

Tubuh dalam Karya “Merentang Kinestetika Tubuh”

Hany Sulistia N.

hanybia4@gmail.com

Institut Seni Budaya Indonesia (ISBI) Bandung

F.X. Widaryanto

Institut Seni Budaya Indonesia (ISBI) Bandung

Mohamad Rudiana

Institut Seni Budaya Indonesia (ISBI) Bandung

ABSTRAK: Tulang belakang dalam anatomi manusia, memiliki fungsi penting. Cedera tulang belakang dapat berakibat fatal bagi keseimbangan tubuh, bahkan dapat merusak bagian tubuh lainnya. Tulang belakang dan cedera tulang belakang merupakan cerminan dari kehidupan sosial kita, dimana dalam konteks sosial dapat dianalogikan dengan konsep *body contact*, *mirroring*, dan *following*. Abstraksi ini merepresentasikan tulang belakang sebagai salah satu gerak tubuh yang memiliki fungsi vital dalam kehidupan manusia. Karena perannya yang vital, pesan ini penting untuk disampaikan kepada apresiator sebagai pendidik, sehingga sebuah karya memiliki nilai pedagogis. Melalui metodologi Foucault dan Hawkins, ide karya ini kemudian dikembangkan pada pertunjukan panggung. Seluruh perjalanan karya ini, mulai dari proses kreatif hingga menjadi sebuah karya utuh, dihadirkan sebagai ajang pedagogis dalam membangun kesadaran jasmani, baik bagi seniman di atas panggung maupun bagi apresiator di masyarakat.

Kata kunci: *body contact*; *following*; *mirroring*, pedagogi

ABSTRACT: Spine in human anatomy, has an important function. A spinal injury can cause a fatal effect for body balance, which can further damage other parts of body. A spine and a spinal injury are reflection of our social life, where in social context can be analogized with the concept of *body contact*, *mirroring*, and *following*. Abstraction of this represents a spine as a body movement which has a vital function in human life. Because of its vital role, it is important to convey this message to appreciators on education, so that a work has pedagogical values. Through Foucault to Hawkins' methodology, the idea of this work was then developed on the stage performance. The whole journey of this work, from the creative process, to becoming a complete work, is presented as a pedagogical event in building bodily awareness, both for artists on stage and for appreciators in the community.

Keywords: *body contact*; *following*; *mirroring*, pedagogi

Pendahuluan

Ide garapan bagi seorang koreografer bisa datang dari berbagai dimensi kehidupan yang dialami. Beberapa terinspirasi dari peristiwa besar, tidak sedikit justru dari peristiwa sederhana. Demikian pula karya “Merentang Kinestetika Tubuh”, di mana pengalaman ketubuhan yang berkaitan dengan tulang belakang menjadi pintu masuk penciptaan sebuah karya tari. Sehubungan dengan pengalaman dan proses penciptaan, hal ini sejalan dengan konsep Rhodes (dalam Munandar, 1999: 20) tentang teori 4P (four P's atau empat “P”) di mana setiap proses kreatif tidak bisa dipisahkan dari empat unsur yang secara

resiprokal saling berkaitan satu sama lain. Keempat proses tersebut adalah sisi personal atau person (pribadi atau subjek personal), kemudian process (proses), press (tekanan/dorongan), dan terakhir product (produk atau hasil). Dengan demikian, setiap proses berkarya tidak bisa dipisahkan dengan subjek/personal diri dan pengalamannya, lingkungan, dan proses dari penciptaan itu sendiri, hingga terakhir berbuah menjadi sebuah karya. Demikian pula dengan karya berjudul “Merentang Kinestetika Tubuh”, pengalaman penulis yang memiliki domain dalam dunia tari/koreografi tentu saja menjadi bahan utama sebuah penciptaan, kemudian pengalaman

tentang cedera yang memiliki korelasi langsung dengan tulang belakang menjadi sebuah pangkal penciptaan karya.

Ide tentang tulang belakang, sejalan dengan pandangan Rhodes (dalam Munandar, 1999) merupakan ide yang hidup dari pengalaman empiris penulis, khususnya dengan peristiwa cedera. Dari ide abstrak tentang keadaan tersebut, penulis melihat relasi kuat antara tulang belakang sebagai bagian tubuh yang fundamental, dengan analogi tubuh sebagai representasi koneksi sosial menjadi pintu masuk eksplorasi karya. Dalam konteks ini, jika mengacu pada Hawkin (2003: 36) disebutkan bahwa tulang belakang bukan hanya penyangga tubuh tetapi juga pusat gravitasi dari semua gerak dalam tari, karena itu tulang belakang memiliki peran penting dalam ketubuhan. Karena itu, menghubungkan pengalaman empiris personal dengan dunia koreografi memiliki relevansi yang tinggi.

Berkaitan dengan tulang belakang dan cedera, rupanya dua tema ini memiliki relasi kuat dalam kehidupan sosial, tidak terkecuali dalam dunia panggung pertunjukan, khususnya tari. Mengutip Erry (2016: 79) berdasar pada data yang dikumpulkan oleh Pusat Penelitian Riset dan Pengembangan Ekologi Kesehatan, disebutkan bahwa persoalan tulang belakang merupakan persoalan yang dialami oleh berbagai profesi. Bahkan menurut penelitian Rosdahl & Kowalski (2015: 10), dikatakan bahwa 80% individu di dunia pernah mengalami atau menderita sakit tulang belakang, dan sakit tulang belakang di Indonesia menurut penelitian Sahara & Pristya (2020: 93) merupakan penyakit yang paling banyak diderita, penyakit kedua setelah influenza. Karena itu, penting dalam proses karya ini untuk melakukan pendalaman wacana, dan mencari keterhubungannya dengan aktivitas tari, agar dapat direntangkan, diekspansi sebagai wacana sehingga menjadi persoalan yang penting untuk disadari. Pada titik ini, kesadaran akan tubuh, bagi apresiator penting untuk disampaikan sebagai salah satu pesan dari karya “merentang kinestetika tubuh” ini, karena itu karya ini memiliki dimensi “edukasi”, “pendidikan” bagi masyarakat terkait kesadaran akan ketubuhan.

