

## ***SELF LOVE***

Oleh: Yoanita Yosa Nugraha

NIM: 1511560011

### **RINGKASAN**

*Self Love* merupakan karya tari yang berangkat dari pengalaman empiris penata. Tentang peristiwa *bullying* yang dialami dan membawa penata pada pengalaman refleksi untuk lebih mencintai diri sendiri. *Self Love* berpijak pada gerak sehari-hari. Sebagai penggambaran cerita yang dialami dalam kehidupan yang nyata. Gerak seperti berjalan, berbicara, menatap dan memegang diolah menjadi simbol-simbol penanda satu makna. Penggunaan properti yang juga merupakan kostum menjadi salah satu ciri khas yang dimunculkan dalam karya *Self Love*.

Berpijak pada aspek-aspek koreografi kelompok, karya *Self Love* dibentuk sedemikian rupa agar menjadi ringan dinikmati oleh penonton. Dengan jumlah penari delapan orang perempuan bertubuh gemuk dan disajikan dalam tipe dramatik. Menggunakan musik MIDI dengan sentuhan puisi dan lagu orisinal karya *Self Love*. Puisi serta lagu yang tercipta merupakan karya yang dibuat oleh penata tari sendiri, mulai dari penyusunan kata hingga nada nya. Dibantu oleh komposer dalam proses aransemennya. Karya ini membawa penonton pada suasana yang lebih dalam dan haru bahagia.

Kisah tentang perjuangan, kesedihan, keterpurukan dan tentang kebangkitan. Akan tersajikan dalam tujuh bagian. Introduksi, adegan I, adegan II, adegan III, adegan IV, adegan V dan *ending*. Setiap adegan yang tersaji membawa pada refleksi pengalaman kita masing-masing. Kilas balik tentang peristiwa tersudutkan disuguhkan dalam suasana yang mengharukan dan dikemas ringan untuk dapat dinikmati dengan pemikiran setiap penontonnya.

Kata kunci: *Bully*, Refleksi diri, Cinta

## ABSTRAC

*Self Love is a dance work that departs from the choreographed empirical experience. About bullying events experienced and bring choreographers to reflection experiences to love themselves more. Self Love rests on daily motion. As a description of stories experienced in real life. Movements such as walking, talking, staring and holding are processed into symbols of one meaning. The use of property which is also a costume is one of the distinctive features of Self Love.*

*Based on aspects of group choreography, Self Love works are shaped in such a way as to be enjoyed by the audience lightly. With the number of dancers, eight obese women are presented in dramatic types. Using MIDI music with a touch of poetry and original songs by Self Love. The poems and songs that are created are works made by the choreographer themselves, starting from the preparation of words to their notes. Assisted by the composer in the process of the arrangement. This work brings the audience in a deeper and happier atmosphere.*

*The story of struggle, sadness, adversity and about resurrection. Will be presented in seven parts. Introduction, scene I, scene II, scene III, scene IV, scene V and ending. Each scene presented brings a reflection of our respective experiences. A flashback of the corner events is presented in a touching and lightly packed atmosphere to be enjoyed with the thoughts of each audience.*

Keywords: Bully, Self reflection, Love

## I. PENDAHULUAN

*Self Love* merupakan karya tari baru yang mengangkat pengalaman empiris sebagai ide awal cerita. Pengalaman empiris diangkat sebagai sebuah perenungan terhadap diri sendiri. Peristiwa *bullying* yang dialami pada diri penata, dipilih sebagai cerita yang akan dibawakan dalam karya ini. Karena, pengalaman ini memberikan banyak pengaruh terhadap pribadi penata untuk sampai pada tahap mencintai diri sendiri.

Setiap manusia pasti memiliki pengalaman yang kaitannya dengan diri pribadi secara fisik. Dalam kehidupan sehari-hari, penampilan merupakan hal yang paling mudah terlihat secara visual. Bentuk tubuh hingga apa yang digunakan dapat dengan mudah menjadi sorotan orang lain. Berbagai macam bentuk tubuh manusia dan berbagai macam pula tanggapan tentang hal tersebut. Sering kali orang-orang yang memiliki bobot berlebih menjadi bahan ejekan serta cibiran karena dianggap tidak sesuai dengan sesuatu yang disebut ideal. Ideal di sini menurut pandangan masyarakat secara umum. Mereka yang memiliki bobot berlebih tidak jarang menjadi objek tertawaan orang lain.

Dalam hal ini, penata memiliki pengalaman empiris yang sama seperti yang telah dijelaskan di atas. Bagaimana ia menjadi bahan olok-olokan karena dianggap tidak memiliki bentuk tubuh yang ideal. Hampir setiap hari hal tersebut dialami. Pada awalnya semua terasa baik-baik saja, karena sudah terbiasa dengan ejekan-ejekan tersebut. Namun ternyata, terkadang luka terdalam adalah luka di hati. Akhirnya kejadian semacam itu menjadi hal yang paling mengganggu bahkan paling menakutkan.

