

**SKRIPSI**  
**LUCID DREAM**



**Oleh :**

**M Rizki Saputra**

**1711723011**

**TUGAS AKHIR PROGRAM STUDI S-1 TARI**  
**JURUSAN TARI FAKULTAS SENI PERTUNJUKAN**  
**INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA**  
**GENAP 2020/2021**

**SKRIPSI**  
**LUCID DREAM**



**Oleh :**

**M Rizki Saputra**

**1711723011**

**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 2020/2021**

## LEMBAR PENGESAHAN

Tugas Akhir ini telah diterima  
Dan disetujui Dewan Penguji  
Fakultas Seni Pertunjukan  
Institut Seni Indonesia Yogyakarta (Kode Prodi: 91231)  
Yogyakarta, 9 Juni 2021

Ketua/Anggota



**Dr. Rina Martiara, M.Hum**

NIP.196603061990032001/NIDN.0006036609

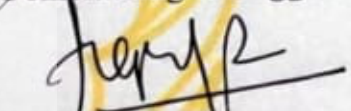
Pembimbing I/Anggota



**Dr. Hendro Martono, M.Sn**

NIP.195902271985031003NIDN.0027025902

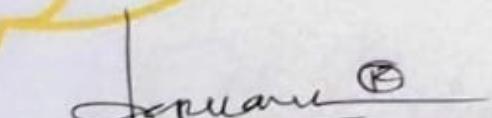
Pembimbing II/Anggota



**Dindin Hervadi, M.Sn**

NIP.197309102001121001/NIDN.0010097303

Penguji Ahli



**Dr. Darmawan Dadijono, M.Sn**

NIP.196709171992031002/NIDN.0017096704

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Seni Pertunjukan  
Institut Seni Indonesia Yogyakarta



**Siswadi, M.Sn.**

NIP.195911061988031001/NIDN.0006115910

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang telah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi, dan sepanjang sepengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali secara tertulis diacu didalam naskah ini dan disebutkan didalam daftar sumber acuan.

Yogyakarta, 9 Juni 2021

Yang Menyatakan,



M Rizki Saputra

M. Rizki Saputra

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji syukur kepada Allah SWT berkat karunia, kesehatan, rahmat serta hidayah-Nya yang telah diberikan, shalawat teriring salam kepada Nabi Muhammad SAW, suri tauladan *Akhlaqul Kharimah* yang kita nantikan *syafa'at*-nya di hari akhir kelak, sehingga karya tari *Lucid Dream* beserta naskah karya ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Karya tari ini merupakan syarat akademik untuk menyelesaikan studi strata satu (S-1) di Jurusan Tari, Fakultas Pertunjukan, Institut Seni Yogyakarta.

Proses penggarapan karya tari *Lucid Dream* dari awal hingga berakhir, tentu tidak terlepas dari berbagai pihak yang dengan kesediaanya telah memberikan bantuan baik dari masalah bimbingan dan pelaksanaan, dari segi waktu, tenaga, pikiran, serta dukungan moral dan spiritual bagi koreografer. Sehubungan dengan hal tersebut, untuk itu dalam kesempatan yang berbahagia ini saya ingin mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya dan penghargaan yang tak ternilai kepada:

1. Bapak Dr. Hendro Martono, M.Sn selaku dosen pembimbing I, pak endot yang sudah memberikan pencerahan, menuntun, teguran dan mengarahkan dalam proses penggarapan karya tari

ini. Terima kasih atas waktu yang diberikan, dukungan do'a, kritik dan saran sehingga karya ini dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

2. Bapak Dindin Heryadi, S. Sn., M.Sn selaku dosen pembimbing II, terima kasih atas waktu yang diberikan, semangat, motivasi, kritik dan saran yang telah membantu proses pembentukan karya ini.
3. Ibu Dra. Setyastuti, M.Sn selaku pembimbing studi yang telah memberikan bimbingan dan perhatiannya selama menempuh studi di Jurusan Tari.
4. Ibu Dr. Rina Martiara, M.Hum, selaku ketua jurusan Tari, Bunda Rina yang telah membimbing, meluangkan waktu, memberi saran dan perhatian, khususnya pada masa-masa akhir perkuliahan yang terasa lebih berat. Mengerahkan seluruh tenaga dan perasaan dalam menyelesaikan karya tari dan skripsi *Lucid Dream*.
5. Bapak Dr. Darmawan Dadijono, M.Sn selaku Dosen Penguji ahli, terimakasih atas masukan dan sarannya yang memotivasi untuk lebih baik lagi kedepannya.
6. Seluruh dosen pengajar Jurusan Tari, Fakultas Seni Pertunjukan, Institut Seni Indonesia Yogyakarta yang telah mengerahkan tenaga, waktu, pikiran dan perasaan dalam memberi ilmu, khususnya bidang Tari. Tidak melulu pelajaran tentang menari, tetapi juga toleransi, bekerjasama, pantang

menyerah dan banyak pelajaran hidup lainnya yang didapatkan selama 4 tahun mengenyam pendidikan di jurusan Tari. Meski terkadang saya dan teman-teman lain sulit diatur, percayalah kami mahasiswa mencintai dan menghormati Bapak/Ibu dosen pengajar, tanpa terkecuali.

