

Estetika Gerak Dan Makna: Post-Traumatic Stress Disorder dalam Karya Tari *Memori Bumi*

Dendi Wardiman^{1)*}, Ali Sukri²⁾

¹⁾ Program Studi Pengkajian dan Penciptaan Seni, Pascasarjana Institut Seni Indonesia Padangpanjang.

²⁾ Program Studi Penciptaan Seni Magister Terapan, Pascasarjana Institut Seni Indonesia Padangpanjang.

*Corresponding Author

Email : wardimandendy@gmail.com

How to cite: Wardiman, D., & Sukri, A. (2025). Estetika Gerak Dan Makna: Post-Traumatic Stress Disorder dalam Karya Tari *Memori Bumi*. *In Laboratory Journal*, 3(1): 44-52.

Article History : Received: Sep 28, 2024. Revised: Dec 29, 2024. Accepted: Jan 25, 2025

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman emosional dan psikologis individu yang mengalami gangguan Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) akibat bencana alam, khususnya gempa bumi Sumatera Barat tahun 2009, dan merepresentasikannya dalam karya tari sebagai medium refleksi dan penyembuhan. Trauma mendalam yang dialami korban, termasuk mimpi buruk, ketakutan berulang, hingga gangguan fisik yang disebabkan oleh PTSD, membutuhkan pendekatan kreatif untuk diolah dan diekspresikan. Seni tari dipilih sebagai media utama untuk menggambarkan perjalanan trauma. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan eksploratif. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan penyintas PTSD, observasi, dan eksplorasi gerakan tubuh dalam lokakarya kreatif. Proses penciptaan tari mengadaptasi teori gerak somatik dan improvisasi untuk menggali pengalaman emosional partisipan. Selain itu, teori psikologi warna digunakan untuk mendukung ekspresi visual, dengan warna merah dan hitam sebagai simbol intensitas trauma dan ketakutan mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seni tari mampu menjadi medium penyembuhan bagi penderita PTSD. Melalui eksplorasi gerakan spontan dan repetitif, penderita dapat mengungkapkan emosi terpendam dan merefleksikan pengalaman traumatis mereka. Karya tari "Memori Bumi" berhasil merepresentasikan fase perjalanan korban PTSD, mulai dari trauma awal, pergulatan emosional, hingga fase refleksi dan penerimaan. Dengan memadukan elemen gerakan tubuh, pencahayaan, musik digital, dan penggunaan properti simbolik, karya ini tidak hanya berfungsi sebagai ekspresi estetis, tetapi juga medium terapeutik. Penelitian ini menegaskan bahwa seni tari memiliki potensi untuk menjembatani trauma psikologis dengan proses kreatif, menawarkan ruang refleksi dan harapan bagi individu yang mengalami gangguan PTSD.

KEYWORDS

Estetika Gerak
Makna
Post-Traumatic Stress
Disorder
Karya Tari

This is an open
access article under
the [CC-BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)
license



PENDAHULUAN

Gempa Sumatera Barat 2009 merupakan salah satu bencana alam terbesar yang pernah melanda Indonesia. Peristiwa ini terjadi pada tanggal 30 September 2009, dengan guncangan kuat yang menyebabkan kerusakan parah di berbagai wilayah, terutama di Padang Pariaman, tepatnya di daerah Cumanak, Kenagarian Tandikek. Gempa bumi sendiri merupakan aktivitas guncangan yang disebabkan oleh tumbukan dan patahan antar lempeng bumi (Murtianto, 2016). Kerusakan yang ditimbulkan oleh gempa ini tidak hanya bersifat fisik atau material, seperti kehancuran bangunan dan infrastruktur, tetapi juga memberikan dampak psikologis yang mendalam bagi masyarakat yang mengalaminya (Dwidiyanti et al., 2018). Trauma psikologis akibat gempa bumi ini menjadi beban mental yang berat bagi para korban, yang dalam banyak kasus berkembang menjadi gangguan stres pascatrauma atau

Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) (Rohmah et al., 2023).