Tanpa adanya perlawanan untuk peristiwa itu, membuat mereka yang melakukannya pun merasa bahwa itu bukan hal yang salah atau keliru untuk dilakukan. Tergelitik dengan hal yang dialami ini. Penata mencoba mencari tahu tentang bagaimana kejadian ini di luar sana. Kasus tentang *bully* ternyata bukan hanya terjadi pada satu dua orang yang memiliki tubuh gemuk saja. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh penata terhadap lingkungan sekitarnya, penata mampu melihat bahwa 9 dari 10 orang gemuk mengalami hal tersebut di kehidupannya. Dan parahnya lagi kebanyakan dari mereka tidak berani untuk melakukan perlawanan karena takut jika setelah perlawanan yang mereka lakukan, hal tersebut justru semakin menyerang mereka.

Pergulatan secara batin terjadi di diri orang-orang semacam itu. Bagaimana sebuah perkataan mampu berdampak dan berpengaruh terhadap keberlangsungan hidup orang lain. Tidak hanya kecewa dan sakit hati yang dirasakan, malu berlebih,

merasa tidak percaya diri dan bahkan dalam beberapa kasus hingga ada yang memilih untuk mengakhiri hidupnya. Dampak dari semua ini berkait langsung pada proses perkembangan dan pengembangan diri tiap orang yang mengalaminya.

Dalam proses perjalanan hidup, timbul rasa lelah dengan hal-hal semacam itu. Melakukan keseharian penuh dengan ejekan dan tanpa melakukan apapun. Hingga akhirnya penata merasa bahwa ia tidak bisa membiarkan hal ini terus menerus terjadi. Beberapa upaya dilakukan untuk meminimalisir kejadian-kejadian yang dialami. Mencoba memberikan pengertian dan pemahaman perlahan-lahan terhadap sekitar tentang dampak dari hal-hal yang dilakukan. Belajar memahami diri sendiri dengan bersyukur atas apa yang Tuhan beri. Menerima nya sebagai sebuah berkat dan mengubah paradigma tentang setiap kata yang disebut ejekan sebagai sebuah kekuatan untuk tetap kokoh berdiri, lalu menguatkan mereka yang mengalami hal serupa.

Dalam proses penciptaan karya tari, penata tertarik tentang bagaimana *bully* mampu sangat berdampak bagi orang lain. Dengan pengangkatan kisah seorang gemuk yang mengalami proses jatuh hingga pada bangkitnya. Kesakitan dan luka saat diejek hingga bagaimana proses kebangkitan untuk lebih terbuka dan bebas pada pandangan sekitar. Tanpa membedakan bentuk tubuh, karya ini ingin menyatakan ide tentang bagaimana orang-orang yang dianggap tidak ideal pun memiliki keistimewaan nya tersendiri. Dan melalui peristiwa apapun kita dapat menarik kesimpulan tentang bagaimana mencintai diri sendiri. Tidak dengan harapan atas perubahan dunia atau orang sekitar namun dengan merubah cara pandang kita terhadap apa yang terjadi di sekitar, lebih berpikiran terbuka dan bebas terhadap apapun yang orang lain katakan dan lakukan. Karna pada dasarnya setiap orang memiliki hak atas apa yang mereka lakukan. Kembali pada pribadi kita tentang bagaimana bersyukur atas apa yang terjadi dan membawa nya menjadi sebuah berkat dan kebahagiaan.

Selain itu karya koreografi ini ingin membawa kita pada sebuah kesadaran akan tubuh itu sendiri. Tentang otoritas terhadap diri sendiri. Serta menerima tubuh dengan dalam kondisi dan keadaan seperti apapun. Bukan dengan embel-embel pakaian, makeup, atau apapun yang kita pakai sehari-hari sebagai salah satu hal yang terkadang menjadi tekanan-tekanan dari luar diri kita. Tentang asumsi-asumsi yang tanpa kita sadari mengatur pola hidup kita menjadi tidak bebas.

## II. PEMBAHASAN

### A. Konsep Dasar Tari

Konsep adalah suatu representasi abstrak dan umum tentang sesuatu yang bertujuan menjelaskan suatu benda, gagasan atau peristiwa. Setiap karya seni mengungkap konsepnya masing-masing. Konsep ini menjadi rancangan bagaimana ide-ide yang telah ada nantinya terwujud. Ide-ide dituangkan dalam gerak. Gerak-gerak disusun menjadi sebuah rangkaian komposisi yang merupakan perwujudan konsep. Tanpa adanya konsep maka karya seni tidak dapat menyampaikan tujuannya dengan jelas.

