

**PENCIPTAAN MONOLOG OPERA AKAPELA TARI
“WELLNESS”**

PENELITIAN ARTISIK (PENCIPTAAN SENI)



Ketua

**Matheus Wasi Bantolo, S.Sn., M.Sn.
NIP 197409211999031002**

Anggota

**Lumbini Tri Hasto, S. Kar.
NIP 196708161989031003**

Dibiayai DIPA ISI Surakarta Nomor SP DIPA-023.17.2.677542/2022
Tanggal 17 November 2021
Direktorat Jendral Perguruan Tinggi,
Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi,
Sesuai dengan Surat Perjanjian Pelaksanaan Penelitian Artistik (Penciptaan Seni)
Nomor: 722/IT6.2/PT.01.03/2022

**INSTITUT SENI INDONESIA (ISI) SURAKARTA
NOVEMBER 2022**

**PENELITIAN ARTISIK (PENCIPTAAN SENI)
PENCIPTAAN MONOLOG OPERA AKAPELA TARI
“WELLNESS”**



Ketua
Matheus Wasi Bantolo, S.Sn., M.Sn.
NIP 197409211999031002

Anggota
Lumbini Tri Hasto, S. Kar.
NIP 196708161989031003

INSTITUT SENI INDONESIA (ISI) SURAKARTA
NOVEMBER 2022

ABSTRAK

Penelitian terapan dalam penciptaan opera akapela tari merupakan refleksi dari proses transformasi suara menjadi kinestetik tari. Fokus penelitian pada proses suara dan kinestetik tubuh dalam menari yang dilakukan dengan menggerakkan suara hati yang bertransformasi menjadi lantunan suara yang menghasilkan gerak tubuh sehingga pelaku memiliki kondisi psikologis yang lebih baik sebagai media promotif *wellness*. Opera akapela tari merupakan karya opera tari dengan gerak tari yang dihasilkan dari suara-suara berlagu, humming, bubbling, hentakan-hentakan suara tanpa nada, dan syair-syair dialektikal, tanpa menggunakan instrumen musik. Tujuan penelitian untuk proses penciptaan melalui suara kinestetik tari yang akan memberi dampak psikologis dan bermanfaat bagi peningkatan *wellness* para pelaku yang terlibat beserta ekosistemnya. Konsep suara kinestetik tari memerlukan pemikiran yang berhubungan dengan suara yang menubuh dan *wellness* sebagai promotif juga preventif kesehatan. Penelitian ini merupakan penelitian artistik dengan menggunakan metode *practice based research* berdasarkan studi literatur dan pengalaman penciptaan. Eksperimentasi proses mewujudkan karya tari dengan memadukan unsur-unsur suara dan kinestetik tari. Luaran penelitian berupa produk karya opera akapela tari, dan hak cipta.

Key words: Penciptaan Tari, Monolog Akapela Tari, *Wellness*

KATA PENGANTAR

Penelitian artistik penciptaan karya seni dengan judul Penciptaan Monolog Opera Akapela Tari ‘*Wellness*’ merupakan hasil dari program penelitian yang dimulai dari bulan Juni sampai November 2022. Peneliti memperoleh kesempatan mengikuti program penelitian untuk penciptaan karya seni. Peneliti memperoleh kesempatan untuk melakukan eksplorasi bentuk-bentuk vokal akapela dan gerak tari yang dikaitkan dengan peningkatan kesadaran akan fenomena *wellness*. Kegiatan penelitian dibiayai oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi, sebuah program yang dimaksudkan sebagai kegiatan penelitian dalam rangka membina dan mengarahkan para peneliti untuk meningkatkan temuan keilmuan di perguruan tinggi.

Hasil dari penelitian ini merupakan upaya untuk penciptaan bentuk karya seni alternatif sebagai pelestarian warisan nilai-nilai filosofi Jawa, estafet akan pemahaman konsep-konsep hidup Jawa pada generasi muda, peningkatan kesadaran kendali diri (fisiologis dan psikologis) untuk peningkatan ‘*wellness*’ melalui karya seni. Bentuk karya alternatif bertujuan mengarahkan pada kesadaran lingkungan dan menjaga harmoni ekosistem hidup termasuk merangsang penciptaan karya seni berikutnya.

Saya mengucapkan terima kasih kepada Dr. Sunardi, S.Sn., M.Sn selaku ketua LPPMPPPM di Institut Seni Indonesia (ISI) Surakarta yang telah membimbing dan membuka kesempatan bagi saya untuk dapat mengikuti program penelitian artistik tahun 2022. Terima kasih kepada Dr. Dra. Tatik Harpawati, M.Sn selaku Dekan Fakultas Seni Pertunjukan yang telah memberi ijin dan memberi pengarahan sehingga penelitian ini menjadi lebih baik. Semoga penelitian ini dapat memberi manfaat dan menstimulasi penciptaan karya seni berikutnya, khususnya terkait bentuk pertunjukan alternatif yang adaptif dengan beragam fenomena sosial masyarakat.

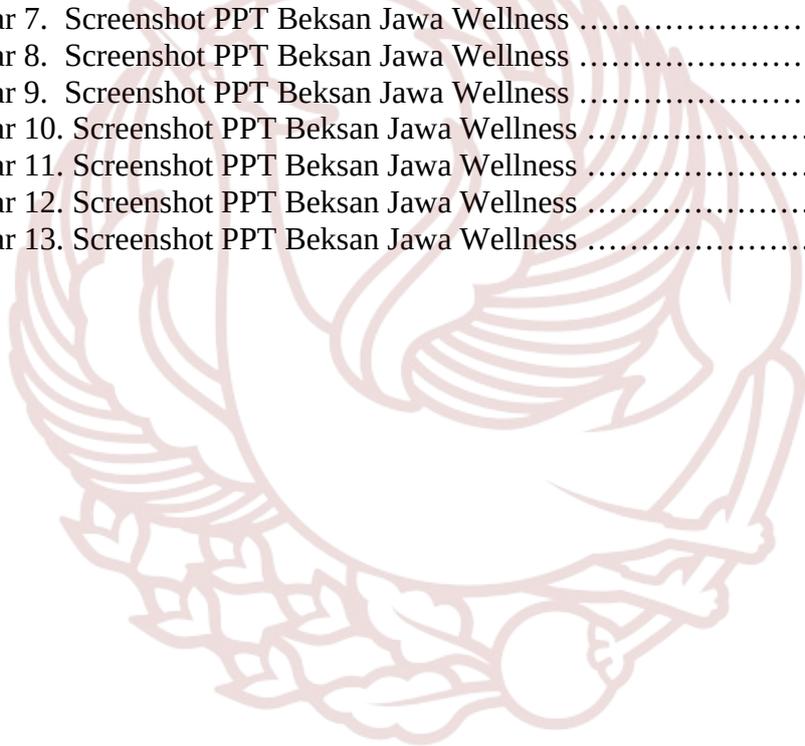
Surakarta, 11 November 2022
Matheus Wasi Bantolo, S.Sn., M.Sn