PTSD merupakan gangguan kecemasan yang muncul setelah seseorang mengalami atau menyaksikan peristiwa traumatik yang mengancam keselamatan atau kehidupan mereka. Peristiwa traumatik tersebut dapat berupa bencana alam, kecelakaan lalu lintas, kekerasan fisik atau seksual, perang, penganiayaan, luka bakar parah, serta insiden lain yang memberikan tekanan psikologis yang besar (Aprily, Insani, & Merliana, 2022). Gangguan ini ditandai dengan kesulitan individu untuk pulih dari pengalaman traumatis, sering kali disertai dengan gejala seperti kilas balik traumatis, mimpi buruk, kecemasan yang berlebihan, serta penghindaran terhadap situasi yang mengingatkan mereka pada kejadian tersebut (Aryuni, 2023).

Bagi penderita PTSD, trauma masa lalu sering kali hadir tanpa peringatan, menciptakan refleks tubuh yang sulit dikendalikan. Hal ini dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka secara signifikan, menyebabkan isolasi sosial, gangguan emosional, hingga kesulitan dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, berbagai metode telah dikembangkan untuk membantu individu dalam mengatasi PTSD, salah satunya adalah terapi berbasis seni, termasuk tari.

Tari sebagai ekspresi tubuh memiliki peran penting dalam proses penyembuhan trauma. Gerakan tari tidak hanya berfungsi sebagai bentuk komunikasi nonverbal, tetapi juga menjadi ruang refleksi bagi individu untuk melepaskan emosi yang terpendam akibat pengalaman traumatik. Dalam konteks penyembuhan PTSD, tari dapat digunakan sebagai sarana untuk mengekspresikan perasaan yang sulit diungkapkan dengan kata-kata. Melalui gerakan yang bebas dan intuitif, penderita PTSD dapat merasakan kembali kendali atas tubuh dan emosinya, serta menciptakan hubungan baru dengan pengalaman masa lalu yang traumatis.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana pengalaman emosional dan psikologis individu yang mengalami PTSD dapat diwujudkan dalam proses penciptaan karya tari. Dengan menjadikan gerakan sebagai medium refleksi dan pemulihan, penelitian ini berupaya untuk memahami bagaimana seni tari dapat berkontribusi dalam penyembuhan trauma yang dialami korban gempa Sumatera Barat 2009. Selain itu, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi praktisi seni dan terapi tentang potensi tari dalam membantu proses pemulihan individu yang mengalami gangguan PTSD.

Dengan demikian, kajian ini tidak hanya menyoroti dampak psikologis dari bencana alam tetapi juga menggali bagaimana seni dapat menjadi alat terapeutik yang efektif. Harapannya, tulisan ini dapat menjadi dorongan bagi individu yang mengalami PTSD untuk menemukan cara alternatif dalam menghadapi dan mengatasi trauma mereka melalui seni tari, serta memberikan kontribusi bagi pengembangan metode penyembuhan trauma berbasis seni di Indonesia.

METODE

Mujiono mengatakan Penciptaan karya seni dipandang sebagai suatu problematika yang erat kaitannya dengan pengukapan ekspresi, serta perasaan manusia, smaka representasinya membutuhkan suatu metode (Rajudin, Miswar, and Muler 2020). Dalam penulisan ini peneliti menggunakan metode kualitatif. Metode kualitatif mengkonstruksi realitas dan memahami maknanya, sehingga, penelitian kualitatif biasanya memeperhatikan proses, peristiwa, dan otentisitas (Somantri 2005).

Metode penciptaan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang berfokus pada eksplorasi pengalaman emosional dan psikologis individu dengan gangguan PTSD melalui medium tari. Metode kualitatif memungkinkan peneliti untuk memahami realitas sosial dan subjektivitas individu secara mendalam, sebagaimana dikemukakan oleh

Creswell (2014), yang menyatakan bahwa penelitian kualitatif menekankan pada pemaknaan yang diberikan oleh partisipan terhadap pengalaman hidup mereka. Dalam konteks ini, penciptaan karya seni tari diarahkan sebagai medium untuk merepresentasikan pengalaman traumatik sekaligus menawarkan ruang refleksi dan penyembuhan bagi individu yang terlibat. Penelitian ini mengadaptasi pendekatan somatik dalam seni tari, yang berakar pada teori Rudolf Laban tentang analisis gerak. Laban (1950) mengemukakan bahwa gerakan manusia tidak hanya merefleksikan fisik tetapi juga ekspresi emosional yang mendalam (Robbins, Gouw, and Hanna 1989). Melalui eksplorasi gerakan tubuh, individu dapat mengungkapkan emosi yang mungkin sulit diungkapkan secara verbal. Oleh karena itu, metode penciptaan karya tari dalam penelitian ini melibatkan eksplorasi gerakan improvisasi untuk menggali dan merefleksikan pengalaman traumatik partisipan. Proses ini juga sejalan dengan pandangan Hanna (1987), yang menegaskan bahwa seni tari berperan sebagai terapi dengan cara mengintegrasikan tubuh, pikiran, dan emosi (Hartawan et al. 2020).