#### a. Rangsang Tari

Suatu rangsang dapat didefinisikan sebagai sesuatu yang membangkitkan fikir, atau semangat, atau mendorong kegiatan.<sup>1</sup> Rangsang membentuk denyut dasar di belakang dan selanjutnya membentuk struktur.<sup>2</sup> Karya tari ini tercipta karena suatu pemikiran tentang emosi manusia saat memiliki sikap, sebagai penolakan terhadap apa yang terjadi. Gejolak emosi dalam diri yang membentuk suatu sikap-sikap tertentu sebagai sebuah aksi. Sebuah tindakan memang terbangun karena adanya sentuhan emosional yang secara tidak sengaja pada ruang hati, lalu mampu membangkitkan sebuah ingatan atau memori yang pernah dialami pada waktu yang lalu. Begitu juga yang dialami penata sebelum karya ini tercipta.

Rangsang awal penata adalah rangsang auditif dan visual lalu menuju pada rangsang idesional. Rangsang auditif didapat dan dirasa oleh penata ketika mendapatkan pengalaman *bully* secara verbal. Pengalaman ini dialami secara langsung maupun tidak langsung dengan melihat dan mendengar ketika *bully* terjadi pada orang sekitar. Melalui pengalaman tersebut terbentuklah imajinasi tentang kejadian serupa yang pernah dialami. Selain itu mendengarkan lagu-lagu juga menjadi salah satu rangsang auditif yang cukup

---

1 Smith, Jacqueline, 1985. *Komposisi Tari Sebuah Petunjuk Praktis Bagi Guru* Terjemahan Ben Suharto. Yogyakarta: Ikalasti. 20

2 Smith, Jacqueline, 1985. *Komposisi Tari Sebuah Petunjuk Praktis Bagi Guru* Terjemahan Ben Suharto. Yogyakarta: Ikalasti. 23

membantu dalam pencarian serta pengembangan ide-ide dalam karya ini. Sedangkan yang menjadi rangsang visual penata adalah dimana dalam waktu yang bersamaan melihat kembali kondisi korban dan merasakan pula sebagai korban. Melalui kedua rangsang tersebut penata barulah mengarah pada rangsang idesional untuk dijadikan sebagai ide dasar karya tari ini.

Peristiwa ini dipilih penata sebagai dasar ide dari karya tari ini. Karena pengalaman yang terjadi dari setiap orang memiliki kesan yang berbeda-beda. Menurut penata membawa pengalaman dalam melakukan sebuah tindakan penolakan dengan membangkitkan diri seseorang sangat penting dan berharga. Banyak hal yang diajarkan melalui pengalaman, ingatan atau memori manusia, belajar dari semua kesalahan dan menarik kesimpulan dari apa yang pernah dialami kemudian membuat suatu menjadi lebih baik dan melihat kebelakang menghindari kesalahan yang tidak diinginkan. Rangsang idesional ini juga menjadikan jalan bagi penata dalam mengembangkan pengalaman yang terjadi, menelisik dari berbagai sisi untuk menjadikan pemantik menuju aspek-aspek yang lain.

b. Tema Tari

Tema merupakan hal yang terpenting untuk menentukan apa saja yang berkaitan dengan makna pokok dari makna keseluruhan yang nanti akan dikomunikasikan oleh penata, penari kepada penonton. Tema karya tari ini diangkat dari perjalanan penata saat mengalami peristiwa *bully* yang akhirnya menjadi sebuah pengalaman khusus dalam mencintai diri sendiri. Pengalaman ini yang memberikan kesan yang sangat berpengaruh bagi kehidupan penata sampai saat ini. Tema dari pada karya tari ini ialah kebangkitan.

c. Judul Tari

Judul merupakan salah satu elemen terpenting yang ada dalam bagian sebuah karya. Judul menjadi hal yang pertama kali dilihat serta lekat dimata penonton. Pemilihan judul bisa jadi menggambarkan secara singkat seluruh isi dalam karya. Dalam karya

koreografi ini penata memilih judul *Self Love*. *Self Love* berarti mencintai diri sendiri. Judul ini dipilih karna dapat menyampaikan secara singkat apa inti yang ingin dibicarakan karya ini. Pemilihan bahasa juga sangat penting. Pemilihan bahasa asing dalam karya ini yaitu bahasa Inggris adalah agar karya ini mampu dipahami tidak hanya oleh orang-orang Indonesia saja, melainkan semua orang. Bahasa Inggris merupakan bahasa yang ditetapkan sebagai bahasa Internasional. Selain itu juga merupakan perwujudan tentang peristiwa yang diangkat dalam karya ini bahwa *bully* tidak hanya terjadi di Indonesia melainkan juga diseluruh belahan dunia.