Dalam diskursus panggung pertunjukan, khususnya dalam dunia tari, relasi tubuh biologis dan tubuh ideologis yang abstrak memiliki keterkaitan kuat, karena itu bicara mengenai tubuh berarti menyoal juga mengenai persoalan dunia. Realitas dunia adalah realitas tubuh, sebuah realitas yang dilakoni tubuh-tubuh manusia. Dunia menjadi ‘dunia tubuh’ dan tubuh menjadi ihwal

kerinduan mendasar manusia yang dikuak dalam pengembaraan hidupnya. Kebermaknaan diri kemudian bergantung pada cara pandang estetika manusia akan dunia ketubuhannya? sendiri” (Gayatri, 2015: 88). Wacana ketubuhan ini telah banyak dibicarakan oleh filsuf-filsuf Barat, salah satu yang memiliki pandangan relevan sehubungan dengan proses ketubuhan dan pendisiplinan adalah Michel Foucault (2016) yang dengan komprehensif memaparkan ide ketubuhan ini. Dalam hubungannya dengan karya, penulis melihat sebagai sesuatu yang penting untuk melakukan pendisiplinan tubuh, khususnya tulang belakang, yang berkaitan dengan kedisiplinan tubuh, sekaligus menjadi ide dan metode dalam mengekspresikan gagasan karya menjadi bentuk komposisi tari.

Menurut Foucault disiplin tubuh ialah suatu usaha dalam menguasai tubuh subjek untuk kemudian didisiplinkan agar menjadi tubuh berdaya, tubuh yang berguna, tubuh yang patuh, menjadi tubuh sesuai dengan yang diinginkan melalui praktik yang tidak disadari oleh individu tersebut. Bagi Foucault, disiplin merupakan mekanisme ‘kontrol’ yang teliti atas tubuh. Melalui disiplin tubuh, ketubuhan dilatih hingga menjadi tubuh yang terampil, kemudian terus menerus diuji dan dikoreksi sehingga keterampilan, kecekatan, dan kesiapsediaan ini akhirnya menjadi mekanisme yang dengan begitu saja bekerja di dalam tubuh itu sendiri (Foucault, 2016: 76). Praktik pendisiplinan tubuh juga ada dalam lingkungan penciptaan Seni Tari. Dalam Dunia Tari diketahui bahwa tubuh manusia merupakan bahan utama untuk menari. Tubuh manusia dibentuk berdasarkan tatanan gerak tertentu, sehingga hasil tatanan gerak dengan segala aspek estetika dan artistiknya disebut tari (Hartati, 2005: 71). Mengacu pada Redana (2016) berkaitan dengan disiplin tubuh, di mana disiplin tubuh membawa gerak badan, olah tubuh, ke dimensi lebih luas, mengolah totalitas lewat laku yang dalam dunia kejawaan disebut “olah kanuragan” [sick], yaitu semacam proses pencarian sesuatu yang ‘di dalam, dari luar, dari tubuh’, dari empirisme tubuh (Redana, 2016: 45). Pada titik ini, hubungan disiplin tubuh, tulang belakang, dan cedera memiliki korelasi yang berpusat pada subjek penari, salah satu media dalam menghubungkan ketiga hal tersebut dalam proses ekspresi menjadi sebuah karya. Penulis menggunakan konsepsi dari gerak Pilates sebagai teknik untuk menjembatani ketiga hal tersebut sehingga abstraksi ide karya bisa dieksplorasi menjadi sebuah karya nyata.

Karya nyata dalam tajuk “merentang kinestetika tubuh” ini bersandar pada konsepsi karya seni kontemporer. Artinya, karya ini meskipun secara teknis menggunakan konsep pilates, tetapi bukan berarti dimaksudkan untuk menghasilkan karya yang mengusung tema, narasi, dan jalan cerita baku sebagai sebuah karya tari dramatik, tetapi justru membuka banyak kemungkinan gerak tubuh yang bersumber dari abstraksi tulang punggung, cedera, disiplin tubuh, hingga analogi tulang punggung dalam konteks kultural. Bagi Supriyanto (2018: 67) seni kontemporer cenderung bertolak pada satu titik kesadaran, di mana seorang seniman melakukan kontempelasi yang hasilnya dituangkan ke dalam ekspresi gerak tubuh dengan distorsi dan rekonstruksi menjadi sebuah bentuk baru. Terkait refleksi atau kontemplasi diri atas pengalaman dan semangat zaman terkait penciptaan seni kontemporer ini, Hawkins menjelaskan beberapa hal. Pertama bahwa sejalan dengan pengertian tari adalah ekspresi manusia yang melalui tubuhnya, ia mengekspresikan ketegangan respons-respons alam sekitar. Kemudian selanjutnya dalam menggunakan tubuh sebagai instrumen untuk berhubungan dengan sesamanya dan dunianya (Hawkins, 2003: 1). Mengacu pada konsepsi Foucault, Hawkins, hingga Rhodes tulisan ini mencoba untuk memaparkan relasi antara proses kreatif (Rhodes), elaborasi tari (Hawkins), dan disiplin tubuh (Foucault) sebagai kesatuan yang tercermin dalam karya tari “merentang kinestetika tubuh” sebagai sebuah peristiwa pedagogi.

Maksud dari peristiwa pedagogi di sini adalah, bahwa proses kreatif dan pertunjukan “merentang kinestetika tubuh” ini, selain sebagai peristiwa kreatif, juga di dalamnya menampilkan sisi pendidikan, khususnya dalam konteks disiplin tubuh sebagaimana disebutkan Foucault, terutama bagi masyarakat yang dalam hal ini apresiator dalam menumbuhkan kesadaran betapa pentingnya peran tulang belakang dalam tubuh secara material, maupun tubuh dalam konteks sosial budaya sebagai simbol keterhubungan.