Pelaksanaan metode penciptaan dimulai dengan wawancara mendalam untuk memahami pengalaman personal dan emosional partisipan yang mengalami PTSD. Teknik wawancara ini didasarkan pada panduan yang dikembangkan oleh Seidman (2006), yang menekankan pentingnya menggali narasi individu secara mendetail untuk mendapatkan pemahaman holistik. Data dari wawancara ini kemudian diterjemahkan ke dalam eksplorasi gerakan tari melalui lokakarya yang melibatkan partisipan. Proses lokakarya dilakukan secara bertahap, mulai dari gerakan dasar hingga improvisasi yang mencerminkan pengalaman emosional mereka.

Pada tahap akhir, hasil eksplorasi gerakan diformulasikan menjadi karya tari yang utuh. Karya ini tidak hanya merepresentasikan pengalaman koreografer, tetapi juga berfungsi sebagai medium penyembuhan, seni tari memiliki potensi untuk memfasilitasi penyembuhan melalui proses kreatif dan refleksi diri (Sarajar et al. 1991). Dengan demikian, metode penciptaan dalam penelitian ini tidak hanya menghasilkan karya seni, tetapi juga memberikan kontribusi dalam terapi trauma, khususnya bagi individu yang mengalami PTSD akibat bencana alam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bencana gempa bumi yang terjadi di Sumatera Barat pada tahun 2009, khususnya di Dusun Cumanak, Kenagarian Tandikek, menjadi salah satu peristiwa yang meninggalkan trauma mendalam bagi masyarakat setempat. Fenomena ini bukan hanya mencatatkan kerusakan material, tetapi juga luka psikologis yang mendalam bagi para korban. Trauma yang dialami korban, terutama yang bertahan hidup, sering kali berkembang menjadi *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD). Gangguan ini ditandai dengan ingatan berulang, mimpi buruk, hingga respons fisik yang intens terhadap pemicu traumatik (Chan 2017). PTSD tidak hanya menghantui mental korban tetapi juga memengaruhi tubuh mereka, yang secara refleks merespons trauma masa lalu. Berdasarkan wawancara dengan Bapak Ali Munar, salah satu korban selamat, beliau mengungkapkan bahwa suara jeritan dan teriakan masih terdengar jelas dalam pikirannya, yang menunjukkan intensitas dampak psikologis bencana tersebut.

Pengalaman traumatik seperti yang dialami oleh korban gempa ini sering kali membutuhkan medium untuk diolah dan diekspresikan. Seni tari, dalam hal ini, berperan sebagai sarana refleksi dan penyembuhan. Rudolf Laban (1950) mengemukakan bahwa gerak tubuh merupakan representasi mendalam dari emosi manusia yang tidak selalu dapat diungkapkan melalui kata-kata (Bradley 2018). Seni tari memungkinkan korban untuk menjembatani pengalaman traumatik mereka dengan proses kreatif yang dapat membantu

mereka menghadapi ketakutan dan kecemasan. Pada karya tari ini, pengkarya mencoba mentransformasi pengalaman traumatis para korban gempa menjadi simbol gerakan yang tidak hanya menggambarkan kecemasan tetapi juga usaha untuk pulih.



Gambar 1. *Memori Bumi* (Dok. Mursidiq, 2023)

Pendekatan yang digunakan dalam karya ini juga memperhatikan teori psikologi warna sebagai bagian dari ekspresi visual. Menurut Haller (2019), warna merah dan hitam memiliki dampak psikologis yang kuat. Warna merah sering kali diasosiasikan dengan perasaan intens, seperti kecemasan, kemarahan, atau bahaya, sedangkan warna hitam mencerminkan kedalaman ketakutan dan kekelaman. Dalam karya ini, tubuh penari berfungsi sebagai medium, menggunakan cat berwarna merah dan hitam untuk menghasilkan pola-pola pada kanvas yang merepresentasikan memori dan emosi korban PTSD. Pendekatan ini menegaskan bahwa trauma tidak hanya diungkapkan melalui tubuh, tetapi juga melalui elemen visual yang memperkuat makna simboliknya.