d. Tipe Tari

Penggarapan karya tari ini menggunakan tipe tari dramatik. Tipe dramatik mengandung arti bahwa gagasan yang dikomunikasikan sangat kuat dan penuh daya pikat, dinamis dan banyak ketegangan, dan dimungkinkan melibatkan konflik antara orang seorang dalam dirinya atau dengan orang lain.<sup>3</sup> Tipe tari dramatik digunakan karena digarapan karya tari ini suasana menjadi hal yang penting dan adanya cerita pesan dan kesan yang ingin disampaikan kepada penonton. Lalu hadir pula simbol-simbol yang berhubungan dengan konsep tari ini, adanya gerak-gerak tari yang diciptakan dan dilakukan secara simbolis. Adanya penekanan suasana juga sangat jelas terlihat dari gerak-gerak yang dimunculkan. Gerak-gerak yang digunakan pada adegan tari ini banyak terpengaruhi gerak-gerak keseharian yang distilisasi dan didistorsi. Gerak sehari-hari seperti, gerak berjalan, gerak menoleh, malu, ketakutan yang akan distilisasi ataupun didistorsi.

Dalam karya ini terdapat beberapa adegan repetisi atau pengulangan. Pengulangan begitu penting dalam sebuah koreografi seperti yang Y. Sumandyo Hadi tegaskan pada bukunya yang berjudul *Koreografi Bentuk-Teknik-Isi*. Tanpa adanya pengulangan, suatu tangkapan indrawi penglihatan akan cepat hilang, karna berganti

---

<sup>3</sup> Smith, Jacqueline, 1985. *Komposisi Tari Sebuah Petunjuk Praktis Bagi Guru* Terjemahan Ben Suharto. Yogyakarta: Ikalasti. 23



dengan tangkapan motif gerak yang lain. Suatu bentuk atau motif gerak yang menjadi ciri khas sajian sebuah koreografi, sebaiknya perlu diulang beberapa kali, dengan maksud untuk lebih menampakan kekhasan bentuk koreografi itu.<sup>4</sup> Pengulangan dilakukan sebagai upaya untuk memancing kembali ingatan penonton pada adegan atau gerak yang sudah ditampilkan pada adegan sebelumnya. Selain itu pengulangan ini juga dimaksudkan untuk menunjukkan adanya ketegasan dalam setiap adegan yang mengarah pada maksud dan tujuan tertentu. Bahwa setiap adegan masih memiliki hubungan satu sama lain dan memberikan kesan ingatan masa lalu atau memori penata yang masih teringat. Pengulangan-pengulangan ini membantu mengarahkan penonton dalam memahami maksud-maksud tertentu.

e. Mode Penyajian Tari

Pada umumnya satu sajian tari agak membosankan terdiri dari dua kombinasi, yaitu simbolis-representasional.<sup>5</sup> Pada umumnya cara penyajian koreografi dibedakan dua penyajian yang berbeda, yaitu metode penyajian tari bersifat simbolis dan representasional.<sup>6</sup> Kebanyakan tari merupakan penyajian gerak yang simbolis, tetapi bila berhasil maka simbol-simbol harus diidentifikasi sehingga bermakna bagi penonton.<sup>7</sup> Begitupun dengan karya ini yang menggunakan metode penyajian secara simbolis. Banyak gerak-gerak simbolis yang muncul. Yang didukung oleh aspek-aspek yang lain seperti properti, musik, *lighting*. Pemilihan properti serta apa yang dimunculkan di atas pentas merupakan hal-hal berupa tanda atau simbol yang memiliki makna tertentu dalam setiap pemilihan dan penetapannya.

---

4 Y.Sumandyo Hadi, 2014. *Koreografi (Bentuk-Teknik-Isi)*. Yogyakarta: Cipta Media. 43.

5 Y.Sumandyo Hadi,2003. *Aspek-aspek Dasar Koreografi Kelompok*. Yogyakarta: Elkaphi. 91

6 Y.Sumandyo Hadi ,2003. *Aspek-aspek Dasar Koreografi Kelompok*. Yogyakarta: Elkaphi. 90

7 Smith, Jacqueline, 1985. *Komposisi Tari Sebuah Petunjuk Praktis Bagi Guru* Terjemahan Ben Suharto. Yogyakarta: Ikalasti. 30