Menurut Dharma Kesuma (2010) dalam bahasa Inggris: pedagogy (pedagogi) dan pedagogics (pedagogik) dipahami dalam dua hal yang satu peristiwa, fenomena, atau realitas, dan yang satunya adalah studi atau ilmu yang berkaitan dengan pendidikan (Kesuma, 2010). Karena itu, pertunjukan “merentang kinestetika tubuh”, selain dapat dilihat sebagai sebuah seni pertunjukan yang memiliki nilai-nilai estetis, di saat yang bersamaan bisa ditafsirkan sebagai peristiwa edukasi, atau proses pendidikan dalam

upaya menumbuhkan kesadaran ketubuhan. Tulisan ini, menempatkan dimensi pedagogi, proses kreatif, dan ketubuhan tari sebagai fokus pembahasan.

Metodologi

Metodologi dalam tulisan ini menggunakan pendekatan kualitatif, dengan pendekatan deskriptif analitis. Berdasarkan Munazir (2013), pendekatan deskriptif analitis memiliki kecenderungan pada: 1) sumber data langsung dalam situasi yang wajar, 2) bersifat deskriptif, 3) mengutamakan proses daripada produk atau hasil, 4) analisis data secara deskriptif, dan 4) mengutamakan makna. Dalam praktik kajian dalam tulisan ini, penulis menekankan pada pemaknaan karya yang dialami korelatif dengan konsep pedagogi. Sementara itu dalam hal teori-teori pada proses penciptaan, karya ini menggunakan teori disiplin tubuh Michel Foucault yang dapat dipahami sebagai bagian dari proses menumbuhkan kesadaran tentang ketubuhan (pedagogi) dan eksplorasi penciptaan karya tari dari Hawkins.

Foucault

Teori Foucault dalam hal ini mengacu pada konsep *Body Discipline*, berfokus kepada konteks seni melatih tubuh manusia. Dalam disiplin tubuh disebutkan bahwa disiplin adalah sesuatu kehendak yang bukan atas paksaan, melainkan disiplin ini merupakan pelaksanaan kehendak atas diri sendiri karena disiplin bukanlah didasarkan pada penyerahan badan atau seperti seorang budak. Disiplin juga harus dibedakan dari disiplin monastik yang dibuat demi fungsi penyelamatan dan keselarasan dari pada relasi kegunaan. Seni dalam pemikiran Foucault tidak hanya menyatakan arti sebagai keterampilan-keterampilan tubuh saja, melainkan telah mengalami juga perluasan dari sebuah mekanisme yang membuat tubuh disiplin, bukan atas kuasa dominasi kekuasaan. Perlu dicatat dalam hal ini bahwa disiplin berbeda dari semua hal tersebut, karena disiplin lebih ditunjukkan sebagai pengembangan penguasaan individu terhadap “tubuhnya sendiri”. Momentum historis dari lahirnya disiplin merupakan momentum kelahiran “seni” melatih tubuh manusia. Seni di sini terjemahan dari kata *l'art* dalam (*les art militaires*) yang artinya cara melatih, memperkembangkan dan membuat terampil (Foucault, 2016: 77). Praktik pendisiplinan tubuh tidak hanya berjalan dalam ranah kekuasaan pemerintah maupun institusi seperti rumah sakit, penjara, sekolah.

Praktik pendisiplinan tubuh juga ada dalam lingkungan penciptaan seni tari. Karena itu, seni pertunjukan secara bersamaan bisa menjadi peristiwa pedagogi bagi setiap kreator dalam menyampaikan pesan edukasi bagi masyarakat atau apresiatornya.

Kaitan teori disiplin tubuh Michel Foucault dengan karya yang dibuat adalah untuk menciptakan karya melalui yang dijelaskan, yaitu strategi penambahan waktu, konsep ruang dan kontrol aktivitas, dan terakhir menguji terus-menerus 'examination'. Ketiga strategi tersebut pada dasarnya dapat menjadi abstraksi bagaimana membangun kesadaran tubuh dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari.

Strategi Penambahan Waktu

Disiplin dengan strategi penambahan waktu bagi Foucault sebagai sesuatu yang berorientasi pada kontrol genetik. Kontrol genetik mengamati garis keterampilan tubuh individu (Suyono, 2002: 410). Berjalan dengan cara pelipatgandaan waktu dan kemampuan melalui kontrol, serta mengatur penggunaan waktu secara lebih menguntungkan (Hardiansyah A, 2012: 70).

Disiplin lewat penambahan waktu ini berangkat dari kesadaran bahwa tubuh merupakan medium utama tari yang senantiasa dituntut untuk siap menari. Untuk menjadikan tubuh yang siap menari, maka latihan berkala dan terjadwal menjadi sebuah keharusan. Menurut Foucault (2016: 87) latihan merupakan teknik untuk memasukkan tugas-tugas ke dalam tubuh, yang terus-menerus diulang dan berbeda tetapi selalu mengandung kemajuan. Latihan merupakan elemen teknologi politis menuju suatu penaklukan yang terus maju tanpa pernah mencapai batasnya.

Strategi penambahan waktu ini digunakan untuk efektivitas dan optimalisasi waktu berdasarkan kebutuhan koreografi. Ada pun aplikasinya yaitu setiap pagi selama satu jam, masing-masing penari mengolah tulang belakang berdasarkan petunjuk gerak dari koreografer. Dalam lima kali seminggu, waktu latihan eksplorasi bersama mengolah kemungkinan-kemungkinan gerak tulang belakang serta perluasan jangkauan tubuh hingga komposisi. Menambahkan waktu latihan untuk olah tubuh, pemanasan, dan pendinginan. Setiap dua kali seminggu, setiap penari melakukan presentasi hasil latihan yang dilakukan untuk melihat sejauh mana penguasaan gerak koreografi masing-masing penari.

