik bersalin yang telah lama menangani persalinan di daerah Bangunjiwo, Kasihan, Bantul, Yogyakarta. Menurutnya faktor lingkungan sangat mempengaruhi munculnya *baby blues*, dilihat dari proses kehamilannya saja bidan yang telah berpengalaman ini bisa membaca apakah seorang ibu itu berpotensi mengalami *baby blues* atau tidak. Ibu yang berpotensi mengalami *baby blues* biasanya sudah memiliki masalah sejak konsultasi kehamilan seperti susah tidur dan raut wajahnya terlihat murung, cemas dan gelisah. Penyebab utamanya kebanyakan adalah suami yang kurang perhatian dan lingkungan yang tidak mendukung terutama keluarga. (Wiwiek, 2023).

Baby blues tidak hanya menyerang seorang Ibu yang baru pertama kali melahirkan. Hal ini diperjelas dengan pernyataan dari seorang psikolog dan rekan di salah satu komunitas *parenting* yaitu Sonia Natasha.

“*Baby blues* kecenderungannya memang dialami oleh wanita yang baru saja melahirkan jadi ada kondisi mental biasanya karena kelelahan, merasa tidak layak dan tidak ada yang mensupport maka biasanya muncul *baby blues* ini. Tidak hanya harus anak pertama tapi bisa jadi malah setelah melewati beberapa kelahiran mungkin baru terjadi, misalnya anak pertama memang direncanakan tapi bisa jadi anak kedua karena tidak direncanakan namun hamil dan melahirkan padahal secara fisik dan mental ibunya belum siap jadi bisa muncul *baby blues*.”

Baby blues yang tidak tertangani dengan baik atau maksimal maka berlanjut menjadi *postpartum depression* yang mana seorang ibu muncul rasa cemas yang berlebihan, sulit tidur hingga muncul gagasan untuk menyakiti dirinya sendiri. Kondisi depresi pasca melahirkan ini merupakan masalah serius dalam bidang kesehatan masyarakat karena bila tidak diatasi dapat mengakibatkan terganggunya kesehatan mental pada ibu (A. Wittkowski, 2011). Kondisi yang terus bertumbuh menumpuk lalu terakumulasi hingga akhirnya mengalami halusinasi atau bisikan bahkan sampai menyakiti bayinya sendiri, kondisi ini disebut dengan *postpartum psikosis*. (Ernawati, 2020).

Pada bulan Maret 2022 peneliti bekerjasama dengan psikolog konsultan yaitu Sonia Natasha untuk melakukan observasi pada beberapa pasien yang berhasil disembuhkan. Penelitian secara kualitatif ini digunakan sebagai pijakan untuk membuat *dance film* dengan durasi 7 menit yang berjudul “*Save Me*”. Selanjutnya *dance film* digunakan untuk melakukan penelitian secara kuantitatif, dengan cara penayangan dan pengisian kuesioner. Penelitian ini dilakukan di komunitas *parenting* Indonesia yaitu *MomAcademy Jogja*. *Dance film* yang berjudul “*Save Me*” ini merupakan embrio dari karya film alternatif yang akan diciptakan. Karya ini menjadi refleksi penulis dan sebagai proses riset artistik untuk karya film

alternatif ini. Pada kasus ini, peneliti menawarkan gagasan tentang mengkonstruksi pemahaman *baby blues*. Informasi pemahaman tentang *baby blues* saat ini biasanya dapat diakses di media sosial dalam bentuk tulisan seperti artikel, jurnal dan buku sehingga penulis ingin membuat film dengan perspektif tari sebagai edukasi serta mengandung unsur terapi.

Film alternatif dirasa mampu untuk mengetengahkan pemahaman *baby blues* kepada masyarakat umum, karena penulis ingin menarasikan secara verbal dengan gaya teknik dokumenter supaya mudah dipahami masyarakat. Hal ini diperkuat dengan pernyataan kepala Puskesmas Sedayu II yaitu Dr. Yosep Dony Kurnia Sandya yang mengatakan bahwa pertunjukan tari menurutnya tidak terlalu berpengaruh terhadap pasien *baby blues*. Wawancara terhadap beberapa tenaga kesehatan pada bulan Desember 2022 memperkuat keinginan penulis untuk mencoba teknik *dance therapy* yang dimuat dalam film alternatif.