7. Dengan segala kerendahan hati, saya persembahkan skripsi ini kepada kedua orang tua Bapak Zakir Safiudin dan Ibu Tuti Sri Ningsih terimakasih untuk kasih sayang, dukungan, pengorbanan serta do'a yang tiada hentinya untuk anak mu dan semoga dapat mewujudkan segala yang menjadi harapan kalian berdua.
8. Kakak dan Adik tercinta Jayanti Putri, Nurlianti Putri, dan Sakila Cahaya Putri terimakasih atas motivasi, dukungan serta mendoakan dan menyemangati untuk meraih kesuksesan. Semoga kita bisa menjadi anak yang membahagiakan bapak dan ibu sampai akhir hayat.
9. Sahabat dalam hidup Lia Mailiana terimakasih selalu menemani dan memberikan semangat, menjadi tempat berkeluh kesah, serta mendukung dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga apa yang menjadi harapan kita tercapai.
10. Terimakasih kepada bang Putra Agung dan mbak Dian Angraini, M.Sn yang telah memberikan nasihat, semangat, motivasi serta dukungan, kritik dan saran sehingga karya ini dapat terlaksana dengan lancar dan menjadi lebih baik.

11. Teman-teman ANTAKARA yang sudah menemani dalam proses menempuh kuliah di Institut Seni Indonesia Yogyakarta, terimakasih untuk semua kenangan dan moment-moment yang tidak bisa dilupakan semoga kita dapat sukses dan berkumpul kembali suatu hari nanti.
12. Teman-teman terbaik, Aceng, Aris, Agung, Tia, Bella, Tania, Tirta, Marzuk dan yang lain yang tidak bisa disebutkan satu persatu terimakasih untuk persahabatan selama ini yang senantiasa memberikan nasihat, semangat, dan dukungannya, kalian sudah seperti keluarga. Semoga persahabatan kita selamanya.
13. Kepada pathner dalam menggarap musik Ahmad Wanda, S.Sn., M. Sn terimakasih telah meluangkan waktunya untuk membantu dalam menyempurnakan musik karya tari *Lucid Dream*.
14. Tim Artistik saya Febrianto Wikan Jaya Ali, S. Pd dan kawan-kawan, terimakasih atas waktu dan tenaga yang diberikan untuk dapat mewujudkan ide kreatif yang diinginkan demi hasil terbaik karya tari ini.
15. Tim Rias dan Busana Liaart dan Rezika Karim terima kasih untuk hasil riasan dan desain kostum yang begitu baik sehingga menyempurnakan penampilan penari di atas pentas.
16. Tim Videografer pada seleksi 2 kak Ade Putra, seleksi 3 dan take video TA Febrianto Wikan Jaya, S.Pd terimakasih atas



spirit dan energi positifnya selama proses take video semoga segala kebaikan yang kalian berikan menjadi amal ibadah pada yaumul akhir nanti.

17. Tim Lighting kang Asep Supriyadi, S. Pd, kak Edo Ansyah, dan mbak Devi Eka yang sudah membantu membuat karya ini lebih baik, dan memiliki warna yang mengesankan.
18. Teman-teman dan bunda-bunda dari SASTRIA Bhineka Budaya terimakasih atas waktu dan tenaga serta energi positif yang diberikan selama proses penggarapan karya tari ini berlangsung.
19. Terimakasih kepada uda Hero, uni Lora, uda Arif, Aldi, Aan, kak Nuvus, kak Fredi, bang Diantori, bang Ari Ersandi, mas Wisnu, mas Widi, bang Febry, bang Anta, kak Susan, kak Ayu, mbak Nabila, Edo dan masih banyak lagi yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terimakasih sudah mendukung dan menemani serta memberikan *support* pada saat proses maupun pada saat pelaksanaan take video TA.

Semoga ketulusan hati semua yang terlibat dalam karya tari *Lucid Dream* , orang-orang yang namanya tertulis maupun tidak tertulis dalam skripsi ini selalu diberkahi dan dirahmati oleh Allah SWT setiap waktu, dilimpahan rezeki dan dilindungi Allah SWT senantiasa disetiap langkah kehidupannya masing-masing.

Akhir kata, saya menyadari bahwa dalam karya tari dan skripsi *Lucid Dream* jauh dari kata sempurna, maka dengan kerendahan hati, demi kesempurnaan karya tari dan skripsi ini, saya menerima kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan yang diharapkan. Semoga karya tari dan skripsi ini bermanfaat bagi setiap orang yang membacanya.



Yogyakarta, 9 Juni 2021

M Rizki Saputra

## RINGKASAN

### *LUCID DREAM*

M Rizki Saputra  
1711723011

*Lucid Dream* merupakan Bahasa Inggris yang terjemahannya adalah mimpi sadar. *Lucid Dream* adalah sebuah mimpi ketika seseorang sadar bahwa ia sedang bermimpi. Ketika mimpi sadar, pemimpi dapat ikut berpartisipasi aktif dalam mengendalikan mimpi dan mengubah pengalaman imajinasi yang terjadi dalam mimpi. Pengalaman semacam ini juga pernah terjadi secara langsung sebagai sebuah pengalaman empiris yang sangat menakjubkan bagi koreografer. *Lucid Dream* adalah manifestasi dari mimpi secara sadar yang diinterpretasikan ke dalam sebuah koreografi tunggal, karya tari ini memiliki rangsangan awal berupa rangsang gagasan/ide dengan tipe tari dramatik karya tari ini memiliki alur klasik.