Konsep Ruang dan Kontrol Aktivitas

Konsep ruang mendukung dalam membangun sistem dan aturan-aturan yang ketat dalam setiap terjadinya praktik kuasa tubuh yang membentuk individu-individu yang patuh. Konsep ruang ini terinspirasi dari model bangunan arsitektur dengan konsep panoptikon, yaitu suatu model penerapan disiplin yang keras dan ketat menurut model arsitektural yang dirancang oleh seorang filsuf dari Inggris pada abad ke-17 yang bernama Jeremy Bentham. Panoptikon yang diperkenalkan Jeremy Bentham merupakan sebuah konsep ruang penjara yang berbentuk melingkar dan terdapat sebuah menara tinggi di tengahnya yang berfungsi sebagai pemantau aktivitas setiap saat. Melalui mekanisme ini pengawas dapat terus-menerus mengawasi tanpa diketahui oleh narapidana tersebut.

Dalam penciptaan tari, konsep ruang diciptakan dengan membuat ruang inkubasi berdasarkan waktu yang dibutuhkan dalam penerapan model koreografi. Di ruang inkubasi tersebut, koreografer dan penari tinggal di ruang yang sama selama penerapan model koreografi. Meski koreografer mengawasi dan menelisik ulang setiap gerak yang dilakukan oleh penari, tapi ia tidak lah terlihat sedang mengawasi karena koreografer dan penari melakukan aktivitas bersama, sama-sama mengalami proses penciptaan tari. Begitu juga dengan penari, ia tidak merasa diawasi oleh koreografer karena masing-masing penari dibebaskan untuk mengolah gerak koreografi yang telah ditetapkan oleh koreografer secara mandiri hingga menemukan ketepatan gerak.

Disiplin yang terdapat dalam ruang inkubasi penciptaan tari bukan hanya meminimalisir kemalasan, ketidakjelasan sebuah gerakan, cedera, dan kesalahan teknik, tetapi juga membuat penari lebih terampil dalam mematangkan teknik-teknik ketubuhan dan optimalisasi daya dan ketepatan gerak sesuai koreografi.

Selain penerapan konsep ruang dengan dibuatnya ruang inkubasi, disiplin tubuh '*disciplinary power*' dalam penciptaan karya ini diperketat dengan adanya kontrol aktivitas terkait perkembangan penguasaan gerak tubuh setiap penari. Disiplin dapat menyentuh tubuh dari berbagai kontrol aktivitas yang dicapai dengan cara pengaturan waktu, pembentukan ketepatan waktu dengan tindakan, penciptaan sikap tubuh yang efisien, penciptaan relasi yang efisien antara tubuh dan alat-alat, dan pengefektifan waktu yang terus menerus (Martono, 2014: 83)

Kontrol aktivitas bukan hanya saat berada di ruang inkubasi semata, tetapi juga telah dimulai sejak kali pertama proses penciptaan hingga pentas selain olah tubuh rutin secara mandiri oleh masing-masing penari di rumahnya berdasarkan petunjuk koreografer. Aktivitas pembentukan tubuh, eksplorasi, pengolahan gerak hingga ke komposisi dilakukan bersama secara rutin pula dalam satu ruang. Inilah yang kemudian menjadikan tubuh patuh sesuai dengan gagasan koreografi.

Lewat kontrol aktivitas inilah, disiplin menawarkan penggunaan waktu yang efektif pada titik maksimum dengan ketepatan yang teratur. Tubuh penari ditaklukkan dengan waktu dan keteraturan latihan menjadi tubuh yang terlatih dan siap di atas panggung.

Examination

Hal yang paling jelas dari penerapan examination adalah adanya presentasi proses ‘open lab’ atau “ujian” untuk menilik koreografi yang telah diolah dan dilatih. Presentasi tersebut dilakukan dengan mengundang penonton secara terbatas untuk menilai, mengkritisi, dan menanggapi koreografi (bentuk, teknik, dan isi) yang telah dilatihkan pada tubuh. “Ujian” ini dapat memungkinkan melihat segala yang luput, hal-hal yang kecil yang terlewat sebelumnya dari proses latihan yang sudah dijalani. Pada titik ini disiplin sejalan dengan ungkapan Foucault sebagai seni yang melihat hal-hal yang kecil yang menyangkut hal-hal yang detail (Foucault, 2016: 8). Proses eksplorasi tubuh dalam pendisiplinan secara khusus mengelola praktik ketubuhan secara radikal, teratur, konsistensi, dan intens. Latihan dengan model seperti ini memang keras dan monoton, tetapi di sini terdapat capaian yang mendasarkan tubuh sebagai tubuh performance (Saputra & Murtana, 2019: 107).

Hawkins

Adanya presentasi proses ‘open lab’ pada penonton secara berkala, dengan tegas memperlihatkan penaklukan pada tubuh. Tubuh yang berguna bagi penari sebagai medium sekaligus sebagai gagasan tari.

Sementara itu berkaitan dengan proses eksplorasi, improvisasi, dan pembentukan metode yang digunakan mengacu pada Hawkins. Terkait prinsip dasar koreografi yang berpangkal dari rangsang gerak tulang belakang, Hawkins berpandangan bahwa pengorganisasian gerak harus menjadi sebab dorongan dari si pencipta

(Hawkins, 2003: 124). Dorongan koreografi tersebut tentunya didapatkan dari kedekatan terhadap tubuh dan dari tubuh yang menyadari seluruh pengalaman gerak, yang didapat dari gerak tubuh yang dilaluinya sehari-hari. Di mana seorang seniman menciptakan seninya karena ia menghayati kebenaran-kebenaran yang tidak diwujudkannya dalam pengalaman keseharian, tetapi hanya diwujudkannya dan disampaikannya dalam dunia kesenian yang tidak untuk dirinya sendiri, tetapi untuk dihayati pula oleh orang lain (Murgiyanto, 1983: 21).