## B. Konsep Garap Tari

### a. Gerak

Gerak tari yang dipilih dalam karya *Self Love* ini menggunakan simbol-simbol dari gerakan sehari-sehari. Seperti berjalan, berlari, terjatuh, menoleh, berbicara dan berkumpul. Setiap gerakan yang terwujud diolah sedemikian rupa dengan mempertimbangkan aspek ruang, waktu dan tenaga. Hal ini dilakukan sebagai pembentukan dinamika pertunjukan. Pengolahan volume, arah hadap, fokus, jarak, level, variasi, repetisi, pola lantai, pola gerak, dll. Secara pokok para penari melakukan gerak yang memiliki nuansa berbeda pada tiap adegannya. Di bagian pertama para penari cenderung membawa penonton pada keadaan tertekan dan malu. Untuk mendukung suasana yang akan dicapai digunakan gerak dengan volume yang sempit dan gerak-gerak yang menyimbolkan keadaan tertekan ditambah dengan ekspresi wajah untuk memperkuat. Selain itu juga memunculkan gerak pelan dan mengalun yang diharapkan akan membawa penonton pada suasana sedih dan kecewa. Serta membawa penonton masuk pada memori tentang cerita *bully*. Simbol menutup indra pun dilakukan sebagai upaya respon untuk menunjukkan malu, kekesalan dan bosan terhadap peristiwa yang dialami. Lalu pada bagian pengembangan atau bagian kedua penari akan melakukan gerak-gerak simbolis sehari-hari seperti berjalan, bercermin, berkumpul, berbicara. Pada bagian ini suasana akan dibawa menjadi datar begitupun dengan musik, penonton akan dibawa pada suasana yang terkesan monoton, melakukan banyak repetisi. Namun, penonton mulai dikenalkan dengan latar belakang daerah asal penata sebagai identitas melalui musik. Hingga masuk pada bagian setelahnya gerakan digunakan cenderung bervolume besar dan lembut. Hal ini menunjukkan bagaimana simbol mencintai diri sendiri. Serta simbol-simbol kecil melalui detail gerak di tangan dan di beberapa bagian yang lain. Lalu penggambaran keinginan terdalam penata dalam peristiwa ini diungkapkan dengan perwujudan diri yang kontras. Kontras dalam gerak maupun dalam musik, menunjukkan adanya konflik antara tokoh dengan dirinya dan sekitar. Dan gerakan

yang lebih terbuka serta memiliki karakter yang cukup kuat ialah adegan-adegan ketika para penari mulai mengalami perasaan yang sebaliknya dari adegan-adegan sebelumnya. Gerak yang disampaikan dengan tempo cukup cepat dan dinamis. Gerakan menghentak menjadi salah satu pilihan untuk menunjukkan adanya semangat didalam jiwa. Serta menyentuh atau meraba setiap bagian tubuh dan meliuk merupakan salah satu cara menyampaikan bagaimana keadaan bersyukur dengan kondisi seperti apapun, bagaimana aku mencintai aku, aku mencintai tubuhku dan menyadari semuanya sebagai sebuah berkat.

Pemilihan gerak dalam karya ini merupakan hasil eksplorasi penata tari dan penari yang menyesuaikan ketubuhan masing-masing dengan memaksimalkan kemungkinan-kemungkinan yang akan muncul. Motif-motif yang didapatkan dari eksplorasi diaplikasikan dengan menggunakan aspek-aspek garap tari sesuai dengan konsepnya. Serta dikembangkan sesuai dengan kebutuhan karya. Sehingga karya ini menjadi karya yang orisinal secara bentuk dan gerak, terkesan natural dan alamiah baik ekspresi gerak maupun wajah.

b. Penari

Penari merupakan bagian yang penting dalam sebuah karya tari. Penarilah yang nantinya mewujudkan apa yang akan disampaikan oleh penata. Penari menjadi perantara antara penata dan penonton. Pemilihan penari serta penentuan jumlah pun sangat menentukan bagaimana karya tersebut akhirnya dibawakan diatas panggung.

Karya *Self Love* sendiri memilih bentuk koreografi kelompok dengan jumlah penari enam. Delapan dipilih karna sesuai dengan komposisi yang diinginkan. Selain itu kriteria penari yang digunakan adalah mereka yang memiliki bentuk tubuh tidak proporsional atau berlebih. Selain sebagai visual yang nampak nyata dengan konsep dasar, secara emosional pun, rasa yang akan disampaikan akan lebih mudah tersalurkan. Karna dengan dasar cerita yang dekat dan lekat kaitannya dengan kehidupan para penari itu sendiri.