Dalam karya tari *Lucid dream* dibagi menjadi introduksi dengan 5 (lima) adegan, klimaks serta ending. Karya tari ini menggunakan media properti berupa tali elastis, cermin dan *setting LCD projector*, dalam karya *Lucid Dream* lebih memunculkan gerak-gerak *fall and recovery* dan juga lekat lantai (*floor*). Pemilihan musik yang digunakan adalah musik berjenis meditatif sehingga membangun suasana yang tenang namun tetap diberikan unsur musik ritmis disesuaikan dengan harmonisasi gerak yang dimunculkan dalam karya tari ini. Pada bagian introduksi memberikan kesan berfikir dengan *shoot* kamera terfokus pada bagian kepala dan *camera move* memakai tehnik *panning* 360 derajat. Adegan 1, 2 dan 3 membicarakan mengenai keterbatasan seperti batas tubuh, batas ruang dan batas gerak *dishoot* secara *zoom out*, *zoom in* dan *pan left*, *pan right*. Adegan 4 dan 5 merupakan manifestasi dari kejadian *Lucid Dream* dengan menggunakan *medium shoot*, *moving*, dan *long shoot*. Pada bagian kelimaks dan ending merupakan penggambaran kesadaran diri dan mencoba melepaskan dari batasan.

Dari proses penciptaan karya tari *Lucid Dream* ini menghasilkan sebuah karya tari yang dikemas dalam bentuk tari video dengan durasi karya 10 menit, karya tari *Lucid Dream* di tarikan oleh satu orang atau tunggal dengan penari berjenis kelamin laki-laki. Karya tari *Lucid Dream* di pentaskan di Studio SASTRIA Bhineka Budaya dan juga sebagai tempat pengambilan video.

Kata Kunci : mimpi, batas, *lucid dream*.

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>iv</b>
<b>RINGKASAN.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xviii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Penciptaan .....	1
B. Tujuan Dan Manfaat Penciptaan .....	7
C. Tinjauan Sumber Acuan .....	8
1. Sumber Tertulis .....	8
2. Sumber Karya .....	13
3. Sumber Lisan .....	14
<b>BAB II KONSEP PENCIPTAAN TARI .....</b>	<b>16</b>
A. Kerangka Dasar Pemikiran .....	16
B. Konsep Dasar Tari .....	17
1. Rangsang Tari .....	18
2. Tema Tari .....	19

3. Judul Tari .....	19
4. Bentuk dan Cara Ungkap .....	20
C. Konsep Garap Tari .....	23
1. Gerak Tari .....	23
2. Penari .....	24
3. Musik Tari .....	24
4. Rias dan Busana Tari .....	25
5. Pemanggungan.....	27
a. Ruang Tari .....	27
b. Area atau Lokasi Pementasan .....	28
c. Tata Suara .....	28
d. Setting dan Properti.....	28
e. Tata Cahaya .....	30
<b>BAB III METODE DAN PROSES PENCIPTAAN TARI.....</b>	<b>31</b>
A. Metode Penciptaan .....	31
1. Eksplorasi.....	32
2. Improvisasi.....	33
3. Komposisi .....	35
4. Evaluasi .....	36
B. Tahapan Penciptaan .....	36
1. Tahapan Awal Penciptaan .....	36
a. Penentuan Ide dan Tema Penciptaan .....	36
b. Pemilihan dan Penetapan Penari .....	36
c. Penetapan Iringan dan Musik .....	37

d. Pemilihan Rias dan Busana .....	38
e. Penetapan Cara Pengambilan Video dan Videografer .....	38
2. Tahap Lanjutan .....	39
a. Proses Seleksi II .....	39
b. Proses Seleksi III .....	44
c. Proses dengan Tim Artistik .....	48
d. Proses dengan Penata Rias dan Busana .....	50
e. Proses dengan Penata Cahaya .....	52
f. Proses dengan Videografer .....	53
C. Evaluasi .....	60
1. Hambatan Dalam Proses Koreografi .....	61
2. Evaluasi Akhir .....	62
<b>BAB IV HASIL PENCIPTAAN .....</b>	<b>63</b>
A. Struktur Tari .....	63
1. Introduksi .....	64
2. Adegan Satu .....	65
3. Adegan Dua .....	66
4. Adegan Tiga .....	67
5. Adegan Empat .....	68
6. Adegan Lima .....	69
7. Klimaks .....	70
8. Ending .....	71
<b>BAB V KESIMPULAN .....</b>	<b>72</b>
A. Kesimpulan .....	72

<b>DAFTAR SUMBER ACUAN.....</b>	<b>75</b>
A. Sumber Acuan Tertulis .....	75
B. Sumber Acuan Internet .....	76
C. Sumber Lisan .....	77
<b>GLOSARIUM .....</b>	<b>78</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN.....</b>	<b>83</b>



**DAFTAR TABEL**

Tabel I *Story Board*..... 54

Tabel II Pola Lantai ..... 86





## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Desain Kostum .....	27
Gambar 2 Desain Setting Panggung dan Property .....	29
Gambar 3 Desain Tata Cahaya .....	30
Gambar 4 Seleksi 2 Pose Improvisasi Batas Ruang .....	43
Gambar 5 Seleksi 2 Pose Improvisasi Batas Tubuh .....	43
Gambar 6 Seleksi 2 Penggambaran Saat Mengalami <i>Lucid Dream</i> .....	44
Gambar 7 Proses Pengambilan Video Seleksi 3 .....	46
Gambar 8 Proses Pengambilan Video Seleksi 3 .....	47
Gambar 9 Proses Pengambilan Video Seleksi 3 .....	47
Gambar 10 Proses Pemasangan Lighting .....	49
Gambar 11 Proses Pemasangan Tali .....	50
Gambar 12 Make Up Karya Tari <i>Lucid Dream</i> .....	51
Gambar 13 Kostum Karya Tari <i>Lucid Dream</i> Tampak Depan .....	51
Gambar 14 Proses Pemasangan Lampu Par LED .....	53
Gambar 15 Proses Latihan Pengambilan Video Tugas Akhir .....	60
Gambar 16 Pose Gerakan Pada Bagian Introduksi .....	64
Gambar 17 Pose Gerakan Adegan Satu .....	65
Gambar 18 Pose Gerakan Adegan Dua .....	66
Gambar 19 Pose Gerakan Adegan Tiga .....	67
Gambar 20 Adegan Sebelum Mengalami Fase <i>Lucid Dream</i> .....	68
Gambar 21 Adegan Pada Saat Mengalami <i>Lucid Dream</i> .....	69
Gambar 22 Adegan Penggambaran Kesadaran Atas Batasan .....	70