DAFTAR ISI

| | |
|---|-----|
| HALAMAN SAMBUNG | i |
| HALAMAN PENGESAHAN | ii |
| ABSTRAK | iii |
| KATA PENGANTAR | iv |
| DAFTAR ISI | v |
| DAFTAR GAMBAR | vi |
| GLOSARIUM | vii |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 3 |
| C. Tujuan dan Manfaat Penelitian | 3 |
| D. Landasan Teori | 3 |
| | |
| BAB II TINJAUAN SUMBER | 5 |
| A. State of The Arts | 5 |
| B. <i>Roadmap</i> Penelitian | 6 |
| | |
| BAB III METODE PENELITIAN ARTISTIK (PENCIPTAAN SENI) | 8 |
| A. Conceptualize | 9 |
| B. Studio Process/ Workshop | 9 |
| C. Rehearsal | 11 |
| | |
| BAB IV DESKRIPSI KARYA | 12 |
| A. Ide Penciptaan | 12 |
| B. Bentuk Karya | 14 |
| | |
| BAB V LUARAN PENELITIAN ARTISTIK (PENCIPTAAN SENI) | 23 |
| | |
| DAFTAR ACUAN | 24 |
| A. Daftar Pustaka | 24 |
| B. Narasumber | 26 |
| C. Diskografi | 26 |
| | |
| LAMPIRAN | 27 |
| 1. Jadwal Pelaksanaan | 27 |
| 2. Justifikasi Anggaran | 28 |
| 3. Biodata Peneliti | 31 |
| 4. Surat Pernyataan | 38 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 1. Presentasi materi Workshop ‘ <i>Beksa Jawa Wellness</i> ’..... | 15 |
| Gambar 2. Presentasi materi ‘ <i>Beksa Jawa Wellness</i> ’ dengan cara Monolog Opera Akapela Tari | 15 |
| Gambar 3. Workshop sebagai pertunjukan Monolog Opera Akapela Tari | 17 |
| Gambar 4. Pengarahan peserta workshop untuk mencoba melakukan Monolog Opera Akapela Tari | 17 |
| Gambar 5. Lokasi presentasi Monolog Opera Akapela Tari | 18 |
| Gambar 6. Screenshot PPT <i>Beksan Jawa Wellness</i> | 19 |
| Gambar 7. Screenshot PPT <i>Beksan Jawa Wellness</i> | 19 |
| Gambar 8. Screenshot PPT <i>Beksan Jawa Wellness</i> | 20 |
| Gambar 9. Screenshot PPT <i>Beksan Jawa Wellness</i> | 20 |
| Gambar 10. Screenshot PPT <i>Beksan Jawa Wellness</i> | 20 |
| Gambar 11. Screenshot PPT <i>Beksan Jawa Wellness</i> | 21 |
| Gambar 12. Screenshot PPT <i>Beksan Jawa Wellness</i> | 21 |
| Gambar 13. Screenshot PPT <i>Beksan Jawa Wellness</i> | 22 |



GLOSARIUM

| | |
|------------------|--|
| Adeg | : sikap seorang penari dalam keadaan sadar bentuk dan memiliki kendali diri |
| Alusan | : karakter halus yang timbul dari vokabuler gerak tari putra |
| Aromatic | : aroma yang merangsang hormon tubuh untuk relaksasi |
| Acappella | : jenis pertunjukan vokal tanpa disertai instrument musik |
| Banyu mili | : karakter gerak yang mengalir, tenang, dan intens |
| Beksa | : kemampuan penghayatan saat melakukan gerak tari |
| Cengkok | : gaya khas dalam pengaturan suara sepanjang melantunkan lagu |
| Gerong | : suara penyanyi putra atau lirik vokal dalam lagu Jawa |
| Greget | : berenergi, karismatik, penuh hayatan |
| Herbal | : obat-obatan alami yang berasal dari tumbuhan |
| Jogged | : rangkaian pola-pola gerak tari |
| Lurik | : motif kain khas Jawa yang awalnya digunakan kalangan petani |
| Mataya | : kesadaran mendalam yang mengarah pada spiritual |
| Mendak | : posisi merendah saat melakukan vokabuler gerak tari Jawa |
| Pitch | : atau ketepatan tinggi rendahnya nada |
| Rasa | : suasana yang dapat ditangkap batin |
| Silo | : posisi duduk tegak dengan kedua kaki dilipat bertumpuk di depan badan |
| Solah | : perilaku keseharian yang telah lekat menjadi karakter |
| Tandang | : sikap, tindakan, aktifitas, kerja |
| Tembang | : lagu Jawa |
| Tembung | : ucapan yang mencerminkan perasaan dan pikiran |
| Trending | : populer, sedang ramai dibahas oleh masyarakat |
| Ukelan | : jenis vokabuler gerak tangan memutar pergelangan tangan |
| Urip hanguripi | : hidup untuk menghidupi |
| Urip mawa urup | : hidup yang memberi manfaat |
| Wayang wong | : pertunjukan dengan wayang yang diperankan manusia |
| Wellness | : upaya untuk peningkatan gaya hidup yang positif |
| Wellness center | : tempat yang menyediakan layanan referensi tentang peningkatan kesadaran gaya hidup yang positif |
| Wellness tourism | : program pelayanan rekreasi yang berorientasi pada wisata sekaligus peningkatan kesadaran gaya hidup yang positif |

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penciptaan karya merupakan suatu hasil proses kreatif dalam perjalanan yang panjang dan berkelanjutan. Karya baru hasil penciptaan dapat berwujud karya sebagai hasil pengembangan dari proses yang pernah dilakukan sebelumnya. Demikian halnya karya ini, menjadi pengembangan dari karya cipta peneliti sebelumnya, karena selalu terdapat celah menarik dan potensial untuk digali secara mendalam dan menjadi bahan pengembangan maupun temuan kebaruan. Karya peneliti sebelumnya yang menjadi dasar penciptaan karya baru ini adalah karya-karya berbentuk opera tari maupun akapela tari. Pemahaman dasar opera sebagai penggabungan berbagai genre seni (Sellars 2004) serta seni yang menggunakan suara bernyanyi tanpa iringan musik dari dasar ‘dalam gaya kapel’ atau gereja (Wai Chen 2018) menjadi satu dalam penciptaan ini. Karya-karya peneliti sebelumnya tersebut didasari genre opera yang ada dalam tari klasik Jawa yang menggunakan dialog, nyanyian, dan gerak tari dalam Wayang Orang atau *Wayang Wong* (Widyastutieningrum 2018), serta Langendriyan yang menggunakan media ekspresi nyanyian (tembang) dan gerak tari (Haryono 2012).

Penciptaan karya tari memerlukan adanya sumber ide penciptaan berdasarkan fenomena sosial budaya dan teknologi yang lebih beragam, seperti fenomena sosial budaya yang sedang tren/populer pada saat ini. Fenomena tersebut berhubungan dengan peningkatan kondisi kesehatan atau *wellness* dengan munculnya banyak aktivitas dan tempat yang menawarkan peningkatan kesehatan seperti yoga, penyembuhan holistik, meditasi, dan retreat kesehatan (Budi 2019). Berdasarkan fenomena di atas, perlu adanya penciptaan karya tari dengan proses penciptaan tari yang tidak hanya berorientasi pada pengolahan segmentasi tubuh semata. Penciptaan tari tersebut juga sekaligus menjadi sarana alternatif dalam peningkatan *wellness*.

Karya cipta tari yang ditawarkan adalah karya yang berbentuk monolog opera akapela tari. Berpijak dari pengalaman dan proses penciptaan sebelumnya

peneliti mengembangkannya menjadi karya monolog opera akapela tari. Dikatakan monolog karena dilakukan secara tunggal oleh satu orang penari. Sebagai sebuah akapela maka karya ini tidak menggunakan instrumen alat musik. Monolog akapela tari merupakan sebuah karya opera tari yang tidak menggunakan instrumen musik. Gerak tari dihasilkan dari suara, dimana suara yang muncul berasal dari intensitas bunyi yang dihasilkan oleh para penari yang berwujud suara-suara berlagu, humming, bubbling, hentakan-hentakan suara tanpa nada, dan syair-syair dialektikal. Suara dan gerak tubuh tersebut berhubungan dengan enam dimensi kesehatannya yaitu fisik, mental, emosional, spiritual, sosial, lingkungan, serta prinsip-prinsip Jawa *Wellness* seperti *aromatic, therapy, herbal, food nutrition* dan *exercise*.

Proses penciptaan dilakukan dengan menggerakkan suara hati yang bertransformasi menjadi lantunan suara yang menghasilkan kesadaran kinestetik tari. Kesadaran kinestetik tari merupakan faktor yang memberikan dampak bagi kondisi fisiologis dan psikologis seseorang sehingga merasa menjadi lebih baik (Hanna 1995, 329). Adapun berbagai pertimbangan dan konsep penciptaan diatas maka karya ini diberi judul “Wellness”.

Penelitian ini penting untuk dilakukan karena menunjukkan adanya penciptaan yang tidak hanya berorientasi pada persoalan artistik tetapi juga berhubungan dengan fenomena *wellness*. Proses suara kinestetik tari yang didukung dengan aroma terapi minyak atsiri dalam menciptakan monolog akapela tari sebagai media promotif *wellness* memberi dampak fisiologis dan psikologis yang bermanfaat bagi para pelaku yang terlibat beserta ekosistemnya. Proses ini akan memperkuat kesadaran pelaku karya terhadap suara dan tubuhnya sehingga meningkatkan kemampuan dalam mengolah tubuh serta kendali atas kondisi psikologisnya.