c. Musik Tari

Dalam suatu sajian tari, aspek pendukung seperti properti ataupun musik bisa saja diperlukan ataupun tidak, tergantung kebutuhan karya itu sendiri. Musik dapat memberikan bayangan atau mengungkapkan kemudahan atau kesulitan gerak, memajukan atau memundurkan, kekuatan atau kelemahan, kegemparan atau ketenangan, keseriusan atau keriangannya.<sup>8</sup> Dalam *Self Love*, musik menjadi salah satu aspek pendukung yang berperan penting terhadap berlangsungnya karya. Penyampaian pesan serta suasana yang akan dicapai, didukung melalui musik ini. Salah satu referensi untuk memperoleh hasil yang mampu mencakup kebutuhan karya adalah membiasakan diri untuk mendengar dan mengeksplor musik-musik atau dalam bentuk lagu sebagai sebuah gambaran. Melihat bagaimana musik digunakan dalam kebutuhan *film directing* untuk menghidupkan bagian per bagian. Penentuan instrumen yang dipakai dalam setiap adegan menentukan bagaimana hasil yang dicapai. Selain itu penambahan dengan menggunakan efek-efek suara juga diperlukan sebagai penguat suasana. Seperti misalnya memunculkan suara violin untuk menunjukkan suasana yang sedang sendu, lalu diberi aksent dengan ketukan dari efek suara tetesan air agar menambah kesan tenang dan damai. Musik dalam karya ini menghadirkan instrumen yang mendukung suasana kontempelatif, bahagia, sedih, pemberontakan serta kebangkitan, cinta dan kedamaian. Pada beberapa bagian akan dihadirkan vokal dengan suara perempuan sebagai bentuk suara luapan emosi yang tertahan di dalam diri penata yang merupakan seorang perempuan. Dan vokal ini disimbolkan juga sebagai perwujudan bahwa ini terjadi di berbagai tempat sehingga vokal akan dibawakan dengan multibahasa. Dalam beberapa bagian pun akan dimunculkan aksent-aksent serta melodi yang mengarah pada tradisi gaya Sunda. Sebagai perwujudan identitas asal penata. Serta untuk membawa memori kembali tentang kesadaran diri dari mana asal, sehingga muncul rasa bersyukur dan mencintai diri. Penyusunan musik dalam

---

<sup>8</sup> Margaret N.H'Doubler, *Tari Pengalaman Seni Kreatif*, Terjemahan Tugas Kumorohadi(Sekolah Tinggi Kesenian Wilwatika Surabaya, 1985), 157

karya ini tidak disajikan secara *live* atau menghadirkan penyaji musik untuk tampil secara langsung bersamaan dengan tari. Namun menggunakan musik MIDI (*Music Instruments Digital Interface*). Bentuk penyajian musik seperti ini ditetapkan berdasarkan beberapa pertimbangan. Musik MIDI memudahkan dalam proses pencarian harmonis antara gerak dan musik, karena dapat diputar berulang-ulang. Serta mampu menghemat sumber daya manusia yang dibutuhkan dalam karya sehingga tidak perlu memerlukan waktu untuk menentukan latihan bersama dengan pemusik. Serta musik MIDI lebih memungkinkan untuk dapat memasukan unsur musik apapun, lalu diolah dan dileburkan menjadi tatanan yang lebih baik lagi.

d. Rias Busana

Rias wajah dan busana yang sesuai dengan tema sangat mendukung suatu keutuhan karya. Untuk itu penata memilih menggunakan rias natural, dalam arti lain *make up* hanya menonjolkan karakter perempuan biasa. Busana yang dipilih adalah *dress* atau terusan sepanjang lutut. Selain itu penari menggunakan celana pendek berwarna merah. Bahan yang digunakan merupakan bahan elastis seperti bahan spandex. Pemilihan bahan yang bersifat elastis merupakan salah satu hal yang mendukung kenyamanan gerak serta beberapa motif gerak. Dalam beberapa motif gerak, terdapat bagian gerak yang menarik bagian kostum tersebut. Jika kostum menggunakan bahan yang elastis, maka akan memunculkan desain yang menarik dan efek dari gerakannya semakin terlihat. Warna yang dipakai untuk busana ini adalah abu-abu, sebagai perwujudan rasa gelisah tertekan, ragu-ragu, malu dan menunjukkan keadaan yang menyedihkan. Untuk celana pendek yang digunakan, berwarna merah sebagai wujud keberanian untuk berdiri dan berlapang untuk menerima keadaan diri. Digunakan sebagai warna celana agar tidak menjadi hal yang terlalu dominan namun tetap memberikan kesan yang manis. Sehingga penonton tidak bosan dengan baju *dress* abu-abu yang merupakan warna monokrom. Lalu penari menggunakan *short pants* yang sama dan *sport bra* sebagai kostum pada adegan terakhir. Pemilihan kostum yang terbuka ini sebagai penggambaran kebebasan diri dan

keterbukaan akan tekanan-tekanan sosial. Bagaimana akhirnya mampu menerima, mensyukuri diri dan mencintai diri dengan keadaan yang seperti apapun. Pilihan warna untuk spirt bra adalah warna putih yang menyimbolkan kesucian, kedamaian, kembali bersih serta untuk mampu mewujudkan rasa syukur yang agung terhadap yang Maha Kuasa melalui diri atau tubuh.