Gambar 23 Adegan Penggambaran Melepaskan Batasan .....	71
Gambar 24 Proses Pembuatan Musik Menggunakan MIDI <i>Controler</i> .....	98
Gambar 25 Proses Pembuatan Musik Bersama Ahmad Wanda .....	99
Gambar 26 Buku Catatan Harian Koreografer .....	100
Gambar 27 Foto Ruang Pementasan I .....	101
Gambar 28 Foto Ruang Pementasan II .....	102
Gambar 29 Proses Pengaturan Dimer Lighting .....	103
Gambar 30 Proses Make Up Penari .....	104
Gambar 31 Foto Bersama TIM Pendukung Karya <i>Lucid Dream</i> .....	104
Gambar 32 Foto Bersama Tim Saat Pembuatan <i>Mapping</i> .....	105
Gambar 33 Posisi LCD Proyektor .....	106
Gambar 34 Foto Properti Cermin .....	107

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I Sinopsis Tari .....	83
Lampiran II Susunan Panitia .....	84
Lampiran III Proses Pembuatan Musik .....	98
Lampiran IV Catatan Harian Koreografer .....	100
Lampiran V Foto Ruang Pementasan .....	101
Lampiran VI Dokumentasi Karya <i>Lucid Dream</i> .....	103
Lampiran VII Artistik dan Properti <i>Lucid Dream</i> .....	106
Lampiran VIII <i>Lighting Script</i> .....	108
Lampiran IX Kartu Bimbingan .....	119
Lampiran X Anggaran Biaya Produksi .....	120

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Penciptaan

Manusia merupakan makhluk yang eksistensial.<sup>1</sup> Manusia yang secara eksistensial merupakan makhluk problematika atau makhluk penuh persoalan dan masalah.<sup>2</sup> Persoalan dan permasalahan inilah yang menjadikan manusia berfikir dan memiliki hasrat untuk merealisasikan. Dalam merealisasikan keinginannya manusia selalu memiliki keterbatasan, dengan kata lain manusia dalam mewujudkan keinginan-keinginannya pasti harus berkorelasi dengan lingkungan dan juga sesamanya.

Akan tetapi apabila yang diinginkan tidak dapat dicapai atau sulit untuk dicapai manusia seringkali menjadikan keinginannya sebagai sebuah mimpi. keinginan tersebut sangat mendominasi sedangkan keinginan tersebut terhalang oleh keterbatasan yang dimiliki manusia sehingga terkadang keinginan-keinginan tersebut terbawa hingga ke alam bawah sadar. Keadaan seperti ini sangat lumrah dialami oleh setiap manusia.

---

<sup>1</sup> *Eksistensialisme* merupakan gerakan filosofis yang menganut paham bahwa tiap orang harus menciptakan makna di alam semesta yang tak jelas, kacau, dan tampak hampa ini. Eksistensialisme berasal dari kata "eksistensi" dengan akar kata eks "keluar" dan "sistensi" "berdiri", menempatkan (diturunkan dari kata kerja sisto). Oleh karena itu, kata "eksistensial" diartikan: manusia berdiri sebagai diri sendiri dengan keluar dari dirinya. Manusia sadar bahwa dirinya ada. Di kutip dari Snijders, Adelbert. 2004. *Antropologi Filsafat Manusia Paradoks Dan Seruan*. Yogyakarta. Penerbit PT Kanisius. Hal. 5

<sup>2</sup> Snijders, Adelbert. 2004. *Antropologi Filsafat Manusia Paradoks Dan Seruan*. Yogyakarta. Penerbit PT Kanisius. Hal. 16

Mimpi menurut KBBI memiliki makna pengalaman bawah sadar yang melibatkan penglihatan, pendengaran, pikiran, peradaan atau indra lainnya dalam tidur.<sup>3</sup> Mimpi terjadi dengan hadirnya gambaran ide, emosi, dan sensasi-sensasi yang terjadi di luar kendali subjek dalam kondisi tidurnya.<sup>4</sup> Melihat lebih jauh mengenai mimpi, mimpi yang sering dialami oleh manusia memiliki beberapa klasifikasi yaitu : Mimpi sebagai bunga tidur, mimpi sebagai firasat dan juga mimpi sebagai cita-cita atau keinginan. Dari ketiga klasifikasi tersebut yang dijadikan sebagai salah satu pemantik untuk membuat sebuah karya tari.