B. Rumusan Masalah

Berbagai permasalahan penciptaan dan fenomena di atas menjadi dasar perumusan masalah dalam penciptaan karya ini yaitu bagaimana proses penciptaan serta bentuk karya monolog akapela tari dengan judul “Wellness”. Jawaban atas permasalahan tersebut akan diuraikan dalam tahapan penciptaan serta perwujudan karya melalui penelitian ini. Luaran penelitian ini akan berwujud karya monolog akapela tari yang nantinya akan didaftarkan dalam Hak Kekayaan Intelektual (HKI).

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan dalam penelitian artistik ini adalah menghasilkan dan mendeskripsikan sebuah karya berbentuk monolog opera akapela tari serta mendeskripsikan proses penciptaan sebagai sebuah pertanggungjawaban. Manfaat dari penciptaan karya ini adalah menambah kasanah keilmuan dalam penelitian artistic tentang adanya bentuk karya *a cappella* tari serta mendorong munculnya karya –karya baru sebagai hasil penelitian artistik berbasis seni tradisi. Harapan lebih lanjut penelitian ini bisa menjadi dasar penelitian selanjutnya sehingga dapat memunculkan metode baru dalam penelitian artistik.

D. Landasan Teori

Karya yang akan diciptakan bergenre opera monolog akapela tari. Pemahaman dasar tentang genre opera mengacu pandangan Aristoteles bahwa opera merupakan hibrida sintetik dari berbagai genre seni seperti musik, tari, teater, dan seni rupa (Sellars 2004). Akapela tari merupakan penawaran bentuk baru dari karya bergenre opera. *A cappella* (akapela) adalah seni menggunakan suara bernyanyi tanpa iringan musik. Berdasarkan asal kata dari bahasa Italia yang berarti ‘dalam gaya kapel’ atau gereja (Wai Chen 2018). Dalam bernyanyi akapela, dibutuhkan ketepatan *pitch* atau ketepatan tinggi rendahnya nada karena ada kecenderungan *pitch* yang menurun pada saat koor bernyanyi. Pelaku yang bergerak tidak menjadi penghalang dalam mempertahankan *pitch* dalam penciptaan opera akapela tari. Ada beberapa hal yang berpengaruh dalam

mempertahankan pitch yaitu: kesadaran penyanyi untuk mendengarkan suara penyanyi lainnya, nafas, konsentrasi, dan kelelahan (Seaton, Sharp, and Pim 2014).

Wellness memiliki pemahaman memaksimalkan potensi manusia melalui pilihan gaya hidup yang positif yang secara sudut holistik menawarkan dasar filosofis untuk konseling dan pengembangan yang memberikan pedoman untuk intervensi sebagai profesional konseling dan pengembangan masalah kesehatan mental. Filosofi kesehatan sebagai inti dari apa yang kita lakukan dalam konseling dan pengembangan (Gunawan 2014). Menari melibatkan tubuh, emosi, dan pikiran yang dimediasi secara budaya. Menari dapat meningkatkan kesehatan dengan memperkuat sistem kekebalan tubuh melalui gerakan otot dan proses fisiologis, serta dapat membantu proses penyembuhan ketika seseorang menyadari (1) penguasaan spiritualitas atau batin yang diwujudkan dalam tari, (2) penguasaan gerakan, (3) pelepasan atau pengalihan dari stres dan rasa sakit, (4) menghadapi penyebab atau sumber stres dengan cara menangani efeknya atau akibatnya (Hanna 1995). Menari melibatkan tubuh, emosi, dan pikiran yang dimediasi secara budaya. Menari dapat meningkatkan kesehatan dengan memperkuat sistem kekebalan tubuh melalui gerakan otot dan proses fisiologis, serta dapat membantu proses penyembuhan ketika seseorang menyadari (1) penguasaan spiritualitas atau batin yang diwujudkan dalam tari, (2) penguasaan gerakan, (3) pelepasan atau pengalihan dari stres dan rasa sakit, (4) menghadapi penyebab atau sumber stres dengan cara menangani efeknya atau akibatnya (Hanna 1995).

BAB II

TINJAUAN SUMBER

A. State of the Arts

Opera monolog akapela tari berhubungan dengan suara dan gerak kinestetik tari. Suara kinestetik tari menjadi sebuah pemahaman atas hubungan suara dengan tubuh. Kesadaran dimana suara menjadi menubuh. Tujuan dari pembahasan ini adalah untuk membahas praktik dan kinerja suara, mengacu pada filosofi Barat, psikologi mendalam, dan penelitian terbaru yang berasal dari neurologi untuk mengembangkan suara yang menubuh. Dialektika ini memerlukan suatu proses kesadaran diri sebagai jembatan dari hubungan antitesis antara pikiran bawah sadar dan pikiran sadar (Rome 2007).

Aroma terapi dimanfaatkan untuk mendukung penciptaan karya yaitu dalam mencari konteks antara psikologis seseorang yang berproses dengan suara dan tubuh. Sebagaimana dipahami bahwa aroma terapi berhubungan dengan proses fisiologis dan psikologis (Agustini and Sudhana 2014). Musik dan tari berhubungan dengan faktor sosial sebagai penentu kesehatan, dalam mendukung usaha promotif dan preventif kesehatan dalam lingkungan sosial yang beragam. Melalui musik dan tari menjadi sarana kebugaran dan kesehatan dalam masyarakat (Sheppard and Broughton 2020).

Fenomena *wellness* di Indonesia sudah berkembang pesat. Banyak tempat yang menawarkan aktifitas *wellness*, salah satunya di Bali dengan adanya *wellness center* di kota Denpasar. Berdasarkan sudut pandang arsitektur *wellness center* diharapkan akan mewadahi dalam mengembangkan perancangan *wellness center* berdasarkan pendekatan *healing involvement* yaitu indera, alam, dan psikologis (Darmawan, I, Sastrawan, and Warnata 2021). *Wellness* dalam konteks kepariwisataan atau disebut sebagai *wellness tourism* menggunakan meditasi sebagai self healing. Cabang *wellness tourism* diantaranya adalah spa, yoga, dan meditasi. Meditasi dapat meningkatkan taraf kesadaran melalui teknik latihan konsentrasi, sehingga membawa proses mental lebih terkontrol (Budi 2019). *Wellness tourism* di Bali berkembang sampai wilayah pedesaan. Elit desa

memiliki peran besar dalam pengembangan wellness tourism (Savitri and Arida 2019).

Hubungan opera dan tari dapat diamati dari perkembangan balet Rusia yang ditunjukkan dengan kemunculan pemain-pemain opera yang memiliki kemampuan tari balet (Dorris 2012). Penari dalam opera akapela tari yang diciptakan ini didominasi penari perempuan. Fleksibilitas ketubuhan dan kemampuan vokal dari penari-penari yang ada saat ini lebih didominasi penari-penari perempuan. Persoalan ini merupakan persoalan yang terkait travesty penari dalam karya opera tari. (Kennedy 2017). Opera pada masa lalu merupakan karya seni yang hanya dinikmati oleh kalangan ningrat atau bangsawan dalam era kerajaan di London Inggris adalah sehingga berhubungan antara faktor estetis, kepentingan komersil, dan politik kebudayaan (Whittall and Whittall 2015).

B. Roadmap Penelitian

Penelitian penciptaan monolog opera akapela tari ini akan berkaitan dengan suara dalam pembentukan kinestetik tari, serta pemahaman wellness sebagai media promotif. Penelitian ini didasari penelitian penciptaan karya-karya tari sebelumnya yang berbentuk opera tari. Karya-karya yang telah diciptakan penulis yang berbentuk opera diantaranya adalah "*Tanding Gendhing: a Battle of Wits*", "*Opera Panji, Arok the Godfather Soliloquy*," "*Topeng Panji Kayungyun*", "*Kayungyun The Topeng Opera*", "*Kayungyun*", "*Pulung Gelung Drupadi*", "*Amartya*", "*Kidung Kayungyun, Opera Tandhing Gendhing: the Mothers, Arok the Godfath: Ken dedes Soliloquy, Opera Anak Cita Suta, dan Acappella the Mothers*". Sebagai karya-karya berbentuk opera tari maka menggunakan unsur-unsur gerak, nyanyian, musik, dialog, dan teatrikal. Opera tari dalam karya-karya di atas menggunakan esensi tari klasik Jawa sebagai dasar gerak dan berbagai bentuk pengembangannya.

