

Self-Acceptance Beauty Bullying sebagai Media Refleksi dalam Proses Cinta terhadap Diri

Ariesta Putri Rubyatomo

Program Studi Magister Penciptaan dan Pengkajian Seni
Pascasarjana Institut Seni Indonesia Yogyakarta
Suryodiningratan No.8, Suryodiningratan, Kec. Mantrijeron, Kota Yogyakarta, DI.Yogyakarta 55143
Tlp. 082326209610, *E-mail*: ariestata19@gmail.com

RINGKASAN

Self-Acceptance merupakan karya tari yang berangkat dari pengalaman empiris serta refleksi diri terhadap peristiwa yang dialami di masa lalu hingga kini. *Self-Acceptance* adalah suatu kondisi dan sikap positif individu dalam bentuk penghargaan terhadap diri, menerima segala kelebihan dan kekurangan, mengetahui kemampuan dan kelemahan, tidak menyalahkan diri sendiri maupun orang lain dan berusaha sebaik mungkin agar dapat berubah menjadi lebih baik dari sebelumnya. *Self-Acceptance* menginterpretasikan bagaimana penata menyikapi *beauty bullying* yang terjadi dan dampaknya, yang kemudian berproses pada penerimaan serta cinta terhadap diri. Kecantikan seharusnya tentang bagaimana persepsi diri terhadap diri sendiri serta penerimaan dan cinta terhadap diri seutuhnya. Mencintai serta menerima akan kekurangan fisik yang ada pada diri merupakan hal yang sangat penting untuk disadari dan diterapkan pada diri sendiri.

Kata kunci: *beauty bullying, perempuan, Self-Acceptance.*

ABSTRACT

Self-Acceptance. Self-Acceptance is a dance work that departs from empirical experience and self-reflection on events experienced in the past until now. Self-acceptance is a condition and positive attitude of individuals in the form of self-respect, accepting all strengths and weaknesses, knowing their abilities and weaknesses, not blaming themselves or others and trying their best to change for the better than before.

Self-Acceptance interprets how the stylist responds to beauty bullying that occurs to him and the impact that occurs after finding the beauty bullying, which then proceeds to acceptance and

self-love. Beauty should be about how you perceive yourself and accept and love yourself completely. Loving and accepting the physical shortcomings that exist in yourself is very important to realize and apply to yourself.

Keywords: *beauty bullying, woman, Self-Acceptance.*

I. PENDAHULUAN

Secara umum cantik biasanya mengacu pada paras wajah maupun bentuk tubuh seseorang. Kecantikan sesuatu yang identik dengan perempuan dan diinginkan oleh setiap perempuan dari berbagai kelompok sosial. Cantik itu sendiri didefinisikan sebagai suatu yang indah dan menarik. Kecantikan seperti magnet yang mampu menarik perhatian banyak orang. Pandangan sebagian masyarakat bahwa keindahan dan kecantikan seolah-olah selalu dapat membahagiakan dan menjadi tujuan hidup seorang perempuan. Indonesia terdiri dari banyak pulau dan berbagai suku bangsa juga memiliki bermacam konsep serta standar kecantikan yang diperoleh dengan mengubah bagian tubuh. Di antaranya yaitu suku Dayak di Kalimantan Timur memiliki tradisi untuk memanjangkan telinga dengan menggunakan pemberat berbentuk lingkaran logam. Perempuan Dayak akan merasa cantik jika telinga mereka semakin panjang. Para perempuan di kepulauan Mentawai, Sumatera Barat melakukan ritual memahat gigi agar gigi mereka tajam dan runcing untuk mempercantik parasnya. Semua konstruksi kecantikan ini dilatarbelakangi

kebudayaan turun temurun dari nenek moyang bahkan disertai oleh mitos yang dipercayai oleh masyarakatnya.

Terlepas dari kecantikan menurut konstruksi berbagai kebudayaan, Asia Tenggara khususnya Indonesia lebih “mengagungkan” kulit putih dibandingkan kulit sawo matang. Warna kulit putih ini dijadikan sebagai kategori dalam mengidentifikasi cantik atau tidaknya perempuan. Perempuan Indonesia dalam memaknai kecantikan lebih berkiblat kepada perempuan Barat, baik dari Eropa maupun Amerika yang merupakan bagian dari ras Kaukasia. Hal ini berbanding terbalik dengan sebagian masyarakat Barat yang menyukai kulit yang kecoklatan sehingga mereka tidak segan berjemur di bawah sinar matahari. Persepsi kecantikan yang berbeda itu muncul karena apa yang dianggap cantik adalah apa yang tidak dimiliki oleh kebudayaan mereka, yang mana kulit putih jarang dimiliki oleh orang Indonesia karena kebanyakan orang Indonesia berkulit sawo matang. Konsep terang yang kemudian dikaitkan dengan warna putih membawa pemikiran

masyarakat bahwa kecantikan perempuan adalah memiliki kulit putih.

Masa Kolonialisasi memunculkan apa yang disebut sebagai pesona Barat atau keterpesonaan pada kulit putih. Kulit putih tidak hanya dipandang sebagai cantik tapi juga superior. Celakanya, konsep kecantikan yang diukur dari warna kulit terus menerus digembar-gemborkan di media ditambah dengan penayangan produk pemutih kulit yang lalu lalang di layar televisi. Mirisnya, tren tersebut diikuti oleh banyak *beauty influencer* sehingga turut melegitimasi konsep kecantikan yang dibangun oleh media. Seakan kecantikan yang dicitrakan media adalah standar kecantikan yang sesungguhnya.