Berbicara mengenai jenis-jenis mimpi yang kemungkinan terjadi pada manusia salah satu yang menarik adalah mengenai mimpi sadar atau biasa disebut dengan *Lucid Dream*. Ketika mimpi sadar, pemimpi dapat ikut berpartisipasi aktif dalam mengendalikan mimpi dan mengubah pengalaman imajinasi yang ada dalam mimpi.<sup>5</sup> Terdapat penelitian yang telah menunjukkan bahwa *Lucid Dream* disertai dengan peningkatan aktivasi otak, yang biasanya tertekan saat tidur. *Lucid dreaming* terjadi saat tubuh memasuki REM (*Rapid Eye Movement*) dan terjaga. Dalam tahapan tidur REM, pernapasan, detak jantung, dan gerakan bola mata yang tadinya lambat menjadi lebih cepat, namun *lucid dream* hanya bisa terjadi jika seseorang dalam kondisi tidur terlelap. Hal ini menciptakan

---

<sup>3</sup> <https://id.wikipedia.org/wiki/Mimpi>. Diunggah pada tanggal 22 Desember 2020 diakses pada tanggal 24 Februari 2021

<sup>4</sup> *Mimpi sebagai Qualia kesadaran Melalui Interpretasi mimpi Sigmund Freud*. Skripsi.Ui. <https://lib.ui.ac.id> diunggah oleh Ismi Damayanti diakses pada 24 Februari 2021

<sup>5</sup> Wikipedia. *Lucid Dream*, <https://id.wikipedia.org/> diakses pada tanggal 24 Februari 2021

pengalaman baru, yaitu bangun dalam mimpi sendiri. Fenomena ini ditandai dengan kesadaran bahwa seseorang sedang berada dalam mimpinya. Tidak seperti mimpi pada umumnya yang jalan ceritanya belum tentu jelas, *Lucid Dream* membuat seseorang dapat mengendalikan mimpinya sendiri dan mengubah jalan ceritanya. Pengalaman semacam ini juga pernah terjadi secara langsung sebagai sebuah pengalaman empiris yang sangat menakjubkan.

Pada tahun 2018 kejadian *Lucid Dream* dialami secara langsung mimpi sadar atau biasa dikenal dengan *Lucid Dream*, tidak diketahui secara pasti mengapa dapat mengalami kejadian semacam itu. Pada saat itu yang berkuliah di Institut Seni Indonesia Yogyakarta menjalankan aktivitas seperti biasanya, dibeban beberapa hari sebelum mengalami mimpi sadar banyak aktivitas di kampus dan juga membantu proses tugas akhir kakak tingkat, koreografi 3 serta beberapa aktivitas yang berhubungan dengan seni baik seni tari maupun musik baik menjadi penari dan maupun sebagai kru, sehingga membuat setiap hari dilalui dengan beragam aktivitas yang padat. Tepatnya hari Kamis pada saat pulang dari beraktivitas seperti biasanya merasa sangat lelah. Setelah selesai membersihkan diri seperti mencuci muka, mencuci kaki dan berganti pakaian. Tidak lupa juga mendengarkan musik-musik relaksasi untuk merelaksasikan diri, setelah itu langsung bergegas menuju tempat tidur lalu beberapa saat kemudian tertidur dengan pulas.

Masih sangat ingat dengan jelas bahwa saat tertidur, di dalam mimpi seperti melihat diri sendiri yang tertidur di tempat tidur, tidak hanya itu penasaran dengan apa yang terjadi keluar dari kamar tidurnya dan berjalan-jalan, akan tetapi pada saat itu koreografer sadar kalau sedang bermimpi, dikarenakan dapat melakukan hal-hal yang tidak dapat dilakukan saat di alam nyata seperti mencoba untuk melompat sangat jauh, terbang dan menembus dinding dan hal-hal lain yang tidak mungkin dilakukan di dunia nyata.

Keanehan lain yang dirasakan pada saat itu adalah saat melihat teman satu kontrakan yang tertidur pula di kamarnya. Dengan posisi dan terdapat beberapa benda disampingnya. Setelah terbangun dari tidur koreografer terkejut dikarenakan apa yang terlihat di alam mimpi sangat mirip dengan di dunia nyata, seperti posisi tertidur dan posisi teman serta benda benda yang berada di kamar teman satu kontrakan, hanya saja sudah tidak dapat lagi melakukan hal-hal seperti lompat dengan jarak yang jauh, terbang maupun menembus dinding. keejadian tersebut membuat sebuah anggapan bahwa yang terjadi dan dialaminya ini dikarenakan keadaan fisik yang kelelahan dikarenakan aktivitasnya. Atau terstimulus dengan musik-musik relaxasi yang didengarkan sebelum tidur. Pengalaman yang dialami bukanlah sebuah pengalaman-pengalaman magis, hal tersebut dibuktikan oleh ilmu psikologis.<sup>6</sup>

---

<sup>6</sup> <https://www.halodoc.com/artikel/ini-4-tahapan-yang-terjadi-saat-tidur>, diunggah oleh dr. Kevin Adrian pada tanggal 25 November 2020 di akses pada tanggal 26 Februari 2021

Berawal dari pengalaman pribadi dan berkonsultasi dengan Putra Agung seseorang yang mempelajari ilmu psikologi, menurut penjelasan beliau apa yang dialami merupakan mimpi sadar atau biasa disebut dengan *Lucid Dream*. Dikarenakan apa yang dialami kemungkinan ditimbulkan sebagai efek kelelahan yang berlebihan dengan masih ada perasaan tanggung jawab untuk melaksanakan kewajiban sebagai seorang penari, dan juga distimulus dengan musik yang didengarkan sebelum tertidur sehingga berada dititik yang sangat nyaman dan juga relax saat akan memulai tertidur.<sup>7</sup> Selain berkonsultasi dengan putra agung juga bertanya dengan seseorang yang pernah mengalami *Lucid Dream* yaitu Hyde. Hyde mengutarakan bahwa *Lucid Dream* merupakan salah satu tipe mimpi yang bisa dipelajari dimana Hyde mempelajari *Lucid Dream* sendiri dari ia masih duduk dibangku sekolah menengah ke atas. Hyde mengatakan bahwa ia mempelajari *Lucid Dream* dikarenakan ingin menghilangkan rasa traumanya.<sup>8</sup> Hyde mengatakan bahwa ia pernah mengalami *Lucid Dream* beberapa kali, *Lucid Dream* terjadi pada saat kondisi pikiran tenang dan juga focus.