Dukungan sumber daya berupa hasil penelitian dan ekosistem Rumah Atsiri, dan penguatan dengan literatur tentang suara, kinestetik tari, dan wellness, menghasilkan karya yang berbentuk opera akapela tari. Eksplorasi

karya dari bentuk opera tari yang dikembangkan dalam penelitian ini menjadi opera akapela tari, menekankan pada penemuan metode proses pembentukan kinestetik tubuh melalui suara, serta mengkaitkannya dengan fenomena wellness.



BAB III

METODE PENELITIAN PENCIPTAAN

Penelitian penciptaan monolog opera akapela tari ini merupakan penelitian artistik dengan menggunakan metode penelitian *practice based research* berdasarkan studi literatur dan pengalaman, serta eksperimentasi proses mewujudkan karya tari dengan memadukan unsur-unsur suara dan kinestetik tari. Sebagai penelitian berbasis praktik deskripsi penelitian ini terletak pada dokumentasi proses penelitian, uji prototipe, presentasi hasil, dan penjelasan tekstual yang menunjukkan refleksi kritis peneliti sekaligus pencipta (Mäkelä et al. 2011).

Penelitian melalui studi literatur dilakukan dengan membaca, mengamati, menganalisis dan menginterpretasikan tulisan hasil penelitian yang berhubungan dengan suara, tubuh, kinestetik tari, dan fenomena *wellness*. Pengalaman penelitian dan mencipta karya-karya berbentuk opera tari menjadi dasar penciptaan opera akapela tari. Sebagai *partisipant action researcher* melakukan secara aktif proses eksplorasi dan merasakan secara langsung teknik-teknik suara menjadi gerak yang diberikan, serta menemukan ide-ide karya, sehingga dapat diperoleh data secara akurat dalam proses penelitian. Untuk memperkuat data dilakukan dengan wawancara secara mendalam kepada narasumber yang memahami suara, kinestetik tari, dan *wellness*.

Proses penelitian juga dilakukan di Rumah Atsiri sebagai patner industri dengan ekosistemnya, sekaligus sebagai tempat *Forum Group Discussion* (FGD) dan uji prototipe. FGD dilakukan dengan tahapan pada tahun pertama untuk mengumpulkan data dan menghasilkan sampel, pada tahun kedua untuk menghasilkan serta uji prototipe, dan pada tahun ketiga sebagai persiapan presentasi hasil. Hasil pengumpulan data dianalisis menggunakan metode triangulasi data untuk mendapatkan konsep karya sebagai dasar pembuatan karya. Perwujudan penciptaan dalam bentuk sampel melalui beberapa tahapan di berikut ini.

A. Conceptualize

Penciptaan karya berupa opera akapela tari diawali dengan menentukan konsep karya tersebut. Fase-fase penentuan konsep adalah hasil uji prototipe kemudian dinalisis untuk diwujudkan menjadi karya opera akapela tari. menemukan permasalahan, menentukan tema berdasarkan permasalahan, dan menentukan ide bentuk. Proses penemuan masalah menjadi tahap awal dalam penciptaan karya seni. Dimana proses ini membutuhkan pemikiran dan perenungan untuk menyaring fenomena sosial terkini hingga menemukan inti polemik sosial yang menarik sebagai bahasan karya. Tentu untuk membahas suatu fenomena sosial melalui karya pertunjukan diperlukan pemadatan. Pemadatan yang dilakukan dengan proses memilah dan memilih hal-hal yang kemudian dijadikan konsep-konsep yang mendasari karya. Ramuan konsep dasar karya ini sangat menentukan tersampainya tema dalam pembahasan fenomena sosial masyarakat. Wujud karya akapela tari dipilih berdasarkan pertimbangan kapasitas diri sebagai pencipta karya yang konsisten bereksperimen dengan dua media, yaitu pengembangan media suara dan tari.

B. Studio Process / Workshop

Tahapan setelah menentukan konsep karya adalah melakukan proses studio yang meliputi proses pernapasan, *voice process*, suara yang menubuh, dan *composing*. Konsep karya menjadi pegangan selama proses studio, hal ini penting untuk menjaga fokus hingga tercapainya tujuan karya. Guna mewujudkan karya yang direncanakan tentu diperlukan ketekunan dalam melakukan percobaan maupun latihan. Pengembangan atas sebuah temuan dilakukan secara berkesinambungan demi mendapatkan formula yang dirasa paling sesuai dengan konsep dan target karya. Latihan diawali dengan mengatur kesadaran atas kontrol pernapasan, hal ini dirasa penting karena pernafasan menjadi dasar segala aktifitas hidup. Latihan kendali pernafasan erat hubungannya dengan pemfokusan energi, konsentrasi, serta kestabilan aksi. Artinya kekuatan pernafasan menjadi kunci kontrol atas pengendalian diri sepanjang proses presentasi karya.

Voice process menjadi proses pencarian kesadaran dan kekuatan terkait pengaturan suara yang dihasilkan saat presentasi karya. Melatih kelincihan peralihan pada nada tinggi dan rendah, kuat lemahnya pengaturan tekanan suara, dan kejelasan vokal yang dilafalkan menjadi target rangkaian latihan karya berkonsep akapela. Mengingat suara menjadi unsur utama dalam pertunjukan akapela, maka latihan berulang yang intens diperlukan untuk membentuk fleksibilitas dan refleks bersuara, atau kemampuan alam bawah sadar bersuara. Artinya kekuatan vokal tidak lagi menjadi beban, dipresentasikan secara natural dan mengalir apa adanya. Namun tetap dalam kontrol kesadaran akan komposisi suara yang berkualitas. Dalam hal ini keterlatihan dan kemapanan pengalaman menjadi faktor paling berpengaruh.

Suara yang menubuh dapat dipahami bahwa suara sebagai sumber penggerak reflek tubuh dalam melakukan gerak tari. Suara yang digunakan sebagai penyampai pesan sedangkan tubuh memberi respon untuk penegas atau memerindah presentasi suara. Pada level ini tubuh telah terlatih untuk melakukan beragam teknik gerak tari, memiliki kesadaran atas kontrol koordinasi gerak, kekuatan, kelenturan, keseimbangan, dan mampu menghadirkan *rasa* dalam bergerak. Ketika kesadaran *rasa* atas kendali suara dan gerak tubuh berada di level yang sama dan tidak lagi menjadi beban pikiran saat presentasi karya, maka konsep suara yang menubuh dapat diwujudkan dengan maksimal. Artinya kesadaran atas kendali di level ini tidak lagi memikirkan estetika, karena keindahan itu muncul dengan sendirinya sebagai sesuatu yang bersifat alami. Tetapi inti masalah yang menjadi bahasan menjadi hal yang lebih bermakna atau berharga dalam sebuah penyajian karya.

Composing menjadi tahapan penting dalam perwujudan desain penyajian karya, tahap ini merupakan kegiatan penataan dinamika alur karya dan pengaturan penempatan beragam unsur pendukung karya sehingga dapat dinikmati dan dimengerti. *Composing* menjadi kunci untuk menjaga fokus dan ketertarikan peserta sepanjang jalannya acara presentasi karya. *Composing* merupakan uji coba desain yang penataannya berdasarkan pertimbangan konsep-konsep karya diantaranya akapela, workshop, *banyu mili*, *manunggaling kawulo lan Gusti*, dan

sebagainya. *Composing* menjadi tahap perwujudan skema pertunjukan yang pembentukannya seperti puzzle dapat dibongkar pasang dan dirotasi hingga terbentuk kesatuan bentuk utuh, yang dirasa paling mewakili maksud karya.