Film alternatif bersinonim dengan film independen atau populer dengan sebutan film indie. Ardyaksa dan Hastjarjo dalam jurnalnya yang berjudul “Pengaruh Film Alternatif terhadap Emosi” menyebutkan Chris Hanley adalah salah satu pionir orang independen yang tidak pernah membuat film lebih dari 5 juta dollar. Film alternatif juga kerap disepadankan dengan istilah *avant-garde* dan film eksperimental. Film alternatif muncul tidak sekadar untuk sebagai alat bercerita naratif, tetapi juga untuk berekspresi. Apabila film hanya dijadikan sebagai alat bercerita saja tanpa aktivitas berekspresi, film akan menjadi terbatas (Prakosa, 1997). Film alternatif biasanya ditayangkan di festival-festival film, tetapi film alternatif “*Save Me*” akan didedikasikan kepada klinik konsultan psikolog,

puskesmas dan penyintas sebagai edukasi dan upaya penyembuhan *baby blues syndrome*. Karya ini juga memuat gaya teknik *dance film*. *Dance film* menjadi ruang penulis yang juga sebagai koreografer membaca gagasan dan mengungkapkannya secara imajinatif.

Dalam menciptakan karya-karyanya seorang seniman berusaha untuk menghasilkan entitas yang unik, kaya dalam arti mampu memberi rangsangan-rangsangan kepada penontonnya untuk menimbulkan banyak kemungkinan imajinasi, dan tentunya tersaji dengan indah dan menarik. *Beauty* atau keindahan adalah bagian dari pengalaman. (Sal, 2022). Indah dalam artian tidak hanya sekedar indah secara visual namun berbobot dalam arti bermakna dan menyentuh perasaan penonton sebagaimana yang dinyatakan Howard Gardner dalam bukunya *Truth, Beauty and Goodness*.

“To be deemed beautiful, an experience must exhibit three characters, it must be interesting enough to be hold, it must have a form that is memorable, and it must invite revisiting” (Gardner, 2011).

Gardner memaknai indah tidak hanya tampak secara visual tetapi ketika muncul ketertarikan penonton untuk kembali menikmati karya tersebut. Sebagaimana karya film alternatif ini berusaha mengajak penonton untuk kembali menikmati contohnya tertarik mengikuti *dance therapy* yang ada di dalam filmnya. Film alternatif ini berisi tiga bagian penting yaitu narasi (wawancara narasumber), *dance film* dan tari sebagai media terapi. Karya ini secara konsep, struktur dan elemen lainnya murni subjektif penulis. Gaya sinematografi yang diolah dan menampilkan kolase animasi ini memperkuat format alternatif yang dipilih. Selain

itu harapannya karya ini menjadi upaya penenangan misalnya penonton kembali memutar film untuk sekedar meringankan beban pikiran yang memicu munculnya kembali depresi.

Karya ini menjadi sebuah peristiwa baru yang tidak hanya diperuntukkan pada penulis sendiri, akan tetapi pengalaman ini juga akan menjadi peristiwa baru bagi para penikmat seni dan juga masyarakat dalam hal yang bersifat kesan dan imajinatif serta edukatif. Selain itu, karya ini tidak hanya sebatas ungkapan tubuh secara subjektif namun juga menjadi kontemplasi bagi para penikmat dalam mencermati, mengamati, serta menelusuri kembali ingatan dan pengalaman.

B. Rumusan Masalah

Uraian latar belakang di atas memunculkan rumusan masalah atau pertanyaan kreatif sebagai berikut:

1. Bagaimana mengkonstruksi pemahaman *baby blues syndrome* dalam bentuk film alternatif dengan perspektif tari?
2. Bagaimana mengurai gagasan ke dalam karya film alternatif sehingga menjadi sebuah karya yang edukatif serta mengandung unsur terapi?

C. Tujuan dan Manfaat

Setiap melakukan sesuatu hendaklah ada manfaatnya, apalagi menciptakan sebuah karya yang mencoba untuk memberi kontribusi kepada khalayak umum.

Adapun tujuan dan manfaat penciptaan karya ini adalah sebagai berikut:

1. Tujuan penciptaan

- a. Menciptakan sebuah karya film alternatif yang dikemas dengan perspektif tari dan mengandung unsur terapi.
- b. Mengedukasi masyarakat umum tentang pentingnya pemahaman *baby blues syndrome* melalui film alternatif.

2. Manfaat penciptaan

a. Manfaat Teoritis

- 1) Mendapatkan pengalaman baru mengenai teori tari dan film dalam perkembangan seni saat ini.
- 2) Mendapatkan pemahaman baru tentang teori film alternatif, psikologi tari dan metode terapi tari.

b. Manfaat praktis

- 1) Memberi alternatif upaya mencegah terjadinya *baby blues* melalui film alternatif yang dapat dinikmati oleh berbagai lapisan masyarakat.
- 2) Memberikan pemahaman bahwa menciptakan karya dapat berangkat dari fenomena sosial ataupun pengalaman empiris.