Perempuan yang memiliki kulit putih biasanya akan lebih dihargai dan mendapatkan kemudahan dalam hidupnya, sedangkan perempuan yang memiliki kulit gelap akan dipandang sebelah mata, tidak terlihat menarik, dan juga tidak cantik. Hal ini membentuk stigma di masyarakat bahwa perempuan yang berkulit gelap tidaklah cantik yang kemudian menyebabkan munculnya *beauty bullying*. *Beauty bullying*

adalah bentuk penghinaan soal fisik, penampilan atau kecantikan yang kerap dialami oleh banyak perempuan, baik secara verbal (langsung) ataupun melalui media sosial. *Beauty bullying* justru kerap datang dari sesama perempuan entah dari keluarga, teman, atau lingkungan sekitar. Berdasarkan pengalaman pribadi, sebagai salah seorang dari perempuan Indonesia yang memiliki kulit berwarna gelap, peneliti kerap mengalami *beauty bullying* ini. Sejak kecil, warna kulit gelap ini kerap dijadikan bahan ejekan oleh teman-teman dan lingkungan sekitar. Ejekan ini terus didapatkan hingga beranjak dewasa. *Beauty bullying* terhadap warna kulit gelap ini membuat diri menjadi merasa tidak percaya diri, stress, *insecure*, dan menjadi tidak mencintai diri sendiri. Kecantikan dapat meningkatkan penciptaan kecemasan dengan efek bahwa jika perempuan tidak memenuhi standar maka mereka tidak akan dicintai, kaum perempuan direkayasa untuk membenahi tubuh mereka agar menjadi sempurna, baik itu dengan mengonsumsi produk pemutih kulit, produk pelangsing tubuh, maupun perawatan wajah/tubuh lainnya (Lury, 1998).

Berbagai cara sudah dilakukan agar mendapatkan kulit yang putih. Melakukan suntik putih, minum pil pemutih badan, dan memakai produk pemutih untuk wajah hingga seluruh badan, semua dilakukan agar terlihat sama serta memenuhi ekspektasi orang lain tentang cantik itu putih. Lambat laun peneliti mulai menyikapi *beauty bullying* lebih bijaksana dengan menerima kekurangan yang ada pada diri. Setiap perempuan dilahirkan berbeda, setiap perempuan juga berhak membuat standar kecantikannya sendiri, tanpa perlu validasi dari orang lain. Kecantikan tidak seharusnya menyiksa. Kecantikan semestinya dapat dilihat dalam spektrum yang lebih luas. Kecantikan tidak harus diidentikkan dengan memiliki warna kulit yang putih. Kecantikan seharusnya tentang bagaimana persepsi diri terhadap diri sendiri serta penerimaan dan cinta terhadap diri seutuhnya.

Adapun tujuan dan manfaat dalam penciptaan tari ini, adalah sebagai berikut: (1) Menciptakan karya tari video mengenai proses penerimaan dan cinta terhadap diri bersumber dari pengalaman *beauty bullying* yang dialami, (2) Mengeksplor balon dan

manekin sebagai bentuk ekspresi *beauty bullying* dan berdamai terhadap diri sendiri. Manfaat yang didapatkan antara lain: (1) Memperoleh pengalaman dalam menciptakan karya tari yang bersumber dari pengalaman empiris, (2) Karya tari ini menjadi salah satu cara dalam proses mengenal, menerima, serta mencintai diri sendiri dan juga sebagai media dalam refleksi diri terhadap pengalaman *beauty bullying* yang dialami di masa lalu hingga kini.

Metode yang digunakan dalam proses penciptaan karya tari ini adalah metode riset artistik-koreografi di lingkungan akademis yang dipopulerkan oleh Martinus Miroto. Riset artistik-koreografi ini merupakan metode penelitian yang menggabungkan penelitian kualitatif dengan koreografi (eksplorasi-improvisasi dan komposisi-evaluasi). Dalam metode artistik-koreografi, koreografer berkedudukan sebagai seorang pencipta sekaligus seorang peneliti dalam karya ciptaannya yang berarti selain menghasilkan karya tari juga menghasilkan laporan proses penciptaan karya tari yang diwujudkan melalui penulisan. Proses

penciptaan karya tari ini selain menggunakan metode riset artistik-koreografi juga menggunakan metode sinematografi yang dipopulerkan oleh Katrina Mcpherson (dalam buku *Making Video Dance a Step-by-step Guide to Creating Dance for the Screen*). Dikarenakan hasil akhir dari karya tari ini berupa tari video maka penting untuk menggabungkan metode sinematografi sehingga dapat mewujudkan kolaborasi yang baik antara karya tari dengan sinematografi.