C. *Rehearsal*

Proses *rehearsal* dimulai setelah konsep gerak dan alur adegan perbagian sudah dirasa mantap. *Rehearsal* dilakukan dengan mengulang proses latihan adegan demi adegan, memapankan setiap bagian, mengatur transisi, dan mematangkan capaian suasana (*rasa*). Setiap sampel dikembangkan menjadi prototipe yang dihasilkan melalui tahapan *studio process/workshop* dan *rehearsal*. Latihan menjadi proses untuk melakukan uji hasil improvisasi dan eksplorasi, membiasakan diri dan memantapkan rasa untuk suatu rakitan komposisi. Semakin intens latihan yang dilakukan maka suara akan semakin menubuh. Terbentuk kesadaran dan kesatuan kendali atas alam bawah sadar dengan kontrol kinestetik, hati dan pikiran. Proses Latihan dilakukan di Rumah Atsiri sebagai pilihan lokasi presentasi karya monolog. Hal ini bertujuan untuk pembiasaan diri dengan ekosistem serta menjalin kesatuan rasa dengan atmosfer alam pegunungan Lawu. Penjelajahan Rumah Atsiri juga dilakukan sepanjang proses *rehearsal* sebagai penguatan materi presentasi agar antara sajian karya *wellness* dengan ekosistemnya lebih dapat terbingkai erat.

BAB IV DESKRIPSI KARYA

A. Ide Penciptaan

Sumber ide penciptaan karya tari dapat ditemukan secara tidak terduga seperti halnya wahyu, yang muncul dan mengalir sepanjang pencipta karya memiliki kepekaan atas kesadaran fenomena sekitarnya. Fenomena-fenomena sosial budaya yang masif bersifat kompleks dan dinamis perkembangannya. Kompleksitas fenomena sosial masa ini tentu tidak terlepas dari begitu cepatnya pemutahiran teknologi, percepatan laju informasi dan mobilisasi manusia. Terbukanya akses global selalu menuntut adanya adaptasi dan pemikiran yang sigap, termasuk dalam menentukan pilihan sikap untuk tetap eksis berkarya tanpa kehilangan kekhasan jati diri. Artinya eksis berkarya dengan tidak hanyut pada tren global semata, tetapi ada pilihan-pilihan karakter yang tetap menjadi ciri yang melabel. Fenomena sosial budaya yang sedang *trending* atau populer begitu mudah untuk diakses di belahan bumi manapun. Masa ini panggung terbuka lebar dan siapapun dapat dengan mudah meraih popularitas, namun tidak sedikit yang tenggelam dan hanya sesaat menjadi bagian dari panggung maya.

Salah satu fenomena yang sedang marak saat ini adalah gerakan *wellness*, yaitu kembali perduli pada keseimbangan kesehatan fisiologis dan psikologis. Rutinitas masyarakat perkotaan yang serba cepat dan padat cenderung berorientasi pada peningkatan gaya hidup atau pemenuhan finansial sangat rentan pada peningkatan tingkat stress masyarakat usia produktif. Maka dengan tren *wellness* ini, masyarakat kembali disadarkan akan pentingnya menjaga keseimbangan pola piker, pola hidup sehat dan gaya hidup natural untuk menjaga kesehatan mental. Kesadaran pada peningkatan kondisi kesehatan atau *wellness* sangat berhubungan dengan munculnya banyak aktivitas dan tempat yang menawarkan *healing* kesehatan terkait fisiologis dan psikologis diantaranya yoga, senam kebugaran, penyembuhan holistik, meditasi, dan retreat kesehatan.

Menyikapi tren *wellness* dirasa perlu adanya inovasi dalam penciptaan karya alternatif yang memasukkan unsur *wellness* ini sebagai roh karya. Inovasi

untuk penawaran alternatif dengan proses penciptaan karya yang tidak berhenti pada persoalan pengolahan segmentasi tubuh semata. Penciptaan karya yang tidak berhenti di ranah pemikiran artistik dan estetik, tetapi memasukkan pemikiran tentang upaya pencapaian yang membahas persoalan kesehatan fisik, mental, dan spiritual sebagai jiwa karya. Penciptaan karya yang menjadi sarana alternatif dalam peningkatan *wellness*. Sebuah karya yang tidak untuk kepentingan hayatan estetik, tetapi lebih pada estetik yang mengandung gerakan pembangkit kesadaran akan pentingnya peningkatan *wellness*.

Penawaran karya alternatif tetap mempertimbangkan pemikiran dan konsep estetika Jawa sebagai frem ideologi penciptaan. Jiwa tradisi tetap menjadi pegangan, meskipun secara tampilan terdapat perpaduan dengan berbagai eksperimen unsur kebaruan. Karya alternatif tetap menerapkan konsep *urip mawa urup* yaitu hidup yang selalu menyala memiliki tujuan, semangat dan penuh energi. *Urip hanguripi* yaitu menerapkan nilai hidup sehingga memberi makna dalam lingkungan masyarakat, dalam hal ini sebagai penggalak kesadaran akan peningkatan *wellness* melalui karya seni. Pada prinsipnya karya seni tidak berhenti pada kebutuhan pribadi diri pencipta, tetapi untuk menstimulasi masyarakat hingga perbaikan peradapan. Dengan karya seni pesan yang berupa makna dan nilai diharapkan dapat membangkitkan kesadaran dan gerakan atau aksi *wellness* yang berkelanjutan, mungkin dengan penemuan bentuk-bentuk yang berbeda lagi. Maka jika kesadaran tersebut mampu dikampanyekan, seorang seniman sebagai pencipta karya dianggap mampu mewujudkan *tembung*, *tembang*, dan *tandang* yang lebih luas, dan menjangkau luar ranah artistik.

Keluasan wawasan dan sikap belajar yang tidak cepat puas dengan suatu capaian, akan memberikan kesadaran bahwa karya tidak selalu sempurna dan selalu ada celah untuk sebuah pengembangan. Ketika pencipta karya memiliki pemahaman *tembung*, *tembang*, dan *tandang*, matang dalam kepenarian, teknik vokal, penguasaan musik gamelan dan nongamelan, teatrikal, monolog/dialog kesemua kapasitas tersebut akan memberi peluang kreasi yang lebih variatif dalam berkarya. Beragam kemampuan tersebut juga memberi pengaruh pada

pembentukan *greget* pertunjukan, artinya ada sinergi energi antara karya dengan ekosistem dan memunculkan kekuatan karakter atau roh pertunjukan yang unik.

B. Bentuk Karya

Karya cipta monolog opera akapela tari berjudul “*Wellness*” merupakan hasil percobaan penciptaan dengan eksperimen kombinasi (*hybrid*). Eksperimen kombinasi memungkinkan temuan bentuk yang menambah variasi berdasarkan sifat khas dari sumber-sumber rujukan. Bagian yang ditampilkan merupakan sifat khas yang dianggap dominan, kunci yang mewakili dan divariasikan dengan penonjolan tiap karakter saling melekat dan mengisi celah yang ada. Variasi bentuk performen baru ini memiliki bentuk yang lebih padat dan lugas. Karya berbentuk monolog opera akapela tari yang dikombinasikan dan dipresentasikan dengan gaya workshop. Seperti pada pola workshop pada umumnya terdapat pembicara dan peserta, namun workshop sebagai presentasi karya ini berhasil menempatkan peserta sebagai bagian dari pertunjukan itu sendiri. Artinya peserta tidak dianggap sebagai penonton pasif, tetapi ada kalanya penonton diarahkan untuk mencoba melakukan pertunjukannya sendiri berupa monolog yang dikreasikan dengan unsur teatrikal dan musikalnya sendiri.

Kemasan karya berkonsep workshop juga menggunakan alat peraga proyektor untuk penyampaian dan pembahasan materi *wellness* dari sisi estetika Jawa dengan media *power point*. Namun presentasi yang dilakukan bukan berupa ceramah satu arah, tetapi lebih pada gaya monolog yang juga mengajak peserta mencoba mengutarakan pikirannya dengan gaya serupa. Pemateri menyampaikan uraian presentasinya dengan gaya teatrikal dan monolog sepanjang paparan materi. Teknik vokal yang dipilih merupakan perpaduan antara *cengkok tembang* Jawa dan gaya *acapella* Barat yang telah melekat sebagai karakter vokal pada diri Matheus Wasi Bantolo. Presentasi menggunakan Bahasa Indonesia dan beberapa istilah dalam Bahasa Jawa, sehingga peserta dari luar budaya Jawa tetap dapat memahami dan mengerti materi presentasi.



Gambar 1. Presentasi materi Workshop 'Beksa Jawa Wellness'
(Foto: Dokumentasi Wasi 2022).



Gambar 2. Presentasi materi 'Beksa Jawa Wellness' dengan cara Monolog Opera Akapela Tari
(Foto: Dokumentasi Wasi 2022).