e. Properti

Properti digunakan sebagai penguat dalam karya. Dalam karya *Self Love* properti yang di gunakan ialah kain. Kain dengan bahan elastis yaitu bahan spandex di pilih sebagai bahan yang tepat. Kain membantu dalam proses penyampaian pesan. Dalam adegan I terdapat bagian, dimana ada empat orang penari, yang terbagi menjadi dua kelompok . Mereka akan bergerak diselimuti dengan kain yang telah di jahit berbentuk seperti kantong persegi yang besar. Bahan elastis dipilih karna akan menimbulkan desain yang menarik ketika di gunakan bergerak. Dapat di tarik dan lebih leluasa untuk ruang gerak dua orang penari didalamnya. Warna yang dipilih ialah abu-abu, sebagai bentuk keragu-raguan dan untuk mempertegas sikap yang malu-malu. Terkesan sikap yang belum pasti. Kain dengan bahan spandex di buat dalam ukuran 3 m x 1,85 m . Penggunaan kain sebagai bahan pendukung gerak untuk mempertegas kondisi dan suasana yang terkesan ragu dan malu. Efek menutup diri karena *bullying* ditunjukkan dengan diri yang berada didalam kain.

f. Pemanggungan

1. Ruang Tari

Setiap kegiatan apapun selalu memerlukan ruang atau tempat, penulis lebih senang dengan istilah ruang, ruang bisa berwujud fisikis maupun filosofis, istilah tempat terasa lebih fisik.<sup>9</sup> Ruang tari adalah ruang yang digunakan untuk mempertunjukan atau menggelar tarian, volume dapat diatur menurut kebutuhan koreografi. Ruang tari bersifat fisik, terlihat jelas bentuk, ukuran, kualitas dan karakter dapat langsung ditangkap oleh

---

<sup>9</sup> Martono Hendro. 2015. *Ruang Pertunjukan dan Berkesenian*. Yogyakarta: Cipta Media. 1

penari maupun penonton.<sup>10</sup> Tempat yang yang dipilih adalah *proscenium stage*. *Proscenium stage* dirasa tepat sebagai ruang yang dipakai karna sesuai dengan konsep garap tari yang akan diusung. Konsep-konsep seperti *exit-entrance* penari, pemanfaatan ruang berlatar hitam, penggunaan *front curtain*, dll.

## 2. Area/Lokasi pementasan

Lokasi *proscenium stage* yang merupakan auditorium Jurusan Tari, Fakultas Seni Pertunjukan, ISI Yogyakarta. Lokasi ini tepat digunakan sebagai salah satu aspek pendukung konsep yang ada serta untuk meminimalisir dalam biaya produksi karya karna dapat dipinjam secara gratis melalui prosedur yang telah ada.

## 3. Tata Cahaya

Tata cahaya menjadi salah satu aspek pendukung yang penting dalam karya ini. Perwujudan suasana-suasana mampu dikuatkan melalui permainan cahaya yang ada. Pembagian ruang dalam setiap adegan dapat mudah dimanipulasi melalui teknik pencahayaan yang diatur sedemikian rupa. Begitupun dengan nuansa yang ingin diwujudkan dapat dengan mudah diatur oleh bagaimana kita menentukan warna filter cahaya. Dalam beberapa bagian penata akan memanfaatkan adanya *special light* guna memberikan titik fokus. Sehingga karya yang dihasilkan mampu menciptakan keharmonisan antara satu aspek dengan aspek yang lain, digabungkan dan disempurnakan melalui teknik pencahayaan.

## 4. Tata Suara

Pemilihan tempat pementasan serta bentuk musik pendukung berupa MIDI. Perlu didukung dengan adanya fasilitas lain sebagai tempat pengolahan. Digunakan lah *sound system* untuk memperkuat suara yang ada. Serta mengatur keseimbangan antara yang didengar penari di atas panggung dan *audience* di bangku penonton.

---

10 Martono Hendro. 2015. *Ruang Pertunjukan dan Berkesenian*. Yogyakarta: Cipta Media. 6

### III. SIMPULAN

Dalam mengalami proses penciptaan kali ini, penata tari mendapatkan banyak sekali pengalaman. Dalam waktu yang sama penata berproses untuk membuat sebuah karya tari dan berperan menjadi banyak hal. Sebagai koreografer, penari, manager serta penonton. Berproses dengan banyak orang dengan karakter yang beragam, mengajarkan penata untuk mampu lebih menerima dan mengendalikan diri dalam setiap prosesnya. Berperan sebagai banyak hal dan ambil andil dalam segala aspek kebutuhan yang diperlukan dalam karya. Membuat penata belajar tentang pentingnya mengatur waktu dan apa yang harus dikerjakan. Dituntut untuk bersikap tenang dan tegas dalam satu waktu yang bersamaan. Banyak hal yang terjadi selama proses berlangsung, kendala yang harus dihadapi selama proses pun tak dapat dibilang sedikit. Namun hal itu menjadi suatu tantangan tersendiri bagi penata untuk dapat menyelesaikan karya dan melakukan yang terbaik.