I. PEMBAHASAN

A. Format Tari Video

Pada format tari video ini, layar kamera dijadikan sebagai mata yang digunakan oleh penonton dalam melihat. Pemilihan atau penetapan jarak dan sudut pengambilan kamera dapat menciptakan serta menangkap suasana-suasana tertentu. Dapat pula menyampaikan emosi, mengungkapkan cerita dan mewakili perspektif seseorang. Karya tari ini akan menggunakan konsep *long take* tanpa *cut to cut* dengan pengambilan gambar dengan jarak *wide shoot* (seluruh tubuh fisik tampak jelas), *medium shoot* (memperlihatkan tubuh fisik dari pinggang ke atas dan gestur serta

ekspresi wajah nampak), *medium close-up* (memperlihatkan tubuh fisik dari dada ke atas), dan *close up* (memperlihatkan per bagian tubuh seperti wajah, punggung, tangan, dan kaki) teknik ini mampu memperlihatkan ekspresi wajah dengan jelas serta gestur yang mendetail. Menggunakan pergerakan kamera *pan* (kamera pada titik tetap, lensa bergerak ke kiri atau ke kanan pada bidang horizontal), *crib* (kamera bergerak ke atas atau ke bawah melalui ruang pada bidang vertikal), *zoom* (kamera pada titik tetap, lensa melebar dari subjek bingkai), dan juga dengan menggunakan dua sudut pandang yakni *front view* dan *back view*. Proses *editing*, *preview*, *visual fixing*, *color grading*, *add text and credit tittle*, dan tahapan akhir *scoring music*.

B. Medium Gerak

Gerak yang digunakan adalah hasil dari pengalaman tubuh serta kemampuan dalam bergerak yang dimiliki. Proses pencarian gerak ini dilakukan melalui pendekatan *recall memory*. Peneliti mencoba mengingat kembali ingatan masa lalu ketika mendapatkan *bullying*. Ingatan itu membuat peneliti merasa tidak nyaman, marah dan

sedih yang kemudian menimbulkan respons tubuh bergerak sesaat bervolume kecil lalu besar, *kendho-kenceng*, dan jatuh-bangun (*fall and recovery*). Kemudian ditemukan gerak yang mewakili perasaan tenang atau damai terhadap diri dengan cara peneliti mencoba membandingkan dampak yang dialami dari *bullying* yang dirasakan di masa lalu dengan masa kini. Terjadi perbedaan perasaan dan penyikapan dalam menghadapi *bullying* ini yang kemudian tubuh merespons menghasilkan gerak lembut mengalir (*legato*).

C. Elemen Pendukung

1. Lokasi

Jagongan Coffee, lokasi ini dipilih karena memiliki ruang yang cukup luas dan dapat disesuaikan dengan kebutuhan konsep karya tari yang diinginkan.

2. Peralatan Sinematografi

a. Kamera

Kamera menjadi alat utama dalam pembuatan tari video ini. Saat ini, sebagian besar kamera foto bisa menghasilkan gambar beresolusi tinggi dan memiliki

kemampuan merekam video berkualitas. Kamera yang digunakan adalah Sony a7ii dengan Lensa 28-70mm.

b. Stabilizer atau GlideCam

Menggunakan Zhiyun Crane 3 Lab Handheld Stabilizer. Pada dasarnya stabilizer ini berfungsi untuk mengurangi guncangan dan memperhalus gerakan kamera ketika sedang melakukan *record* video.

c. *Lighting*

Pencahayaan dapat membantu menghasilkan gambar yang lebih tajam. *Lighting* yang dibutuhkan dan sesuai dengan kebutuhan konsep karya tari adalah halogen (general), par 64 (lampu untuk menyorot pada satu titik fokus tertentu), dan par led (general namun memiliki beberapa warna yang berfungsi untuk membangun suasana).

3. Artistik

Artistik yang digunakan dalam karya tari ini yaitu manekin berwarna putih dan beberapa balon berwarna putih

berisikan gliter berwarna merah muda yang digantungkan tepat berada di atas kepala penari. Kursi merupakan simbol dari kedudukan dan suara dari ledakan balon serta cipratan dari gliter merupakan simbol dari *beauty bullying* yang dilontarkan. Gliter berwarna merah muda dipilih karena menurut penafsiran peneliti, gliter dan warna merah muda merupakan sesuatu yang identik dan disukai oleh perempuan. Kemudian melekatnya butiran gliter di kulit tubuh, ditafsirkan sebagai *beauty bullying* yang diterima memberikan semacam bekas luka. Penggunaan manekin merupakan perwujudan dari sosok lain yang ada dalam diri dan diinginkan oleh peneliti. Manekin ini dijadikan sebagai media dalam refleksi diri yang berujung berdamai pada diri sendiri. Pemilihan warna putih ini ditekankan sebagai simbol dalam permasalahan yang sedang ingin diungkapkan yakni *beauty bullying* karena memiliki warna kulit yang tidak putih.

4. Rias dan Busana

Rias dan busana merupakan salah satu elemen yang dibutuhkan serta mendukung konsep karya tari yang akan diwujudkan, selain itu rias dan busana juga harus memberikan kenyamanan penari untuk bergerak. Karya tari ini menggunakan dress berwarna biru, sepanjang $\frac{3}{4}$. Bagian atasnya didesain seperti *tank top* dan *press body* dengan bagian punggung yang terbuka. Desain ini sengaja dibuat supaya kulit tubuh penari lebih terekspos. Pada bagian bawahnya lurus ke bawah, kain pada sisi kanan dan kiri sedikit lebih panjang dibandingkan sisi depan dan belakang dan ketika melakukan gerak berputar dapat memberikan kesan desain tertunda. Desain ini juga diharapkan dapat memberikan kesan cantik dan anggun. Warna biru dipilih karena filosofi yang ada di dalamnya. Menurut perspektif psikologi warna, warna biru dapat menciptakan perasaan sedih namun di sisi lain juga dapat memberikan rasa tenang dan percaya diri. Bahan

yang digunakan ialah bahan sifon dan *tile stretch*, kedua bahan ini dipilih karena memiliki sifat yang elastis, ringan, dan mampu menyerap keringat sehingga membuat penari nyaman saat bergerak. Rias yang digunakan ialah rias korektif. Rias korektif dipilih karena memberikan kesan natural dan sederhana.