Gambar 2. *Eksplorasi Gerakan Tak Beraturan* (Dok. Mursidiq, 2023)

Selain itu, konsep penggunaan kanvas dan cat dalam tari ini menunjukkan bagaimana seni dapat menjadi alat terapeutik bagi korban PTSD. Hanna (1987) menekankan bahwa seni tari, dengan mengintegrasikan tubuh, pikiran, dan emosi, dapat membantu individu menghadapi trauma mereka secara holistik. Proses menciptakan karya ini melibatkan eksplorasi gerakan yang tidak beraturan, sesuai dengan intensitas dan ketidakpastian emosi yang dirasakan oleh korban. Pola-pola yang tercipta di atas kanvas menjadi refleksi visual dari ketidakstabilan dan rasa kehilangan, yang menggambarkan kondisi psikologis para pengidap PTSD secara mendalam.

Karya ini menegaskan bahwa seni tari tidak hanya menjadi media estetis tetapi juga medium penyembuhan. Seperti yang diungkapkan oleh Koch dan Fischman (2011), seni kreatif memiliki kemampuan untuk membantu korban trauma memproses pengalaman mereka dan memulai perjalanan menuju pemulihan. Dalam konteks gempa Sumatera Barat, karya tari ini menjadi bentuk dokumentasi emosional yang tidak hanya memperlihatkan duka dan kehilangan, tetapi juga memberikan ruang bagi penyintas untuk mengolah dan membebaskan diri dari beban traumatik mereka. Dengan demikian, karya ini menjadi pengingat bahwa seni memiliki kekuatan untuk menyembuhkan luka yang sering kali tidak terlihat oleh mata.

Tari *Memori Bumi* mengangkat persoalan yang kompleks tentang penderita gangguan PTSD pasca gempa bumi. Pengkarya menafsirkan psikologis traumatik penderita PTSD melalui beberapa media, bukan hanya tubuh sebagai media utama dalam perwujudan karya tari, tetapi menggunakan medium lain sebagai simbolik yang berperan dalam penyampaian gagasan. Pengkarya menggunakan kain Kanvas dan Cat, sesuai dengan pendapat Haller dalam bukunya yang berjudul *the little book of colour*, warna bukan hanya masalah persepsi visual, ingatan pribadi, dan makna simbolis. Ini memiliki dampak psikologis yang kuat. Warna memiliki kemampuan untuk secara mendalam mempengaruhi bagaimana kita merasa, berpikir, dan mempengaruhi cara kita berperilaku. Setiap warna memiliki efek psikologis yang berbeda-beda, hal ini berkaitan dengan bagaimana warna membawa memori-memori yang identik dengan tempat atau suasana, warna tidak hanya sebagai persepsi visual tetapi, personal memori, atau sebuah simbol, warna memiliki dampak psikologi yang dapat mempengaruhi bagaimana kita berperilaku, berfikir dan apa yang kita rasakan (Oktaviani and Rifai 2008).

Kanvas putih yang digunakan dalam karya ini di tafsirkan sebagai medium interpretasi diri pengidap PTSD, Cat yang digunakan memakai warna Merah dan Hitam, pemilihan warna tersebut diinterpretasikan sebagai bentuk kecemasan dan ketakutan sesuai dengan yang di katakan *Haller* " Merah: merah mempengaruhi kita secara fisik. Warna merah meningkatkan detak jantung, menyebabkan denyut nadi kami terasa untuk mempercepat, yang dapat memberikan kesan bahwa waktu berlalu lebih cepat dari yang sebenarnya "lawan atau lari" fisiologis reaksi yang terjadi dalam menanggapi ancaman atau serangan". Warna hitam memberikan persepsi yang kelam, ketakutan serta diinterpretasikan sebagai kurungan. pemilihan properti ini bertujuan untuk mengungkapkan ekspresi traumatik pengidap PTSD dalam perspektif visual warna yang akan di bentuk oleh gestur tubuh pengidap PTSD. Pengkarya mengilustrasikan secara simbolik dengan tubuh penari melalui cat di atas kain kanvas yang akan membentuk garis-garis yang tidak beraturan, tafsiran pengkarya terhadap ketakutan-ketakutan dan traumatik pengidap PTSD di simbolkan melalui warna merah dan hitam, tubuh penari tersebut berperan sebagai kuas untuk mengilustrasikan perasaan traumatik yang dirasakan penderita gangguan PTSD pasca gempa bumi.