Eksplorasi

Istilah eksplorasi secara harfiah berarti penjelajahan lapangan dengan tujuan memperoleh pengetahuan lebih banyak; kegiatan untuk memperoleh pengalaman baru dari situasi yang baru. Ini adalah tahap awal proses koreografi, yaitu suatu penjajakan terhadap objek atau fenomena dari luar dirinya; suatu pengalaman untuk mendapatkan rangsangan sehingga dapat memperkuat daya kreativitas (Hadi, 2012: 70). Eksplorasi termasuk memikirkan, mengimajinasikan, merenungkan, merasakan, dan juga merespons objek-objek atau fenomena yang ada (Hawkins, 2003: 24).

Eksplorasi dalam penciptaan karya ini merupakan pencarian gerak tulang belakang maupun gerak tubuh lain yang terhubung dengan tulang belakang. Pencarian gerak tersebut merupakan perwujudan dari image yang bersumber dari temuan data-data seperti wawancara, foto, video, dan dokumen lainnya dari temuan di lapangan atau observasi.

Improvisasi

Kreativitas melalui improvisasi kadang-kadang diartikan sebagai “terbang yang tak diketahui”. Itulah saatnya seorang pencipta menggunakan simpanan imaji-imaji dan melahirkannya dalam bentuk baru (Hawkins, 2003: 29). Dengan cara sebebaskan ini, mendekati suatu spektrum yang luas tentang subjek yang tanpa batas, memberi kebebasan untuk menjangkau gerak yang tidak terbatas (Hadi, 2012: 77). Secara teknis, improvisasi dapat pula terdiri dari: 1) percobaan-percobaan memilih, membedakan, mempertimbangkan, membuat harmonisasi, dan kontras-kontras tertentu; 2) menentukan integrasi kesatuan terhadap berbagai percobaan yang dilakukan (Susanti, 2015: 52).

Sebelum melakukan tahap improvisasi, perlu dilakukan eksperimentasi/uji coba terhadap gerak yang sesuai dengan penari. Kemudian tahap improvisasi dalam penciptaan karya ini, yaitu tahap pengembangan gerak dari gerak dasar yang ditemukan dan diolah sebelumnya dalam eksplorasi. Dalam pengembangan gerak ini, gerak-gerak yang telah ditemukan sebelumnya mengalami perluasan kembali seperti pengembangan bentuk-bentuk gerak, pengembangan motif-motif gerak, serta keterhubungan gerak dengan ruang dan waktu. Pada tahap improvisasi ini pula seluruh isu yang terhubung dengan gerak seperti senam Pilates, pendisiplinan, dan tubuh sosial ditelisik dan ditimbang kembali hingga menemukan bentuk gerak tubuh yang paling tepat menggambarkan hal tersebut.

Pembentukan

Pembentukan yang dalam bahasa Inggris disebut *composition* yang berasal dari kata *to compose* yang artinya mengatur, menata bagian-bagian sedemikian rupa sehingga satu sama lain saling berhubungan dan secara bersama membentuk satu kesatuan yang utuh. Pemahaman pembentukan atau komposisi mempunyai fungsi ganda: pertama merupakan proses mengembangkan materi tari 'gerak' sebagai kategori peralatan atau materi koreografi; kedua, yaitu proses mewujudkan satu struktur atau prinsip-prinsip bentuk koreografi (Hadi, 2012: 79). Pembentukan dapat pula meliputi: 1) menentukan bentuk ciptaan dengan menggabungkan simbol-simbol dari berbagai percobaan yang telah dilakukan; 2) menentukan kesatuan dengan parameter yang lain seperti gerak dengan iringan, busana dengan warna dan lain-lain; 3) pemberian bobot seni (kerumitan, kesederhanaan, intensitas), dan bobot keagamaan (Susanti, 2005:52).

Pembentukan dalam karya ini dimulai dari mengelompokkan ragam gerak yang ditemukan dari pengolah improvisasi. Setelah gerak-gerak dikelompokkan dan dikategorisasi berdasarkan isu, kemudian potongan-potongan gerak yang telah dikelompokkan tersebut kemudian disusun menjadi satu komposisi tari utuh. Dalam pembentukan karya 'Merentang Kinestetika Tubuh', tidak hanya melibatkan penari saja, namun juga melibatkan tim lain, seperti komposer untuk menata musik tari dan tim artistik untuk penataan panggung seperti *lighting* berupa Fresnel, Parled, *follow spot*, dan lainnya.



Gambar 1.
Ekspose tulang belakang

Sumber:
Dokumentasi pribadi

Pembahasan

Karya tari "Merentang Kinestetika Tubuh" ini merupakan salah satu jenis tari murni, yaitu tari yang berangkat dari satu gerak rangsang salah satu bagian tubuh, semisal tulang belakang. Bagi Jacqueline Smith tari bentuk ini merupakan salah satu ciri dari tari murni yang lahir dari satu gerak dan sering berkembang lebih kompleks cenderung memperlihatkan virtuositas (Smith, 1985: 25). Tulang belakang dan tubuh dalam karya tari ini tidak diposisikan seperti medium gerak tari semata, tapi merupakan gagasan dan isi yang menjadi kerangka penciptaan tari ini terutama gerak kinestetik tulang belakang dan jejaring institusi yang terkait dengan tulang belakang.