Pengalaman dalam proses berkarya serta menari diawali dari kesukaan dalam mengiringi musik tari. berawal dari ketertarikan pada budaya tradisi Lampung, menjadi pengalaman yang sangat menakjubkan. Berawal dari kelas 3 SMA mulai menggeluti dunia tari dengan belajar di salah satu Sanggar, setelah itu memutuskan untuk melanjutkan kejenjang

---

<sup>7</sup> Hasil Wawancara dengan Putra Agung pada tanggal 12 Januari 2019

<sup>8</sup> Hasil Wawancara dengan Hyde pada tanggal 26 Oktober 2020



perkuliahan sebelum masuk di Intitut Seni Yogyakarta sudah lebih dulu masuk ke Universitas Lampung, dikarenakan rasa keingintahuan dan belajar menari serta berkarya tari sangat tinggi memutuskan untuk pindah di Intitut Seni Indonesia Yogyakarta.

Di Institut Seni Indonesia Yogyakarta inilah membuat rasa keingintahuan serta belajar itu terpenuhi, serta proses ketubuhan yang berangsur-angsur mengalami peningkatan dari proses yang dialami inilah menjadikan salah satu pemantik awal dalam membuat sebuah karya tari yang berlandaskan dari pengaman empiris dengan mengangkat tema besar sebuah mimpi sebagai perwujudan perjuangan dalam menggapai sebuah impian.

Berdasarkan dengan apa yang telah diuraikan di atas serta pengalaman empiris yang dialami, koreografer yang merupakan insan seni yakni dalam bidang tari menjadi tertantang untuk menciptakan sebuah koreografi yang berdasarkan dengan mimpi sadar atau *Lucid Dream*. Koreografer mencoba merealisasikan pengalaman empirisnya melalui sebuah koreografi tunggal. Dalam karya tari ini, memiliki beberapa pertanyaan kreatif sebagai berikut :

1. Bagaimana menciptakan koreografi yang berlandaskan dengan pengalaman penata yang mengalami *Lucid Dream* ?
2. Bagaimana mengeksplorasi ketubuhan penata dalam mengimplementasikan pada saat penata berada di dunia mimpi dan saat berada di dunia nyata dengan bentuk tari video ?

## B. Tujuan dan Manfaat Penciptaan

Berdasarkan rumusan ide penciptaan yang telah diuraikan di atas maka penciptaan karya tari ini memiliki tujuan dan juga manfaat penciptaan sebagai berikut :

1. Menciptakan koreografi yang berlandaskan dengan pengalaman penata yang mengalami *Lucid Dream*
2. Sebagai refleksi diri dalam mengungkapkan perasaan dalam bentuk seni tari video
3. Mengeksplorasi ketubuhan penata dalam mengimplementasikan pada saat penata berada di dunia mimpi dan saat berada di dunia nyata
4. Sebagai suatu wacana bagi seluruh mahasiswa tari yang nantinya bisa digunakan sebagai referensi karya yang akan diciptakan oleh para mahasiswa tari

### C. Tinjauan Sumber Acuan

#### 1. Sumber Tertulis

Alma M. Hawkins. *Moving From Within* terjemahan I Wayan Dibia, *Bergerak Menurut Kata Hati*. Jakarta : Ford Foundation dan MSPI, 2013.

Buku ini memberikan petunjuk secara mendasar terhadap seorang koreografer menyadari penuh bahwa apa yang terjadi di sekitarnya, dan lingkungannya dapat menginspirasi kemudian diolah menjadi sebuah karya tari. Seseorang merasa, menghayati, membayangkan, mengumpulkan ide-ide tersebut dan menyusunnya sebagai karya tari. berdasarkan yang dijelaskan di atas, menyadari bahwa sesuatu yang terjadi atau dirasakan oleh penata secara langsung mampu menciptakan sebuah rangsangan ide dalam menciptakan sebuah karya tari. Pada karya tari ini dilatar belakangi oleh mimpi sadar, kejadian yang secara nyata yang menjadi pengalaman empiris ini merangsang diri untuk menghadirkan sebuah gerak melalui merasakan, menghayati, membayangkan dan mencoba mentransformasikan ide kedalam gerak kemudian disusun menjadi sebuah karya tari.

Alma M Hawkins. *Creating Through Dance* terjemahan Y. Sumandyo Hadi. *Mencipta Lewat Tari*. Yogyakarta. Manthil menjelaskan mengenai metode dalam sebuah penciptaan tari. menjadi sebuah sumber acuan tertulis yang menjadi pedoman dimana dalam buku tersebut menerangkan mengenai tahapan-tahapan dalam menciptakan tari. karya tari ini juga menggunakan metode tersebut sebagai sebuah acuan dalam berkarya,

tahapan yang digunakan berupa Improvisasi, eksplorasi, komposisi dan evaluasi, keempat elemen inilah yang menjadikan karya tari ini menjadi terstruktur dan jelas dalam menentukan daya ungkapannya.

Jacqueline Smith. *Dance Composition A Practical Guide For Teacher*. Terjemahan Ben Suharto, *Komposisi Tari : Sebuah Petunjuk Praktis Bagi Guru*. IKALASTI YOGYAKARTA, 1985. Buku ini banyak mengupas tentang cara-cara dan proses penggerakan tari melalui metode konstruksi I berbagai aspek yang dapat menunjang proses penggarapan tari melalui konsep-konsep awal sampai dengan pembentukan tari. Proses penggarapan tari ini melalui konstruksi I terdapat penjelasan bahwa rangsangan dalam sebuah karya tari diantaranya rangsang auditif, visual, gagasan, rabaan, kinestetik. Pada karya tari *Lucid Dream* ini lebih menitik beratkan kepada rangsang gagasan, hal tersebut dikarenakan gagasan awalnya merupakan implementasi apa yang menjadi kegelisahan dan difikirkan serta dirasakan dalam bentuk sebuah karya tari.