Karya tari yang berpijak dari pengalaman empiris penata ini merupakan sebuah karya yang tercipta dari hati. Suatu ungkapan atau ekspresi diri dengan penuh perjalanan refleksi dan pembelajaran. Bukan semata-mata hanya ingin membuat karya untuk memenuhi kebutuhan tugas akhir saja. Tapi jauh dari itu, penata ingin mengajak banyak orang yang terlibat untuk dapat merasakan dan dapat menerapkan dalam cerita hidup mereka masing-masing. Belajar untuk mengendalikan diri dan mencintai diri, merupakan hal-hal yang diperhatikan selama proses terbentuknya karya ini.

Atas apa yang terjadi selama proses hingga pementasan. Tak henti-hentinya rasa syukur selalu dipanjatkan. Penata menyadari akan banyaknya kekurangan dalam karya ini. Namun, berkat dan kebersamaan yang luar biasa dari semua pendukung mampu mewujudkan karya yang penuh cinta dan keiklisan. Melihat bahwa setiap penari menjadi berkembang dengan caranya masing-masing. Merupakan suatu keberhasilan yang dirasakan oleh penata. Mendapati penari yang semakin percaya



diri, lalu adanya rasa saling memiliki satu dengan yang lain. Juga merupakan berkat luar biasa yang diterima dan dialami penata.

## DAFTAR RUJUKAN

### 1. Sumber Tertulis

- Ellfeldt, Lois. 1977. *A Primer for Choreography*. Australia: Dance Australia, terjemahan Sal Murgiyanto, 1997. *Pedoman Dasar Penata Tari*. Jakarta: Lembaga Kesenian Jakarta
- Hadi, Y Sumandyo . 2003. *Aspek-aspek Dasar Koreografi Kelompok*. Yogyakarta: Elkaphi
- Hadi, Y Sumandyo. 2014. *Koreografi (Bentuk-Teknik-Isi)*. Yogyakarta: Cipta Media.
- Hadi, Y Sumandyo. 2017 *Koreografi Ruang Proscenium*. Yogyakarta : Cipta media.
- Hawkin, Alma M, 1988. *Creating Through Dance*, USA: Princetown Book Company. Terjemahan Y. Sumandyo Hadi, *Mencipta Lewat Tari*. Yogyakarta: Manthili
- Imaniar, Esty Dyah, 2018. *Rules Of Love. Solo: Tiga Serangkai*.
- Langer, Suzanne K, 2006. Terjemahan FX.Widaryanto, *Problematika Seni*. Bandung: Sunan Ambu Press STSI Bandung
- Margaret N.H.Doubler, *Tari Pengalaman Seni Kreatif, Terjemahan Tugas Kumorohadi*(Sekolah Tinggi Kesenian Wilwatika Surabaya, 1985)
- Martono Hendro. 2015. *Ruang Pertunjukan dan Berkesenian*. Yogyakarta: Cipta Media
- Martono Hendro. 2015. *Mengenal Tata Cahaya Seni Pertunjukan*. Yogyakarta: Multi Grafindo
- Meri, La. 1965. *Dance Composition The Basic Elements*, USA: Interlink Books. Terjemahan Soedarsono, 1975 *Elemen-Elemen Dasar Komposisi Tari*. Terjemahan Soedarsono. Yogyakarta: Akademi Seni Tari Indonesia.
- Murgiyanto, Sal. 2002. *Kritik Tari : Bekal dan Kemampuan Dasar*. Jakarta: MSPI.
- Smith, Jacqueline, 1976. *Dance Composition Practical Guide for Teacher*, Londos : Lepus Books, Terjemahan Ben Suharto *Komposisi Tari Sebuah Petunjuk Praktis Bagi Guru* . Yogyakarta: Ikalasti
- Waitley, Denis. 2009. *The Psychology of Winning*. Terjemahan Laila Qadria. Yogyakarta: Rumpun
- Widaryanto, FX. 2009. *Koreografi*. Bandung: Jurusan Tari STSI Bandung

### 2. Diskografi

- a. Rifia asal Belanda, karya tari *Hey Little Fighter* video dari situs Youtube.
- b. Melissa Faller, karya tari *Cuts The Spell* video dari situs Youtube.

c. Yoanita Yosa Nugraha, Self Love, Dokumentasi pribadi, Yogyakarta.

3. Webtografi

<http://www.kajianpustaka.com>

<http://www.mayamuchtar.com>

<http://www.idntimes.com>



**NASKAH PUBLIKASI**

***SELF LOVE***



Oleh:

**Yoanita Yosa Nugraha**

**1511560011**

**TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI S1 TARI  
JURUSAN TARI FAKULTAS SENI PERTUNJUKAN  
INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA**

**GENAP 2018/2019**