Pengembangan gerak kinestetik memerlukan adanya rangsang kinestetik pula sebagai motivasi penciptaan karya. Smith (1985: 22) menuturkan jika rangsangan kinestetik menghasilkan dinamika tertentu sehingga hasilnya ditata dan menghasilkan gerak. Sebagaimana ia sampaikan sebagai berikut:

"Bukan tidak mungkin bahwa tari disusun berdasarkan gerak itu sendiri. Gerak atau frase gerak tertentu berfungsi sebagai rangsang kinestetis, sehingga tari tercipta menggunakan cara ini. Di dalam hal ini gerak tidak dimaksudkan dalam fungsi komunikatif kecuali sifat alami yang terdapat pada gerak itu sendiri. Meskipun tidak berkecenderungan



Gambar 2.
Keterhubungan tubuh

Sumber:
Dokumentasi pribadi

untuk mengalihkan gagasan apa pun, tetapi itu memiliki gaya, suasana, teba dinamis, pola atau bentuk dan aspek-aspek atau frase gerak dapat digunakan dan dikembangkan untuk membentuk tari yang merupakan pameran itu sendiri.”

Gerak kinestetik tulang belakang yang dikembangkan dalam karya ini bertolak dari gerakan senam Pilates. Sumber gerak Pilates dan olah gerak kinestetik tulang belakang yang menjadi materi awal, diolah lebih lanjut dalam ruang dan waktu latihan melalui pendekatan (koreografi) Alma Hawkins melalui tiga tahapan yaitu eksplorasi, improvisasi dan pembentukan.

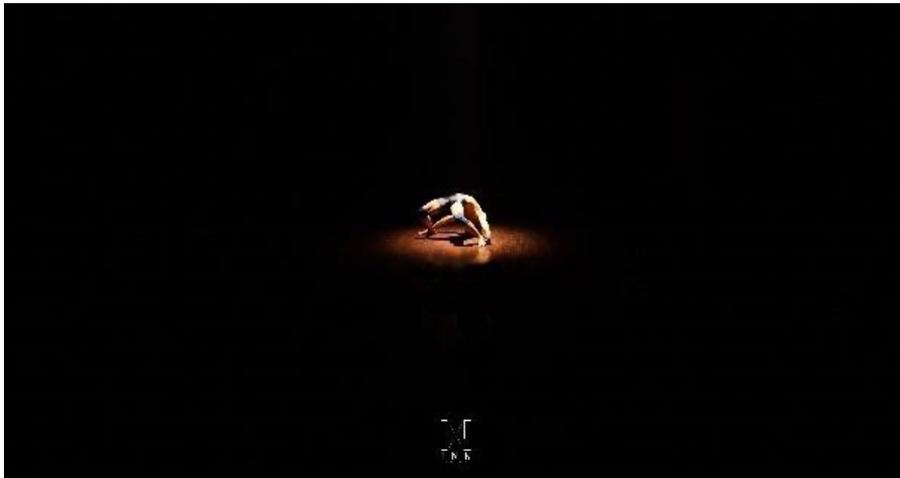
Koreografi dalam karya ini mengolah gerak yang bersumber dari: 1) gerak-gerak tubuh tulang belakang secara empiris tentang kerentanan sebagai penari; 2) gerak-gerak tubuh yang bersumber dari potongan ingatan atas pengalaman menjalani pendisiplinan tubuh; 3) gerak-gerak dari arsip foto/video pendisiplinan tubuh lewat senam Pilates yang kemudian di distilasi seperti gerak *twice*, *bridging*, *cobra*, *child's pose*, dan *extended triangle*; 4) gerak-gerak yang bersumber dari memori tubuh atas berbagai pengalaman pertemuan dalam ruang-ruang sosial. Tarian ini disajikan oleh 5 orang penari laki-laki yang dapat mendukung bentuk-bentuk gerak yang diharapkan.

Logika hubungan sosial yang berlangsung dalam kehidupan sehari-hari kemudian dijadikan teknik menyusun komposisi seperti jembatan dan penghubung antar tubuh, yaitu saling bercermin '*mirroring*', mengikuti '*following*', dan keterhubungan '*bodycontact*'.

Alegori Tulang Belakang: Tubuh Biologis dan Tubuh Kultural Penari

Abstraksi dari tulang belakang dalam karya ini diterjemahkan sebagai konstalasi ketubuhan yang terkoneksi secara korelatif (salih terhubung satu sama lain). Abstraksi tersebut direpresentasikan dengan gerak ketubuhan personal setiap penari dan komunal dalam aksi reaksi antar penari. Secara alegoris, tulang belakang adalah pusat, dalam konteks kekaryaan menjadi pusat gerak ketubuhan personal, sekaligus menjadi pusat eksplorasi gerak komunal.

Pada praktiknya, karya tari ini mengeksplorasi gerak tubuh melalui elaborasi dari abstraksi tulang belakang dalam tubuh, baik biologis maupun kultural/*social*, dengan konsep-konsep seperti *mirroring*, *following*, dan *body contact*. *Mirroring* adalah bagian dalam struktur pertunjukan yang menampilkan pola gerak alegoris-analogis dari sebuah refleksi atau pantulan cermin, sementara *following* adalah implikasi dari tulang belakang dalam arti tubuh biologis yang memiliki peran sentral dalam anatomi tubuh manusia. Jika *mirroring* mengacu pada refleksi tubuh simetris, *following* mengacu pada tulang belakang sebagai *trigger* atau pemicu reaksi ketubuhan lain dalam anatomi manusia. Perbedaannya terletak pada unsur yang bereaksi. Jika *mirroring* bersifat biner dan relatif direspons dengan reaksi cepat, *following* lebih menonjolkan reaksi yang bersifat domino, yang berarti satu pemicu beraksi menimbulkan reaksi yang dilakukan oleh unsur lain yang lebih kompleks atau banyak. Terakhir, konsep *body contact* merupakan bagian yang mengekspresikan konsep keterhubungan di mana



Gambar 3.
Daya lenting tubuh

Sumber:
Dokumentasi pribadi

tulang belakang menjadi pusat. Pada proses penciptaan yang melatarbelakangi munculnya konsep *body contact*, relasi tubuh biologis dengan tubuh sosial mempengaruhi lahirnya konsep ini.