Doris Humphrey. *The Art of Making Dance*, diterjemahkan oleh Sal Murgiyanto. 1983, *Seni Menata Tari*, Jakarta, Dewan Kesenian Jakarta. Buku ini menjelaskan bahwa sebuah gerak tidak mungkin dilakukan tanpa motivasi. Gerak harus ditopang oleh suatu tujuan yang sekalipun itu sangat sederhana. Cara semacam ini akan mencegah pertunjukan *technical* yang dingin dan mekanistik, oleh karena itu perasaan akan hadir dengan sendirinya saat menggerakan anggota tubuh atas dasar motivasi yang digunakan. Dari pernyataan tersebut membuat lebih memahami cara

menciptakan gerak yang tidak hanya sekedar bergerak akan tetapi harus memiliki motivasi tertentu dan merasakan gerak yang akan diciptakan. Karya tari *Lucid Dream* memiliki makna dalam setiap pemilihan adegannya dimana secara jelas menuangkan setiap kejadian dan apa yang dirasakannya secara visual.

Irma Damajanti. *Psikologi Seni*. Yogyakarta : PT Kiblat Buku Utama. 2013. Dalam bukunya memberi sedikit gambaran mengenai psikoanalisis Freud, pendekatan psikoanalisis dalam sejarah seni berkaitan dengan arti ketidak sadaran (*unconsciousness*) dalam karya seni. Meskipun sejarah seni dan psikoanalisis adalah disiplin yang berbeda, keduanya memiliki cukup banyak persamaan. Kedua bidang tersebut memperhatikan kekuatan citraan dan makna simbolisnya, proses dan hasil kreativitas, dan sejarah. Seperti halnya karya seni melibatkan *image-image*, demikian pula halnya mimpi, angan-angan, dan khayalan. Mimpi terjadi di tengah tidur, ketika pikiran sadar melepaskan cengkeramannya dan membuatnya ‘tanpa kekangan’. Freud memandang mimpi sebagai pembuktian dari kerja pikiran tak sadar dan membuktikan keberadaannya. Ia merujuk mimpi sebagai ‘jalan besar’ untuk mengerti lebih dalam mengenai ketidak sadaran. Dari penuturan inilah yang menjadikan penguat bahwa konsep yang akan dituangkan memiliki korelasi dengan pengalaman empiris yang dialami secara empiris, cukup menarik serta dapat dijadikan sebuah karya seni yang dalam hal ini adalah karya tari.

Hendro Martono. *Ruang Pertunjukan dan Berkesenian*. Yogyakarta: Cipta Media. 2015. Dalam buku ruang pertunjukan dan berkesenian pada bab pertama membahas mengenai pengertian ruang dimana dijelaskan bahwa ruang pertunjukan terdapat dua hal pembeda yaitu ruang fisik dan imajiner, tidak hanya itu dalam buku ruang pertunjukan dan berkesenian ini juga membahas mengenai estetika ruang yang dimaksudkan sebagai pertimbangan dalam mengantisipasi ruangan sebagai ruang yang memiliki estetis bernilai filosofis. Karya yang akan diangkat ini terpengaruhi oleh estetika ruang seperti pemilihan arah hadap, focus, volume, level, jarak, dan kepadatan dikarenakan karya yang digarap berbentuk koreografi tunggal dan harus benar-benar memperhatikan ruang agar ekspresi yang ditampilkan tersampaikan kepada penonton.

Hendro Martono. *Koreografi Lingkungan (Revitalisasi Gaya Pemanggungan dan Gaya Penciptaan Seniman Nusantara)*. Yogyakarta: Cipta Media. 2015 dalam buku koreografi lingkungan terdapat sebuah penjelasan mengenai revitalisasi gaya pemanggungan yang mana dalam koreografi lingkungan memiliki ciri utama yaitu menciptakan ruangnya sendiri, dimana saja sesuai dengan tema garapan, dalam hal ini memilih untuk menggunakan gaya pemanggungan berbentuk *black box* (kotak hitam) untuk memperkuat imajinasi penonton dalam memaknai karya tari. Selain itu dalam buku koreografi lingkungan juga membahas pendekatan koreografi lingkungan meliputi pendidikan yaitu, kognitif pengembangan pola pikir, afektif pengembangan sikap moral, dan ranah prokomotorik

pengembangan keterampilan dan keluwesan gerak. Memaknai ketiga ranah pendidikan yang terdapat pada karyanya antara lain dalam kognitif pengembangan pola pikir menggiring opini penonton untuk terus berusaha dan melawan segala keterbatasan yang dimiliki melalui mimpi, pada afektif pengembangan sikap moral memunculkan simbol bahwa terkadang kita sebagai manusia harus mensyukuri apa yang terjadi sekarang, dan tidak berhenti untuk terus mengembangkan dan menggapai mimpi-mimpi, dalam ranah prokomotorik pengembangan keterampilan dan keluwesan gerak mewujudkan dalam bentuk mencoba kemungkinan kemungkinan baru yang dapat dilakukan dalam memperkuat karya tari yang diciptakan.