5. Musik

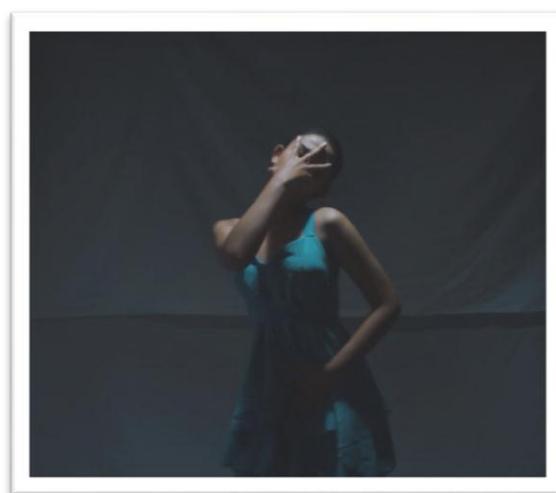
Musik merupakan salah satu elemen penting yang paling berperan penting dalam memperkuat *mood*, nuansa, serta suasana pada suatu karya tari. Pada karya tari ini menggunakan musik dalam format MIDI (*Musical Instrument Digital Interface*). Musik yang dihadirkan dalam karya tari ini adalah musik yang dapat memberikan perasaan tertentu. Musik yang dapat menciptakan dan membangun suasana (*ambience*) bukan sebagai pengiring tari.

D. Dramaturgi atau Struktur Tari

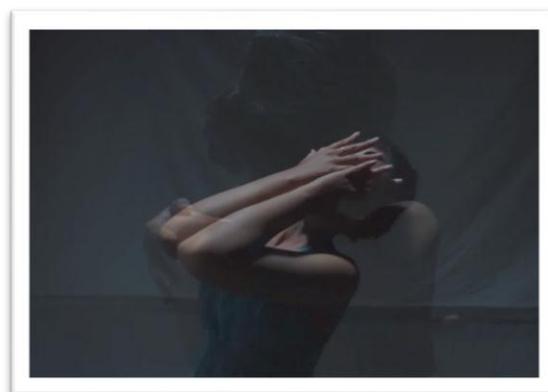
Karya Tari ini dibagi menjadi 4 adegan dengan uraian sebagai berikut:

1. Adegan 1

Pengenalan. Jalan maju memasuki ruang yang cukup gelap kemudian berhenti di satu titik ruang, melakukan gerak yang berfokus pada menonjolkan warna kulit gelap yang dimiliki. Lihat gambar 1 dan 2.



Gambar 1. Visualisasi adegan 1 dalam karya tari Self-Acceptance. (Koko, 2021)



Gambar 2. Visualisasi adegan 1 dalam karya tari
Self-Acceptance. (Koko, 2021)

2. Adegan 2

Penghakiman. Duduk di kursi, bagian atas tepat di atas kursi sudah digantungkan banyak balon berwarna putih kemudian ketika balon diletuskan, suara ledakan balon dan cipratan gliter direspons dengan gerak tubuh yang merasa sedih dan tidak nyaman. Di akhiri dengan jatuhnya penari dari kursi dan habisnya balon. Lihat gambar 3 dan 4.



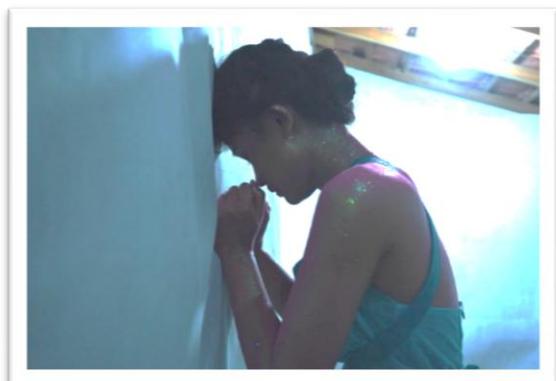
Gambar 3. Visualisasi adegan 2 dalam karya tari
Self-Acceptance. (Koko, 2021)



Gambar 4. Visualisasi adegan 2 dalam karya tari
Self-Acceptance. (Koko, 2021)

3. Adegan 3

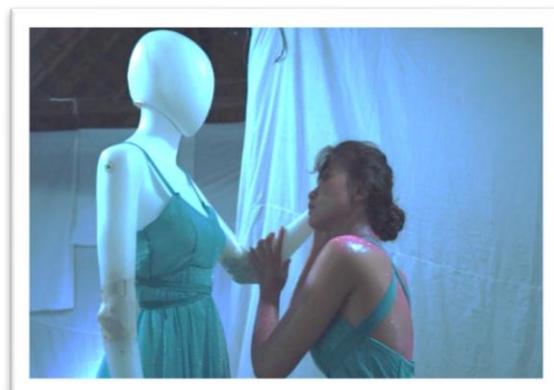
Amarah. Tembok berwarna putih direspons dengan gerak mendorong dan membantingkan diri. Tembok dimaknai sebagai wujud dari standar kecantikan yang seakan mengurung karena adanya stigma yakni “perempuan yang memiliki kulit gelap tidaklah cantik” yang kemudian menimbulkan lahirnya *beauty bullying*. Standar kecantikan yang mengurung dan membatasi ini dicoba untuk didobrak dan dihancurkan. Lihat gambar 5.