Menarik Tubuh Kultural/Sosial ke atas Panggung Pertunjukan

Abstraksi dari tubuh kultural/sosial kemudian ditarik ke atas dimensi panggung yang sarat akan nilai-nilai estetika ketubuhan penari. Fragmen *mirroring* diambil dari dasar bahwa tubuh biologis manusia memiliki bentuk simetris, tepatnya simetris reflektif yang berarti ketika tubuh manusia dibagi menjadi dua bagian kiri dan kanan, ia akan menunjukkan bentuk yang sama tetapi berupa cermin. Dalam praktik *mirroring*, logika ini menampilkan tubuh sebelah kanan yang direfleksikan menjadi tubuh sebelah kiri. Sebagai contoh, ketika seseorang mengangkat tangan kanan di depan cermin, maka refleksi yang mengikuti adalah tangan sebelah kiri dalam cermin. Dari logika tersebut, dalam karya tari ini *mirroring* ditampilkan menjadi sebuah teknik gerak tubuh saling bercermin antara penari atau *performer* bergerak dalam ruang dan waktu yang sama. Bagian *mirroring* menampilkan gerak-gerak bercermin diri, gerak berupa pengolahan nafas, gerak wajah, tangan, dan langkah kaki maju atau mundur. Substansi dari bagian *mirroring* terletak bukan pada ketepatan, kecepatan, dan sinkronitas teknis gerak refleksi, tetapi lebih pada penerapan konsep simetris reflektif dalam arti setiap

penari harus mampu menunjukkan gerak versus, dalam arti biner, di mana ketika dua orang penari berhadapan dan memainkan sebuah gerak, masing-masing harus mampu saling berlawanan dalam menggerakkan bagian tubuh, kaki kiri direfleksikan dengan kaki kanan, tangan kiri direfleksikan dengan tangan kanan.

Pada bagian *following* gerakan tubuh dalam struktur ini menampilkan gerakan-gerakan yang meniru atau mengikuti gerakan salah satu penari yang diikuti oleh penari yang lain secara serempak. Dengan kata lain, pada bagian *following*, muncul sosok yang mengambil peran sebagai *trigger* atau pemimpin dalam arti *leading*.

Sementara itu fragmen konsep *body contact* mengekspresikan gerak tubuh secara teknis untuk menjalin hubungan fisik antar-penari yang satu dengan penari yang lain dalam satu gerak yang berlangsung di ruang dan waktu yang sama secara intim dan dekat. Bagian *body contact* juga menjadi bagian akhir dalam karya ini, bagian ini ditutup dengan *pose* para penari.

Pedagogi Kesadaran Tubuh melalui Panggung Pertunjukan

Sebagaimana disampaikan Kesuma (2010), di mana konsepsi pedagogi yang merujuk pada bahasa Inggris "pedagogy" dan "pedagogics" memiliki makna sebagai peristiwa, fenomena, atau realitas, sementara itu pedagogik sebagai studi atau ilmu yang identik dengan dunia pendidikan. Hal ini sebagaimana diterangkan lebih lanjut, oleh Kesuma bahwa dalam beberapa kamus dan



Gambar 4.
Fragmen akhir *following*,
mirroring, dan *body contact*

Sumber:
Dokumentasi pribadi

ensiklopedi pedagogi merujuk pada dimensi pendidikan atau hak ihwal yang berkaitan dengan dunia sekolah. Dalam definisi pedagogi, karya “merentang kinestetika tubuh”, memiliki dimensi peristiwa pertunjukan seni yang mempresentasikan sekurang-kurangnya dua realitas: realitas pertama adalah pedagogi dalam proses penciptaan seni, sebagaimana Rhodes tentang daya kreatif seseorang yang tidak bisa dipisahkan dengan personal, termasuk pengalaman diri, hingga lingkungan, dan Hawkins tentang elaborasi ide ketubuhan hingga membentuk sebuah karya seni utuh. Bagi apresiator, pertunjukan “merentang kinestetika tubuh” menunjukkan nilai-nilai kreatif dapat diabstraksikan dari ide yang sangat sederhana, dalam hal ini ide tulang belakang dan cedera yang dapat dikolaborasikan melalui metodologi Hawkins.

Dimensi kedua adalah pedagogi melalui ide dari peran sentral tulang belakang dalam arti material, dan tulang belakang sebagai analogi kehidupan sosial budaya yang memiliki peran sentral. Sebagai material, ide tulang belakang dalam karya ini diangkat sebagai tema utama agar dapat disadari oleh apresiator, khususnya berkaitan dengan relasi tulang belakang dan cedera, yang memiliki potensi tinggi apabila tidak memiliki kedisiplinan tubuh. Kedisiplinan dalam hal ini mengacu pada kesadaran diri akan ketubuhan setiap individu.

Kemudian dalam selanjutnya tulang belakang sebagai analogi dalam kehidupan sosial, fragmen karya yang meliputi: *mirroring*, *following*, hingga *body contact* merupakan ide utama yang sekaligus menjadi pesan besar pertunjukan bagi apresiator, dimana tulang belakang

dalam tubuh, memiliki relevansi secara alegoris dengan pentingnya menjaga keterhubungan dalam dunia nyata, atau dalam hal ini dimensi sosial budaya.