Penciptaan monolog yang lebih bersifat refleksi dan relaks ini tentu tidak dapat dilakukan tanpa adanya kemapanan teknik terkait kemampuan olah vokal dan gerak tari. Berpijak dari pengalaman dan proses penciptaan sebelumnya, peneliti berfokus pada mengembangkan karya yang berawal dari kesadaran olah vokal dan gerak tari untuk penciptaan karya monolog opera akapela tari. Gaya presentasi yang memasukkan unsur teatrikal opera tentu menjadi cara baru dalam penyampaian suatu materi presentasi. Pemateri menarik fokus para peserta dan menciptakan sensasi suasana workshop yang jauh dari kesan membosankan dan monoton. Gaya presentasi monolog menarik penonton masuk pada ranah hening

dan tingkat fokus yang lebih dalam karena peserta lebih cenderung terkesima dengan tiga media sekaligus, yaitu visual gerak tari, irama vokal, dan ekspresi monolog. Perpaduan ketiganya mampu menciptakan presentasi materi yang lebih bersifat menyenangkan dan merangsang perasaan candu untuk menyimak materi dalam rangkaian kejutan improfisasi dari suatu refleksi monolog.

Konsentrasi pada paparan materi dan kesadaran eksplorasi akan kemampuan diri justru mewarnai percobaan ini, artinya kesadaran kemampuan diri dapat muncul ketika ada rangsang dan motivasi untuk mencoba. Bentuk-bentuk yang terkadang melebihi ekspektasi menjadi bentuk kejutan untuk diri sendiri, temuan yang tidak terduga dan selalu ada potensi pengembangan atas sebuah temuan awal (embrio). Kesadaran atas sebuah titik temuan tentu diperoleh dengan keterlatihan jangka panjang, serta dipengaruhi oleh akumulasi wawasan dan pengalaman. Kesadaran akan kapasitas diri dan kemampuan membaca peluang dari rangsang yang datang ini yang kemudian menjadi bekal utama penciptaan kreasi-kreasi alternatif. Temuan kreasi alternatif diharapkan mampu memperlebar jangkauan ekspresi seni pertunjukan. Sehingga memicu bentuk-bentuk seni pertunjukan yang lebih dapat melebur dengan berbagai bentuk lain sehingga menambah warna dari seni pertunjukan itu sendiri.

Bentuk karya mengacu pada model presentasi monolog yaitu dengan melakukan narasi tunggal berupa penyampaian materi kepada para peserta dengan cara yang tidak biasa. Pemateri dengan menggunakan permainan variasi nada, irama intonasi kata-kata ditambah dengan ekspresi teatral opera. Pemateri secara tunggal melakukan monolog yang direspon dengan gerak-gerak improfisasi oleh satu orang penari. Sebagai sebuah akapela maka karya ini tidak menggunakan instrumen alat musik. Monolog akapela tari berbentuk sajian karya opera tari yang tidak menggunakan instrumen musik. Gerak tari dilakukan berdasarkan alunan suara sebagai rangsang gerak, dimana suara yang muncul berasal dari intensitas bunyi yang dihasilkan oleh penari yang berwujud suara-suara berlagu, humming, bubbling, hentakan-hentakan suara tanpa nada, dan syair-syair dialektikal. Suara dan gerak tubuh tersebut berhubungan dengan enam dimensi kesehatannya yaitu fisik, mental, emosional, spiritual, sosial, lingkungan, serta prinsip-prinsip Jawa

Wellness seperti *aromatic, therapy, herbal, food nutrition* dan *exercise*.



Gambar 3. Workshop sebagai pertunjukan Monolog Opera Akapela Tari
(Foto: Dokumentasi Wasi 2022).



Gambar 4. Pengarahan peserta workshop untuk mencoba melakukan Monolog Opera Akapela Tari
(Foto: Dokumentasi Wasi 2022).

Proses suara kinestetik tari didukung dengan aroma-aroma terapi minyak atsiri yang sengaja ditebarkan selama proses presentasi materi. Aroma terapi dijadikan media promotif *wellness* sepanjang melakukan monolog akapela tari. Aroma terapi memberi dampak fisiologis dan psikologis yang bermanfaat bagi para peserta, dan membantu mewujudkan suasana natural yang beserta ekosistem hawa pegunungan. Lokasi presentasi karya yang berada di komplek Edurekreasi

Rumah Atsiri Indonesia di Plumbon, Tawangmangu dipilih sebagai pendukung ekosistem sajian karya *wellness*. Rumah Atsiri yang berada di pegunungan Lawu memiliki suasana yang rindang dengan hawa sejuk dan suara-suara hewan khas hutan tropis. Rumah Atsiri memiliki *museum essential oil*, resto, dan *tour aromatic garden* dengan beragam koleksi tanaman atsiri.



Gambar 5. Lokasi presentasi Monolog Opera Akapela Tari
(Foto download dari <https://jadwaltravel.com/wp-content/uploads/2020/01/Rumah-Atsiri.jpg>).

Pertimbangan pemilihan lokasi presentasi karya *wellness* berdasarkan kesesuaian materi workshop dengan suasana dan fasilitas layanan yang disediakan Rumah Atsiri Indonesia. Dengan demikian diharapkan setiap peserta lebih dapat menerima manfaat dan informasi terkait *wellness* dengan lebih utuh, merasakan kesatuan ekosistem yang lebih natural, serta kesan yang membekas terkait kesadaran akan kontrol kesehatan berdasarkan *wellness* dengan konsep Jawa. Peningkatan kesadaran peserta karya terhadap suara yang menubuh dan *wellness* berdasarkan konsep-konsep Jawa diharapkan menjadi stimulasi untuk ekosistem dunia seni yang lebih sadar pada isu *wellness*. Pembuka wawasan untuk ruang kreasi yang tidak berhenti pada masalah artistik dan estetis, tetapi mulai berpikir untuk mencoba membuka ruang baru dengan ranah lebih luas.

Kesatuan elemen-elemen pembentuk karya

| Bagian | Tampilan Slate PPT | Elemen Suara, Gerak, Visual |
|--------|--|--|
| 1 |  <p data-bbox="373 864 917 891">Gambar 6. Screenshot PPT Beksan Jawa Wellness</p>  <p data-bbox="373 1433 917 1460">Gambar 7. Screenshot PPT Beksan Jawa Wellness</p> | <p data-bbox="1015 344 1390 853">Bagian pembuka workshop, pemateri (Wasi) berdiri di depan para peserta dengan <i>adeg</i> menari. Mulai bervokal memperkenalkan diri dan menyapa peserta dengan menggunakan pengembangan <i>cengkok tembang Jawa</i>. Pilihan suara cenderung santai, lambat, bernada tinggi dan vokal panjang. Sehingga terbentuk suasana menenangkan dan cenderung hening.</p> <p data-bbox="1015 891 1382 1218">Memasuki pembahasan materi, vokal pemateri lebih mengarah pada monolog dengan ekspresi teatrical yang cenderung lebih lugas dengan kalimat-kalimat yang diucapkan secara singkat (tidak seperti <i>tembang Jawa</i>).</p> <p data-bbox="1015 1256 1390 1693">Gerak yang dilakukan cenderung lambat tanpa banyak motif gerak, gerakan tangan variasi <i>ukelan</i> mengikuti irama dari vokal dengan beberapa penekanan. Bagian ini lebih berfokus pada arah tatapan mata yang mengarah pada para peserta, sehingga ada perhatian dan kontak mata antara pemateri dengan peserta.</p> |

MATERI JOGED
(7 HARI @ 90 MENIT)

MATERI

1. Prinsip-prinsip dasar tari Jawa serta pernafasan level dasar, kepekaan indra, dan *solar plexus*.
2. Sikap dasar tari Jawa yang berhubungan dengan gravitasi.
3. *Conditioning* (pernafasan, dan ketahanan) dengan kelenturan dan Kekuatan.
4. *Conditioning* dan keseimbangan dengan variasi gerakan mengalir.
5. Gabungan dari unsur *conditioning* dengan variasi gerakan berpota.
6. Gabungan dari unsur *conditioning* dengan rangkaian pola gerak secara mengalir.
7. Inisiasi gerak berdasarkan prinsip dasar.