Gambar 5. Visualisasi adegan 3 dalam karya tari Self-Acceptance. (Koko, 2021)

4. Adegan 4

Penerimaan. Menari dengan manekin berwarna putih, manekin putih ini merupakan perwujudan dari sosok lain pada diri yang diinginkan oleh peneliti. Manekin ini dijadikan sebagai media dalam refleksi diri yang kemudian berujung pada penerimaan dan berdamai pada diri sendiri. Lihat gambar 6.



Gambar 6. Visualisasi adegan 4 dalam karya tari Self-Acceptance. (Koko, 2021)

E. Realisasi Konsep Sinematografi

1. Visual Identity

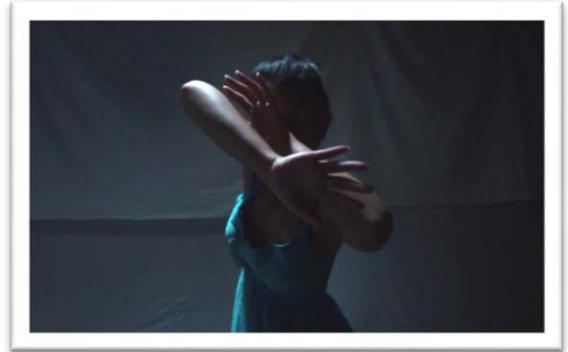
Visual close up pada punggung penari dan manekin menjadi *shot* yang selalu diulang-ulang dalam video tari untuk memberi penekanan perbedaan “warna kulit” di setiap adegan. Lihat gambar 7 dan 8.



Gambar 7. *Visual close up* dalam sinematografi. (Koko, 2021)



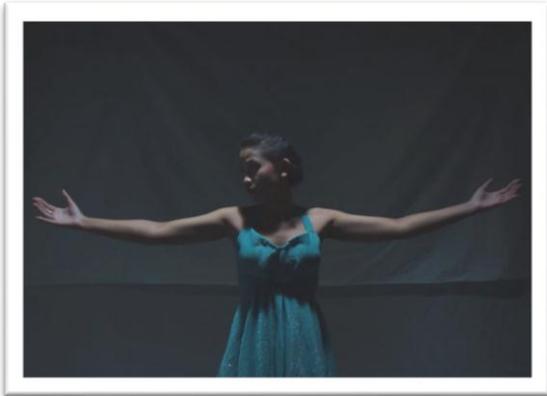
Gambar 8. Visual *close up* dalam sinematografi.
(Koko, 2021)



Gambar 10. Medium shot dalam sinematografi.
(Koko, 2021)

2. Medium Shot

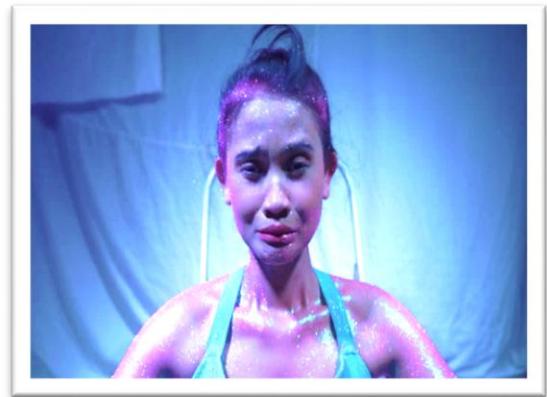
Penggunaan *medium shot* dalam video digunakan untuk memperlihatkan tubuh dan gerak penari. Lihat gambar 9 dan 10.



Gambar 9. Medium shot dalam sinematografi.
(Koko, 2021)

3. Close Up Wajah

Penggunaan *shot size close up* untuk memberikan penekanan pada ekspresi penari. Lihat gambar 11.



Gambar 11. Close up wajah dalam sinematografi
(Koko, 2021)

4. Movement (Follow)

Pergerakan kamera mengikuti tempo tarian penari untuk memberikan kesan dinamis pada adegan. Lihat gambar 12.



Gambar 12. *Movement (follow)* dalam sinematografi
(Koko, 2021)

F. Tahapan Penciptaan

1. Desain Riset Artistik-Koreografi
 - a. Perumusan Gagasan Awal

Self-Acceptance merupakan karya tari yang berangkat dari pengalaman empiris serta refleksi diri terhadap peristiwa yang dialami di masa lalu hingga kini. *Self-Acceptance* menginterpretasikan bagaimana dampak serta penyikapan terhadap *beauty bullying* yang terjadi. Rangsang tari dalam proses penciptaan karya tari ini berawal dari rangsang ideasional. Gagasan ini muncul ketika terus-menerus mendapatkan ejekan fisik dari lingkungan sekitar terkait warna kulit gelap yang dimiliki. Peneliti

semakin sadar bahwa pengalaman yang dialami merupakan *beauty bullying* didukung oleh rasa ingin tahu serta pemahaman yang semakin dalam mengenai hal tersebut.