Simpulan

Secara tekstual penciptaan karya, tubuh dengan keseluruhan gerak dan pendukungnya, termasuk musik dan artistik dapat terus saling mempengaruhi. Artinya, tubuh sebagai manifestasi ide memiliki daya lenting, rentang yang dinamis dalam mengekspresikan konsep, dan ide karya. Karena itu, munculnya gerak *mirroring*, *following*, hingga *body contact* tidak bisa dipisahkan dari keberadaan unsur lain, keadaan gerak sebagai hasil dapat berupa konstelasi, sekaligus koneksi. Apa yang dipresentasikan dari setiap gerak tubuh dalam karya “*Merentang Kinestetika Tubuh*” merupakan hasil dari interaksi resiprokal (saling berbalasan) dari setiap unsur, karena itu penulis sebagai penggagas karya tidak berdiri sendiri, sebab eksistensi penulis semakin gamblang ketika dihadapkan dengan eksistensi lain di luar diri penulis. Kemudian secara kontekstual, apa yang dipresentasikan di atas panggung merupakan refleksi dari kehidupan nyata yang melibatkan interaksi sosial. Karya “*Merentang Kinestetika Tubuh*” yang mempresentasikan ide gerak tentang *mirroring*, *following*, hingga *body contact* seyogyanya merupakan abstraksi dari kehidupan nyata, di mana kesalingterhubungan atau interkoneksi dalam kehidupan nyata dapat direpresentasikan oleh tulang belakang. Secara keseluruhan, karya “*Merentang Kinestetika Tubuh*” ini menunjukkan relasi penting antara tubuh secara sosial, dan relasi tubuh mikro

secara biologis yang menunjukkan betapa pentingnya keterhubungan, di mana dalam hal ini tulang belakang, memiliki peran sentral. Pada akhirnya, karya “Merentang Kinestetika Tubuh” sebagai peristiwa juga memiliki nilai-nilai pedagogi, baik sebagaimana poin dimensi tekstual pertunjukan, maupun dalam konteks konsep interkoneksi di tengah masyarakat.

Daftar Referensi

- Foucault, Michel. (2016). *Disiplin Tubuh: Bengkel Individu Modern*. Saduran : Petrus Sunu Hardiyanto. Yogyakarta: LkiS.
- Hadi, Y. Sumandiyo. (2012). *Koreografi: Bentuk - Teknik - Isi*. Yogyakarta: Cipta Media.
- Hawkins, Alma M (2003) *Mencipta Lewat Tari*. Terjemahan Y. Sumandiyo Hadi. Yogyakarta: Manthili.
- Martono, Nanang. (2014). *Sosiologi Pendidikan Michel Foucault*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Munandar, Utami (1999). *Kreativitas dan Keberbakatan: Strategi mewujudkan Potensi kreatif dan bakat*, Jakarta;gramedia pustaka utama.
- (2009). *Pengembangan Kreativitas anak berbakat*, Jakarta; Rineka Cipta.
- Murgiyanto M.A, Sal (1983). *Koreografi: Pengetahuan Dasar Komposisi Tari*. Indonesia: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Puspita, Dyah Gayatri. (2015) *Lakon Tubuh: Kaosmosis Perjalanan Jiwa Setiawan Sabana dalam Katalog Tubuh Chaosmos Perjalanan Jiwa: Pemeran Tunggal Setiawan Sabana*. Hal 88-91.
- Redana,Bree (2016) *Memo Tentang Politik Tubuh: Guru Besar Persatuan Gerak Badan Bangau Putih Gunawan Rahardja*. Jakarta: Kompas.
- Rosdahl, C, B., & Kowalski, M, I. (2015). *Textbook of basic nursing*. Philadelphia: Wolters Kluwer.
- Smith, Jacqueline. (1985) *Komposisi Tari: Sebuah Petunjuk Praktis Bagi Guru*. Terjemahan Ben Suharto. S.ST. Yogyakarta: IKALASTI.
- Supriyanto, Eko (2018) *Ikut Kait Impulsif Sarira: Gagasan yang Mewujud 1990-2010*. Yogyakarta: Garudhawacana.
- Suyono, Seno Joko. (2002). *Tubuh yang Rasis: Analisis Kritis Michel Foucault Atas Dasar Pembentukan Diri Kelas Menengah Eropa*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Jurnal:**
- Erry, Succi Nur Adha (2016) *Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah (Low Back Pain) pada Pekerja di Stasiun Pengisian dan Pengangkutan Bulk Elpiji (SPPBE) Bogor Tahun 2016* dalam *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), Januari. Hal 79 – 85.
- Hardiansyah A (2012) *Seni Disiplin Tubuh Dalam Perspektif Michel Foucault* dalam *Jurnal Subtansia* Vol 14 No 1 hal 63–72.
- Hartati. (2005). *Keniscayaan Olah Tubuh Secara Anatomis untuk Menari* dalam *Garak Jo Garik: Jurnal Pengkajian dan Penciptaan Seni* hal 67–81.
- Sahara, Ricca & Y.R. Pristya, Terry. (2020) *Faktor Resiko yang Berhubungan dengan Kejadian Low Back Pain (LBP) pada Pekerja: Literature Review* dalam *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. Vol 19 No 3 hal 91 - 99.
- Saputra, Andi Taslim. Mutana, I Nyoman (2019) *Peristiwa Teater Tu(m)bu sebagai Konstruksi Politik Tubuh*. dalam *Jurnal Panggung* Vol 29 No 2, Juni. Hal 102-114.
- Susanti, Dewi (2015) *Penerapan Metode Penciptaan Alma Hawkins dalam Karya Tari Gundah Kancas* dalam *Jurnal Ekspresi Seni*, Vol 17 No 1, Juni. Hal 41-56.
- Internet:**
- Kesuma, Dharma. 2010. “Pedagogi-Pedagogi”. Dikutip dari: <https://adoc.pub/queue/pedagogi-pedagogik-penulis-dharma-kesuma-kelompok-diskusi-ta.html> (11/4/2022)
- Biografi Penulis**
- Hany Sulistia Ningrum atau dikenal dengan nama panggungnya Hany Bia Mexas lahir di kota Bandung pada tanggal 19 Mei 1990. Hany yang memiliki darah Jawa dan Sunda lahir di keluarga seniman Jawa yang hidup di tanah Sunda yang akhirnya menyelesaikan pendidikan seninya di Institut Seni Budaya Indonesia Bandung tahun 2022, sekarang sedang melanjutkan pendidikan non formal di Inspyro Moves. Selain sebagai koreografer kontemporer dan pengajar Hany juga mengelola Yayasan Hapsari Citra Indonesia yang dipimpin oleh Prof. Endang Caturwati.