Gambar 3. Ilustrasi Ketakutan Pada Pengidap PTSD (Dok. Mursidiq, 2023)

Ide penggarapan karya tari *Memori Bumi* berangkat dari persoalan gangguan psikologis penderita *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) akibat bencana alam, khususnya gempa bumi. Inspirasi karya ini diambil dari pengalaman pengkarya yang menyaksikan langsung guncangan gempa Sumatera Barat tahun 2009, serta penelitian terhadap narasumber yang mengalami PTSD. Penelitian dilakukan melalui observasi dan wawancara. dengan Mursidiq, seorang penyintas PTSD setelah mengalami tsunami Aceh pada tahun 2004, beliau menceritakan kecemasannya saat berada di ruang sempit, dan Bapak Ali Munar yang terus dihantui mimpi buruk akibat gempa dan longsor di Tandikek tahun 2009. Data ini menjadi dasar eksplorasi konsep dan gagasan untuk karya tari tersebut, dengan fokus pada refleksi trauma yang memengaruhi emosi dan perilaku seseorang. Karya tari ini mengangkat konsep reflektivitas dan spontanitas gerak tubuh penderita PTSD sebagai sarana mengungkap emosi yang terjebak dalam trauma. Menurut Hartati, tari kontemporer mencerminkan aktualitas, gagasan, dan roh kekinian, yang dapat menjadi sarana refleksi kehidupan (Supriyanto et al. 2016).

Dalam karya *Memori Bumi*, pengkarya mencoba menafsirkan gerakan monoton dan repetitif untuk menggambarkan fase emosional penderita PTSD, seperti kesedihan, kemarahan, dan penerimaan. Karya ini juga mengajak penonton merasakan perjalanan batin yang mendalam melalui interaksi gerakan penari, musik digital, dan pencahayaan dinamis. Gerakan tubuh dalam karya ini mengacu pada ekspresi spontan penderita PTSD, yang diolah menjadi bentuk simbolik seperti gerakan terputus-putus untuk menggambarkan ketidakstabilan emosional, gerakan bergetar untuk mencerminkan ketegangan, gerakan reflektif sebagai simbol introspeksi, serta gerakan spiral sebagai metafora siklus trauma yang berulang. Menurut Alma M Hawkins terjemahan Y Sumadiyo Hadi, gerakan tari adalah ekspresi emosional dan mental yang dapat menyampaikan pesan yang kuat kepada penonton (Kusuma, Cerita, and Sutirtha 2021). Simbolisme ini memberikan kedalaman makna pada setiap fase emosi yang dialami penderita PTSD.

Musik dalam karya ini tidak hanya berfungsi sebagai pengiring, tetapi juga sebagai representasi meditatif dari pengalaman penderita PTSD. Musik digital diolah untuk menciptakan suasana yang relevan dengan tiap bagian karya, mulai dari ketegangan hingga refleksi. Menurut Hadi (2011:51), musik dalam tari berperan sebagai pendukung suasana,

baik melalui iringan ritmis maupun ilustrasi emosional yang harmonis. Musik dan tari, dalam karya ini, menjadi elemen yang saling melengkapi untuk menciptakan pengalaman yang penuh makna.

Konsep panggung arena di Gedung Bustanul Arifin Adam memberikan pengalaman yang intim bagi penonton, seolah mereka menjadi bagian dari perjalanan batin penari. Struktur karya ini terbagi menjadi tiga bagian. Bagian pertama menggambarkan trauma awal melalui gerakan terputus-putus dan suasana panggung gelap, mencerminkan isolasi emosional penderita PTSD. Bagian kedua menunjukkan pergulatan batin dengan gerakan spontan dan meditatif yang intens, melambangkan upaya melawan trauma. Bagian ketiga menghadirkan fase penyembuhan dengan gerakan lambat dan berulang, menandakan proses refleksi dan perjalanan menuju penerimaan diri. Pencahayaan berubah seiring emosi, menciptakan nuansa simbolik dari tiap tahap.