Himawan Pratista, *Memahami Film*. Sleman Yogyakarta : Montase Press. 2017 dalam salah satu babnya membahas mengenai sinematografi yang menjelaskan bagaimana aspek *mise-en-scene* telah tersedia dan siap diambil gambarnya. Aspek yang ada dalam *mise-en scene* antara lain setting, aktor, bloking, kostum dan lighting, Himawan juga menerangkan mengenai peran sineas atau videografer tidak hanya sebagai pengambil gambar akan tetapi juga mengatur, mengontrol bagaimana adegan tersebut akan diambil. Sejalan dengan proses pengarapan karya tari ini yang berbentuk video tari peran penting dari sineas sangat berpengaruh agar unsur dramatik dan sinematografi yang ingin ditampilkan dapat terlihat.

## 2. Sumber Karya

Dalam memperkuat karya tari yang diciptakan, menggunakan beberapa referensi karya tari yang pada referensi karya tersebut mengambil spirit serta motivasinya yang dikembangkan dalam bentuk lain yang sesuai dengan ketubuhan dan gaya sebagai ciri khas dalam menggarap tari beberapa karya yang memotivasi adalah sebagai berikut :

Pada karya D-Trix Featuring Logistix yang berjudul "*Who You Are*" diunggah pada laman youtube pada tanggal 5 Agustus 2019 dengan chanel *Arena Dance Competition* dengan link : <https://youtu.be/u9oKRfoAQow>, terilhami dengan cara pengemasan karya dan juga kekuatan artistik yang dihadirkan pada karya tersebut, dan mencoba mengolah kembali sehingga masuk kedalam konsep yang ingin sampaikan.

Selain karya D Trix Featuring Logistix juga mengambil spirit pada karya "*Into The Light*" oleh Chris Cross yang diunggah pada laman Youtube TEDxLinz pada tanggal 22 maret 2018 dengan link <https://youtu.be/ixgLqaidFwc>, memunculkan ide kreatif lewat cara Chris Cross mengaplikasikan mapping dan juga berinteraksi dengan *mapping*, yang mana pada karya ini juga menggunakan *mapping* sebagai bahan pengut pada garapan karya tari ini.

Karya lain yang menjadi sumber acuan pada karya tari ini adalah karya *Lucid Dream 1* yang dibawakan pada tahun 2019 dalam tugas Koreografi Tunggal, yang dipentaskan di Panggung Prosenium Institut



Seni Indonesia Yogyakarta, pada karya *Lucid Dream* 1 spirit yang diambil adalah komponen urutan penyajian yang telah dikembangkan sebagai letupan awal karya tugas akhir penciptaan tari.

### 3. Sumber Lisan

Sumber-sumber lain yang menjadi penguat dalam mendalami konsep pada karya tari *Lucid Dream* adalah sumber lisan yang didapat seperti mewawancari Putra Agung, 44 Tahun, seseorang yang mempelajari ilmu psikologi dan pernah mengalami *lucid dream*. Bang Agung mengatakan bahwa pada dasarnya, fase tidur terbagi menjadi 2 tahapan, yaitu tahapan *rapid eye movement* (REM) dan *nonrapid eye movement* (NREM). Ketika tertidur, gelombang otak terkadang masih aktif sehingga anda akan berada di fase tidur REM lebih lama. Gelombang otak yang masih aktif tersebut akan membuat Anda merasa berada di antara fase tertidur dan terjaga. Kondisi inilah yang membuat fenomena mimpi, termasuk *lucid dream*, terjadi. Penjelasan dari abang Putra Agung inilah yang menjadikan ketertarikan bagi dalam membuat sebuah koreografi yang bertemakan mimpi yang lebih khususnya mimpi sadar atau *Lucid Dream*.

Melalui email juga telah dilakukan wawancara dengan narasumber bernama Hyde (27 tahun) pada tahun 2020. Hyde merupakan seseorang yang pernah mengalami *Lucid Dream*. Menurut Hyde, *Lucid Dream* salah satu tipe mimpi yang dapat dipelajari. Hyde mempelajari *Lucid Dream* sendiri dari ia masih duduk di bangku sekolah menengah keatas. Hyde mengatakan bahwa ia mempelajari *Lucid Dream* dikarenakan ingin

menghilangkan rasa traumanya dan ia pernah mengalami *Lucid Dream* beberapa kali, *Lucid Dream* terjadi pada saat kondisi pikiran tenang dan juga fokus.

Sumber lisan lain yang menjadi acuan adalah hasil dari wawancara dengan dr. Iranita Dyantika pada tanggal 3 Maret 2020 pukul 17:36, melalui aplikasi Alo Dokter. dr. Iranita mengatakan yang dialami oleh koreografer adalah mimpi yang dimana di dalam mimpi tersebut anda sadar jika anda sedang mengalami mimpi. Hal tersebut di dalam dunia kedokteran disebut *depersonalization disorder* atau gangguan *depersonalisasi*. Gangguan *depersonalisasi* merupakan suatu keadaan dimana sang penderita memiliki perasaan bahwa hal-hal yang dilihat atau disekitarnya tidak nyata. Atau secara ringkasnya adalah merasa hidup di dalam mimpi atau sadar ketika dia di dalam mimpi. Gangguan *depersonalisasi* termasuk dalam gangguan *disosiatif* yang dimana gangguan disosiatif merupakan gangguan kejiwaan yang menyebabkan penderita memiliki ingatan dan kesadaran yang terpecah. Penjelasan dari dr. Iriana ini disimpulkan bahwa pada saat mengalami mimpi sadar sedang berada dikeadaan yang sangat kelelahan sehingga hal tersebut dapat dialami. Sejalan dengan karya tari ini ingin menuangkan kembali perasaan tersebut sehingga dapat tersampaikan oleh mata penonton.