Awalnya peneliti merasa sedih dan menjadi tidak percaya diri namun seiring berjalannya waktu, juga pemahaman dan pemaknaan yang jauh lebih luas akan kecantikan, membuat peneliti sadar bahwa *beauty bullying* tidak akan menjadi sebuah hal yang dapat menyakitinya ketika ia dapat menerima dan mencintai diri sendiri. Kecantikan tidak harus diidentikkan dengan memiliki warna kulit yang putih. Seorang perempuan tidak perlu mengikuti dan menyetujui standar kecantikan yang dibentuk oleh masyarakat. Kecantikan seharusnya tentang bagaimana persepsi diri terhadap diri sendiri serta penerimaan dan cinta terhadap diri seutuhnya. Dari

gagasan di atas kemudian ditemukan tema *Self-Acceptance* yang sekaligus menjadi judul dalam karya tari ini.

b. Eksplorasi-Improvisasi

Berpikir terkait penentuan dan pemilihan tema dalam menciptakan sebuah karya tari juga merupakan bagian dalam eksplorasi. Menurut Katrina (2016) dalam bukunya yang berjudul *Making Video Dance a Step-by-step Guide to Creating Dance For The Screen* mengatakan bahwa:

Choosing a theme as the starting point for your work helps you to be clear about the essence of the work, whilst at the same time enabling your imagination and creativity to expand and elaborate.

Artinya memilih tema merupakan titik awal untuk pekerjaan anda, membantu memperjelas tentang esensi pekerjaan anda, sementara pada saat yang sama memungkinkan imajinasi dan kreativitas anda dapat berkembang dan terperinci.

Tema yang telah dipilih memunculkan pemikiran terkait dengan kehadiran artistik yang digunakan sebagai daya ungkap secara simbolis. Kehadiran artistik ini berdasarkan dari pemahaman, perspektif serta pengalaman yang dialami peneliti dalam menyikapi *beauty bullying* serta prosesnya dalam menerima diri sendiri. Artistik yang dipilih yakni balon berisikan gliter berwarna merah muda, kursi dan manekin. Kehadiran artistik ini dirasa mampu menciptakan momen-momen yang ingin dihadirkan dalam karya tari yang tentu sesuai dengan konsep.

Eksplorasi dalam menciptakan sebuah karya tari tentu tidak terlepas dari eksplorasi gerak. Terwujudnya suatu gerak tentunya memerlukan kesadaran dalam berpikir, berimajinasi, dan dilakukan dengan merasakan suatu perasaan yang dapat memicu munculnya gerak yang ingin diwujudkan. Pada tahap awal

eksplorasi gerak ini, proses pencarian gerak yang dilakukan melalui pendekatan *recall memory*. Peneliti mencoba mengingat kembali ingatan masa lalu ketika mendapatkan *bullying*. Ingatan itu membuat peneliti merasa tidak nyaman, marah dan sedih yang kemudian menimbulkan respons tubuh bergerak sesaat bervolume kecil lalu besar, *kendho-kenceng*, dan jatuh-bangun (*fall and recovery*) kemudian ditemukan gerak yang mewakili perasaan tenang atau damai terhadap diri dengan cara peneliti mencoba membandingkan dampak yang dialami dari *bullying* yang dirasakan di masa lalu dengan masa kini. Terjadi perbedaan perasaan dan penyikapan dalam menghadapi *bullying* ini yang kemudian membuat tubuh merespons mengeluarkan gerak lembut mengalir (*legato*).

Tahap improvisasi sering disebut tahap mencoba-coba atau secara spontan. Improvisasi

diartikan sebagai penemuan gerak secara kebetulan. Pada tahap ini setelah menemukan dan menentukan artistik serta gerak yang sesuai dengan tema garap tari, maka langkah selanjutnya adalah melakukan percobaan-percobaan gerak merespons material artistik yang telah dipilih. Percobaan pertama dengan merespons suara ledakan balon dan cipratan gliter yang mengenai tubuh. Peneliti melakukan gerak menyetuh dan meraba kulit didukung dengan pemikiran bahwa suara ledakan dan cipratan balon ini merupakan bentuk *bullying* yang dialami sehingga secara tidak langsung juga menimbulkan perasaan sedih dan tidak nyaman terhadap warna kulit yang dimiliki. Percobaan kedua yaitu merespons tembok, tembok ini merupakan perwujudan dari standar kecantikan yang mengurung peneliti. Berbekal pemahaman tersebut memunculkan respon gerak seperti mendorong, membantingkan diri, dan mendobrak. Percobaan

terakhir dengan material artistik adalah dengan manekin. Manekin merupakan perwujudan dari sosok lain yang ada dalam diri dan diinginkan oleh peneliti namun tidak dapat dimiliki. Manekin ini dijadikan sebagai media dalam refleksi diri yang berujung berdamai pada diri sendiri. Menari bersama manekin merupakan penafsiran yang menggiring peneliti dalam mewujudkan damai terhadap diri.