Capaian Indikator

1. Kemampuan menjelaskan prinsip-prinsip dasar tari Jawa serta pernafasan level dasar, kepekaan indra, dan *solar plexus*.
2. Kemampuan me-raga-kan sikap dasar tari Jawa yang berhubungan dengan gravitasi.
3. Kemampuan me-raga-kan gabungan dari unsur, *conditioning* (pernafasan, dan ketahanan) dengan kelenturan dan Kekuatan.
4. Kemampuan me-raga-kan gabungan dari unsur *conditioning* (pernafasan, ketahanan, kelenturan, kekuatan) dan keseimbangan dengan variasi gerakan mengalir.
5. Kemampuan me-raga-kan gabungan dari unsur *conditioning* dengan variasi gerakan berpota.
6. Kemampuan me-raga-kan rangkaian pola gerak secara mengalir.
7. Kemampuan me-raga-kan inisiasi gerak.

Gambar 8. Screenshot PPT Beksan Jawa Wellness

MATERI SOLAH
(3 HARI @ 90 MENIT)

MATERI

- Konsep Tari Jawa dan *Conditioning*
- Pernafasan dan *Conditioning* (Ketahanan)
- Kelenturan dan Kekuatan
- *Conditioning* (Pernafasan, Ketahanan, Kelenturan, dan Kekuatan), dan Keseimbangan

CAPAIAN INDIKATOR

1. Kemampuan menjelaskan prinsip-prinsip dasar tari Jawa serta pernafasan level dasar, kepekaan indra, dan *solar plexus*.
2. Kemampuan me-raga-kan sikap dasar tari Jawa yang berhubungan dengan gravitasi dan kesadaran gerak dengan dorongan terpusat pada panggul.
3. Kemampuan me-raga-kan gabungan dari unsur, *conditioning*, (pernafasan, ketahanan, kelenturan, kekuatan, dan keseimbangan dengan variasi gerakan mengalir).

Gambar 9. Screenshot PPT Beksan Jawa Wellness

MATERI SOLAH
(1 HARI @ 120 MENIT)

MATERI

1. Konsep Tari Jawa, *conditioning*, dan pernafasan
2. Ketahanan, kelenturan, kekuatan, dan keseimbangan

Capaian Indikator

1. Kemampuan menjelaskan prinsip-prinsip dasar tari Jawa serta pernafasan level dasar, kepekaan indra, dan *solar plexus*.
2. Kemampuan me-raga-kan sikap dasar tari Jawa yang berhubungan dengan gravitasi.
3. Kemampuan me-raga-kan gabungan dari unsur, *conditioning*, (pernafasan, ketahanan, kelenturan, kekuatan, dan keseimbangan dengan variasi gerakan mengalir).

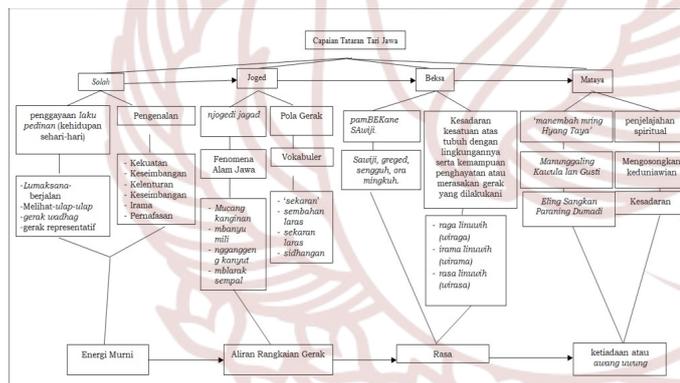
Gambar 10. Screenshot PPT Beksan Jawa Wellness

Memasuki materi salah, pemateri mulai melakukan perubahan dinamika gerak menjadi lebih aktif dengan permainan level sedang (*mendak*) dan tinggi (adeq *tegak*), pemateri mulai melakukan transisi perpindahan posisi sabil melakukan vokal yang pada bagian tertentu dibuat panjang, atau bernada tinggi. Irama gerak mengikuti irama vokal, Ketika vokal cepat gerak cenderung lebih dinamis sedangkan vokal lambat gelak cenderung mengalir (*banyu mili*).

Busana yang dikenakan tidak berubah sepanjang jalannya karya. Busana bagian atas berupa baju tenun dengan modifikasi motif *lurik* berwarna ungu abu-abu dan variasi untaian-untaian benang yang menjuntai Panjang di sisi tepi badan bawah pakaian. Busana bagian bawah menggunakan celana dengan model longgar, mengembang di bagian atas dan slim di bagian pangkal kaki bawah. Kain celana berbahan ecoprint dengan latar warna krem.

| BUDAYA JAWA | TARI JAWA | BUDAYA HINDHI | YOGA |
|---|--|-----------------------------------|---|
| Negarakertagama Sastra Gendhing Wulangreh Wedhatama Centhini | Joged Mataram Wedhataya Kridhawayangga Wedhapradangga | Natya Sastra The Dance of Siva | Natya Sastra The Dance of Siva |
| Rasa | Rasa | Rasa | Rasa |
| Kesadaran | Kesadaran | Kesadaran | Kesadaran |
| Pambekane Sawiji (Esa) | Beksa | Sthāyibhāva | Kesatuan konsentrasi |
| Eling Sangkan Paraning Dumadi Keblat papat lima pancer Sedulur papat lima pancer | Sawiji, greged, sungguh, ora mingkuh; Wiraga wirama, wirasa; Kesadaran ruang, waktu, energi; Pernafasan, ketahanan, keseimbangan, kelenturan | Bhakti | Bhakti sebagai totalitas penyerahan diri dan pengabdian; Konsentrasi Jiwa; Kontemplasi; Kesadaran ruang, waktu, energi; Pernafasan, ketahanan, keseimbangan, kelenturan |
| manunggaling kawula lan Gusti | Mataya | Moksha | Meditasi |

Gambar 11. Screenshot PPT Beksan Jawa Wellness

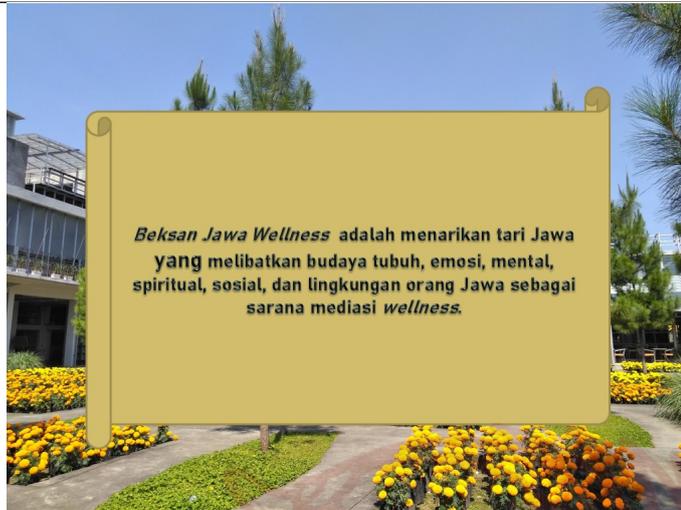


Gambar 12. Screenshot PPT Beksan Jawa Wellness

Memasuki bagian inti pembahasan terdapat empat topik yaitu persoalan *solah*, *joged*, *beksa*, *mataya*. Presentasi keempatnya dilakukan secara berurutan dengan penekanan perubahan karakter vokal monolog pada tiap awal peralihan materi. Hal ini untuk memberi penekanan dan tanda perpindahan pembahasan tiap materi.

Pada setiap memasuki materi baru monolog dilakukan dengan nada yang lebih tegas, posisi yang tiba-tiba berhenti berubah (terdapat semacam hentakan) kemudian berangsur-angsur menurun kembali ke fase yang stabil. Begitu seterusnya sampai dengan pembahasan *mataya*. Hentakan atau penekanan pada bagian pelahan ini memberi kesan alur penyampaian yang berdinamika naik turun.

Dinamika vokal monolog lebih beragam, diikuti gerak tubuh yang lebih sering berpindah posisi, berputar, berjalan, sikap tubuh lebih cepat berubah dengan pengembangan vokabuler gerak tari *alusan*. Ekspresi wajah lebih serius dengan mengikuti perubahan *kendo-kenceng* vokal.