Setelah merasakan, melihat serta merespons langsung material artistik yang digunakan membuat gerak yang tercipta menuntun tubuh dalam memunculkan simbol dan memberikan makna pada gerak itu sendiri. Peneliti tari selalu merekam setiap proses percobaan yang telah dilakukan melalui kamera. Dengan demikian, hal ini sangat membantu dalam proses berimajinasi dan menemukan kemungkinan atau pengembangan baru yang dapat diwujudkan pada tahap pembentukan nanti.

c. Komposisi-Evaluasi

Setelah melakukan tahap eksplorasi-improvisasi selanjutnya dilakukan tahap komposisi-evaluasi. Tahap komposisi merupakan tahap dalam menyeleksi, menyusun, atau menata beberapa motif gerak yang telah ditemukan menjadi satu kesatuan dalam sebuah karya tari. Langkah awal yang dilakukan adalah menentukan beberapa motif gerak yang sesuai dengan konsep yang diinginkan kemudian gerak-gerak tersebut dicoba dikomposisikan sehingga dapat terlihat saling berkesinambungan. Langkah kedua yaitu menyusun adegan tari. Pada penyusunan adegan ini, peneliti menentukan motif gerak, material artistik, musik, penggunaan ruang, rias busana serta sinematografi yang hadir pada tiap adegan.

Tahap evaluasi ini, peneliti mencoba untuk berdiskusi dan menganalisis kembali dengan videographer dan tim artistik mengenai kesesuaian konsep

dengan saat eksekusi karya serta kemungkinan-kemungkinan lain yang dapat diwujudkan untuk mendukung dan memperkuat karya tari yang ingin diciptakan.

d. Presentasi dan Dokumentasi

Karya tari video ini akan dipresentasikan melalui daring dengan format *google drive* yang langsung dikirim kepada dosen pengampu mata kuliah penciptaan 2 tari yaitu Martinus Miroto. Setelah karya tari video sudah dilihat, para mahasiswa diberikan evaluasi oleh dosen pengampu mengenai hal apa saja yang dapat ditangkap serta kekurangan dan kelebihan dari tari video yang sudah diciptakan. Presentasi dan dokumentasi dalam karya tari video ini merupakan media atau yang menjembatani dalam berkomunikasi antara pencipta karya dengan penontonnya.

G. Proses Alih Wahana

1. Proses Pembuatan Video

Take video dilakukan pada hari Sabtu tanggal 15 Mei 2021 di

Jagongan Coffee. Pukul 12.00 siang tim artistik mempersiapkan segala keperluan yang dibutuhkan lalu koreografer dengan videographer melakukan beberapa kali latihan tes kamera, mencoba menyamakan kembali gerak tari dengan konsep sinematografi yang ingin dihadirkan. Setelah semua set artistik siap, dilakukan dua kali percobaan simulasi layaknya *take video*. Hal ini dilakukan untuk mematangkan dan ketepatan kehadiran artistik karena video tari yang dibuat bersifat *long take* tidak ada *cut to cut* sehingga kerjasama antara koreografer, videographer dan tim setting artistik harus solid supaya tidak terjadi kebocoran dan kesalahan saat melakukan *take video*.

Take video dilakukan pada pukul 23.00 malam, dengan alasan terkait kebutuhan pencahayaan karena cahaya *lighting* yang digunakan jauh lebih baik ketika dalam ruang yang gelap dan tidak ada cahaya matahari yang masuk.

2. Kesulitan dan Kendala

Kesulitan dan kendala yang dihadapi selama proses penciptaan tari video ini adalah saat penentuan ruang pementasan. Pada tanggal 27 April 2021 koreografer, videographer, dan tim artistik pertama kali cek lokasi tempat untuk *take video*. Mulanya koreografer memilih gedung Asrama kampus Institut Seni Indonesia Yogyakarta sebagai tempat pementasan. Tempat ini dipilih karena memiliki satu ruang yang cukup luas dan lorong yang menjadi satu bagian. Tim artistik juga sudah mengukur lebar dan tinggi ruang ini untuk penempatan dan pemasangan artistik yang dibutuhkan seperti balon, manekin, dan *lighting*. Koreografer dan videographer juga sudah melakukan beberapa kali latihan serta mengeksplor dan mengolah ruang tersebut. Namun, pada akhirnya ruang tersebut tidak jadi digunakan karena tidak diberikannya perizinan dari pihak kampus. Hal tersebut mengharuskan

koreografer untuk mencari lokasi lain. Setelah berdiskusi dengan para tim pendukung, salah satu dari tim artistik menawarkan untuk menggunakan kedai kopinya sebagai tempat pementasan. Jagongan Coffee disulap menjadi tempat pementasan dengan ditutupi oleh *backdrop* berwarna putih. Beruntungnya Jagongan Coffe ini juga memiliki satu ruang yang cukup luas dan lorong yang menyatu sehingga tetap sesuai dengan konsep ruang yang diinginkan. Dengan bergantinya tempat pementasan ini tentu membutuhkan penyesuaian dan persiapan lagi antara koreografer, videographer serta tim set artistik. Seringnya latihan menjadi solusi dalam mengatasi kendala ini.