Gambar 13. Screenshot PPT Beksan Jawa Wellness

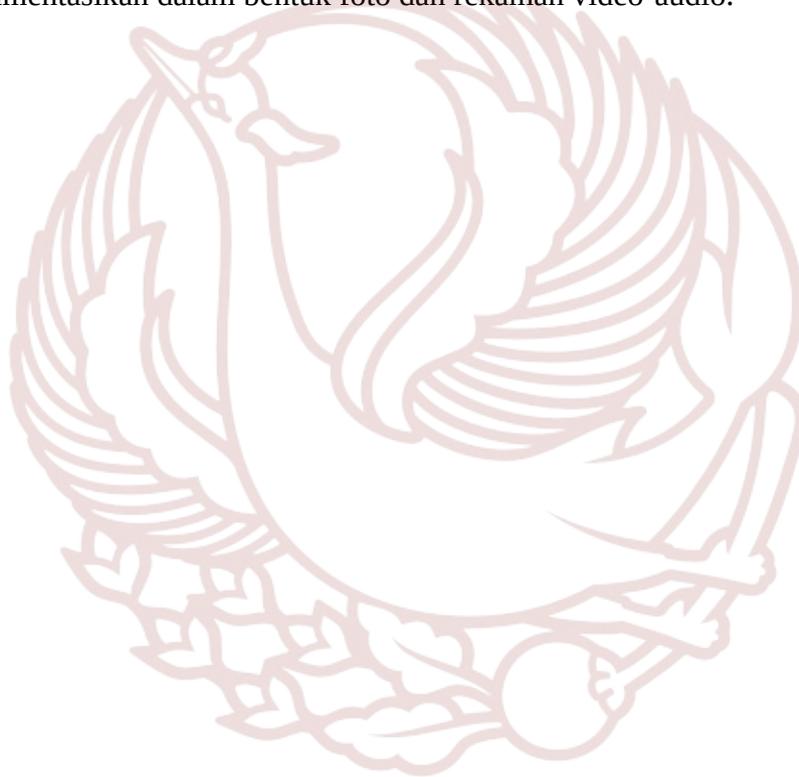
Bagian penutup vokal monolog kembali terasa lebih santai dengan penekanan suara yang lebih ringan. Gerak tubuh kembali melambat dan cenderung lebih tenang mengalir.

Pada bagian ini peserta diberi kesempatan untuk bertanya atau mengutarakan kesannya dengan mencoba gaya pemateri. Peserta mengutarakan pikirannya dengan melakukan monolog dengan *cengkok tembang Jawa*, dalam posisi duduk *silo alusan*.

Presentasi ditutup dengan ucapan terima kasih yang ditembangkan dengan nada panjang dan *cengkok gerong* bersuara agak besar berat bersemangat.

LUARAN PENELITIAN ARTISTIK

Fenomena *wellness* yang diangkat sebagai ide pokok karya digarap dalam wujud monolog opera akapela tari, dan dipresentasikan dalam bentuk kegiatan workshop dengan gaya penyampaian yang sangat berbeda dengan kegiatan workshop pada umumnya. Pemateri menyampaikan paparan materi dengan cara mempraktekkan konsep suara yang menubuh, yaitu intensitas gerak yang dirangsang dari intensitas suara (vokal akapela). Karya disajikan secara tunggal dengan perpaduan ekspresi monolog teatrical opera tari. Luaran penelitian merupakan ciptaan bentuk alternatif presentasi monolog opera akapela tari yang didokumentasikan dalam bentuk foto dan rekaman video-audio.



DAFTAR ACUAN

A. Daftar Pustaka

- Agustini, Ni Made Yanthi Ary, and Hilda Sudhana. 2014. "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Konsentrasi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Dalam Mengerjakan Soal Ulangan Umum." *Jurnal Psikologi Udayana* 1 (2): 271–78. <https://doi.org/10.24843/jpu.2014.v01.i02.p06>.
- Budi, Putu Indah. 2019. "Meditation For A Better Life As A Potential Wellness Toursm In Bali." *Faktor Penyebab Stres Pada Tenaga Kesehatan Dan Masyarakat Pada Saat Pandemicovid-19* 3 (2): 71–83.
- Darmawan, I, I Sastrawan, and Warnata. 2021. "Wellness Center Di Kota Denpasar Dengan Pendekatan Healing Environment." *Ilmiah Arsitektur* 9 (1): 134–42.
- Dorris, George. 2012. "The Metropolitan Opera Ballet, Fresh Starts: The Influence of the Ballets Russes, 1917-1919." *Dance Chronicle* 35 (3): 281–314. <https://doi.org/10.1080/01472526.2012.721077>.
- Gunawan, Nanang Erma. 2014. "Wellness: Paradigma, Model Teoretik, Dan Agenda Penelitian Konseling Di Indonesia," no. April: 1–12.
- Hanna, Judith Lynne. 1995. "The Power of Dance: Health and Healing." *Journal of Alternative and Complementary Medicine* 1 (4): 323–31. <https://doi.org/10.1089/acm.1995.1.323>.
- Haryono, Sutarno. 2012. "Implementasi Konsep Langendriya Mandraswara Terhadap Seniman Muda." *Panggung* 22 (1): 221–24. <https://doi.org/10.26742/panggung.v22i1.38>.
- Kennedy, Fenella. 2017. "Rethinking the Travesty Dancer: Questions of Reading and Representation in the Paris Opera." *Dance Chronicle* 40 (2): 192–210. <https://doi.org/10.1080/01472526.2017.1321374>.
- Mäkelä, Maarit, Nithikul Nimkulrat, D. P. Dash, and Francois X. Nsenga. 2011.

“On Reflecting and Making in Artistic Research.” *Journal of Research Practice* 7 (1): 1–12.

Rome, Amy. 2007. ' *The Voice Embodied : A Practice-Based Investigation through the Praxes of Noah Pikes, Enrique Pardo, and Linda Wise*. Preston: University of Central Lancashire.

Savitri, Ni Wayan Gita Sadhana, and I Nyoman Sukma Arida. 2019. “Peran Elit Desa Dalam Pengembangan Wellness Tourism Di Desa Adat Bindu, Desa Mekar Bhuana, Kecamatan Abiansemal, Kabupaten Badung.” *Jurnal Destinasi Pariwisata* 7 (1): 11.
<https://doi.org/10.24843/jdepar.2019.v07.i01.p02>.

Seaton, R. K., D. Sharp, and D. N. Pim. 2014. “Pitch Drift in a Cappella Western Choral Music: The Outcomes of a Survey as Part of an Ongoing Phd Research Project.” *Proceedings of the Institute of Acoustics* 36: 312–19.

Sellars, Peter. 2004. “Exits and Entrances: On Opera.” *Contemporary Theatre Review* 14 (1): 107–9. <https://doi.org/10.1080/1026716032000182038>.

Sheppard, Alexa, and Mary C. Broughton. 2020. “Promoting Wellbeing and Health through Active Participation in Music and Dance: A Systematic Review.” *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being* 15 (1). <https://doi.org/10.1080/17482631.2020.1732526>.

Wai Chen, Jason Chi. 2018. “Group Creativity: Mapping the Creative Process of a Cappella Choirs in Hong Kong and the United Kingdom Using the Musical Creativities Framework.” *Music Education Research* 20 (1): 59–70.
<https://doi.org/10.1080/14613808.2017.1290594>.

Whittall, Arnold, and Arnold Whittall. 2015. “New Opera , Old Opera : Perspectives on Critical Interpretation,” no. April 2010: 181–98.
<https://doi.org/10.1017/S0954586710000078>.

Widyastutieningrum, Sri Rochana. 2018. “Reviving Wayang Orang Sriwedari in

Surakarta: Tourism-Oriented Performance.” *Asian Theatre Journal* 35 (1): 100–111. <https://doi.org/10.1353/atj.2018.0015>.

B. Narasumber

1. Silvester Pamardi, 61 tahun seniman, dosen Institut Seni Indonesia (ISI) Surakarta.
2. Wahyu Santoso Prabowo, 67 tahun, seniman.

C. Diskografi

1. Karya Arok *The Godfather’s Soliloquy* (2010), dokumentasi pribadi.
2. “*Opera Tanding Gendhing - The Mother’s*” (2018), dokumentasi pribadi.
3. “*Kayungyun: The Topeng Opera*” (2012), dokumentasi pribadi.

LAMPIRAN 1

JADWAL PELAKSANAAN