3. Manfaat yang Diperoleh

Membuat tari video yang bersifat *long take* merupakan pengalaman pertama yang menegangkan sekaligus seru. Yang membuatnya menjadi menegangkan karena karya tari *Self Acceptance* menggunakan

beberapa artistik yakni balon berisikan glitter, bangku dan manekin dan ketiga artistik ini hadir di satu ruang yang sama namun *timing* kemunculannya yang berbeda. Contohnya, ketika kehadiran bangku dan balon yang berisikan glitter ada pada adegan kedua lalu saat adegan keempat ruang tersebut harus sudah *clear area* dari bekas bubuk glitter yang berjatuh di lantai, bangku, dan bekas ledakan balon. Cipratan glitter yang mengenai tubuh penari juga mengharuskan pengambilan video *long take* ini dilakukan secara *one take and good*. Pengalaman ini menjadi seru ketika koreografer dan seluruh tim pendukung dapat melakukannya dengan baik dan berjalan lancar. Selain itu, tuntutan menari tunggal pada penciptaan tari video ini membuat koreografer memberanikan diri untuk menari tunggal dan hal ini merupakan sebuah pencapaian baru bagi koreografer. Dengan adanya pengalaman mencipta tari video ini

tentu menambah wawasan baru terkait pemahaman sinematografi yang dapat dikolaborasikan dengan tari.

III. PENUTUP

Seni merupakan jembatan dalam memberikan pemahaman serta perspektif lain terhadap permasalahan atau fenomena yang terjadi dalam sosial. Karya tari ini tercipta akibat respons dari pengalaman empiris penata.

Proses penciptaan suatu karya tentunya memiliki keberhasilan dan kendala dalam setiap perjalanannya, begitu pula dalam proses penciptaan karya tari *Self-Acceptance*. Karya tari ini diciptakan sebagai salah satu cara dalam proses mengenal dan mencintai diri sendiri dan juga sebagai media dalam merefleksi diri terhadap pengalaman *beauty bullying* yang dialami di masa lalu hingga kini. Pada tiap adegan yang dihadirkan menjadi sebuah proses dalam menyikapi dan memahami dampak dari *beauty bullying* yang dirasakan. Emosional, kemampuan dalam bergerak,

dan interpretasi terhadap pengalaman *bullying* menjadi satu dalam karya *Self-Acceptance*. Setiap perempuan dilahirkan berbeda, setiap perempuan juga berhak membuat standar kecantikannya sendiri tanpa perlu validasi dari orang lain. Kecantikan tidak seharusnya menyiksa. Kecantikan semestinya dapat dilihat dalam spektrum yang lebih luas. Kecantikan tidak harus diidentikkan dengan memiliki warna kulit yang putih. Kecantikan seharusnya tentang bagaimana persepsi diri terhadap diri sendiri serta penerimaan dan cinta terhadap diri seutuhnya. Mencintai serta menerima akan kekurangan fisik yang ada pada diri merupakan hal yang sangat penting untuk disadari dan diterapkan pada diri sendiri.

DAFTAR SUMBER ACUAN

A. Sumber Tertulis

- Aini, Fika Nur. 2018. "Mitos Kecantikan dalam Masyarakat Konsumsi". *Skripsi* pada Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
- Self-Acceptance Beauty Bullying sebagai Media Refleksi dalam Proses Cinta terhadap Diri
- Dwiningtyas, S. A. H. 2016. "Pemaknaan Perempuan Terhadap Konstruksi Mitos Kecantikan dalam Media Online" *Femaledaily.com. Jurnal Interaksi Online*, 16(4), 1–11.
- Hadi, Y. Sumandiyo, 2014. *Koreografi Bentuk-Teknik-Isi*. Yogyakarta: Cipta Media.
- Lianawati, Ester 2020. *Ada Serigala Betina dalam Diri Setiap Perempuan*. Yogyakarta: Buku Mojok Grup Yogyakarta
- Melliana S, Annastasia 2013. *Menjelajah Tubuh Perempuan dan Mitos*. Yogyakarta: LKiS Yogyakarta.
- Rosida, I. 2018. "Tubuh Perempuan dalam Budaya Konsumen: Antara Kesenangan Diri, Status Sosial, dan Nilai Patriarki". *Jurnal Antropologi: Isu-Isu Sosial Budaya*, 20(1), 85–101.
- Saraswati, L. Ayu, 2013. *Seeing Beauty: Sensing Race in Transnational Indonesia*, Manoa Amerika Serikat: University of Hawai'i Press. terjemahan Ninus D. Andarnuswari, 2017. *Putih: Warna Kulit, Ras, dan Kecantikan di Indonesia Transnasional*. Serpong Tangerang Selatan: Marjin Kiri.

Self-Acceptance Beauty Bullying sebagai Media Refleksi
dalam Proses Cinta terhadap Diri

JOGED : Jurnal Seni Tari
p-ISSN 1858-3989 | e-ISSN 2655-3171

- .Syaifuddin, H. H. 2013. *Mitos Kecantikan dalam Berbagai Perspektif*. Universitas Islam Negeri Surabaya.
- Yudiarayani et all, 2017. *Karya Cipta Seni Pertunjukan*, Yogyakarta: JB PUBLISHER.

B. Discografi

Carson, Geneviev. 2021. *BLINK*. Sony Music Entertainment Italy S.p.A.

C. Webtografi

Siregar, Asmadi Pandapotan 2016. Uniknya, Inilah Standar Kecantikan Wanita yang Ternyata Bisa Bikin Anda Terpana. Retrieved September 10, 2021, from <https://bangka.tribunnews.com/2016/09/15/uniknyainilahstandarkecantikanwanitayang-ternyata-bikin-anda-terpana>