Karya *Memori Bumi* menekankan kekuatan tari sebagai medium penyembuhan dan ekspresi. Karya ini mengajak penonton untuk merenungkan bagaimana trauma dapat membekas dalam diri seseorang, serta perjalanan mereka menuju pemulihan. Dengan perpaduan gerakan simbolik, musik meditatif, dan pencahayaan dinamis, pengkarya menghadirkan eksplorasi estetika yang kuat. Karya ini menjadi simbol harapan bahwa meskipun trauma masa lalu meninggalkan luka mendalam, ada jalan menuju penerimaan dan penyembuhan.

Karya tari *Memori Bumi* merepresentasikan refleksitas dan spontanitas penderita gangguan PTSD sebagai pusat interpretasi. Penggarapan karya ini menonjolkan momen refleksi terhadap pengalaman traumatis dan respons spontan tubuh yang muncul akibat kenangan masa lalu. Dalam hal ini, istilah "Memori" menggambarkan bayangan emosional trauma yang tidak hanya berdampak pada masa kejadian, tetapi juga terus memengaruhi kehidupan setelahnya. Konsep ini diperkuat dengan pendekatan semiotika yang memanfaatkan elemen tanda seperti gerak tubuh, ruang, dan suasana untuk menyampaikan makna mendalam tentang perjalanan trauma dan penyembuhan. Ferdinand de Saussure menjelaskan bahwa tanda terdiri dari elemen penanda (signifier) berupa wujud fisik seperti gerak atau suara, dan petanda (signified) yang merepresentasikan konsep atau makna yang lebih dalam (Erlangga, Utomo, and Anisti 2024). Dalam konteks ini, gerakan spontan penderita PTSD menjadi simbol perjuangan emosional yang mencerminkan trauma yang dialami

Metode penggarapan karya ini berlandaskan teori Alma M. Hawkins (dalam Hadi, 2012) yang menekankan proses pengumpulan data, eksplorasi, improvisasi, dan komposisi. Pengumpulan data dilakukan melalui survei, wawancara, dan observasi langsung kepada penderita PTSD. Tahapan ini tidak hanya bertujuan untuk memahami karakteristik trauma tetapi juga untuk menyeleksi penari dengan fisik dan karakter yang relevan untuk merepresentasikan dinamika emosional penderita PTSD. Data ini menjadi dasar untuk menciptakan gerakan yang dapat menyampaikan makna simbolik dalam karya tari. Dalam tahap eksplorasi, gerakan-gerakan simbolik seperti getaran, refleksi, dan putaran yang menggambarkan ketegangan emosional dan proses refleksi diri dikembangkan dari tingkah laku spontan penderita PTSD. Eksplorasi ini mengutamakan perpindahan gerak dari ruang kecil ke ruang besar, menonjolkan perubahan emosional secara bertahap. Tahapan ini juga menjadi momen bagi pengkarya untuk mentransfer ide gerakan kepada para penari dengan pendekatan individual, menciptakan karakter yang unik sesuai kebutuhan karya.

Improvisasi menjadi elemen penting dalam penggarapan, karena memungkinkan penari untuk menghadirkan gerakan yang otentik dan spontan. Improvisasi ini dilakukan dengan arahan pengkarya, memberikan kebebasan kepada penari untuk menyesuaikan gerakan sesuai interpretasi mereka terhadap konsep refleksitas dan spontanitas penderita PTSD.

Pengkarya juga menciptakan ruang eksplorasi bagi penari untuk berinteraksi dengan suasana panggung dan properti yang digunakan, menghasilkan ekspresi gerak yang mendukung suasana karya secara keseluruhan. Tahapan ini mencerminkan pendapat Hawkins bahwa improvisasi adalah bagian dari proses kreatif untuk menghasilkan gerakan yang mencerminkan ide artistik (Widyastutieningrum. and Wahyudiarto 2014).

Pada tahap komposisi, fokus diarahkan pada tata ruang panggung dan pola lantai untuk menciptakan harmoni antara gerakan penari dan elemen panggung lainnya. Penekanan pada penguasaan ruang memungkinkan penari untuk memaksimalkan ekspresi tanpa mengorbankan keamanan di atas panggung. Properti yang digunakan dalam karya ini menjadi bagian integral dari komposisi, berfungsi sebagai simbol beban emosional yang harus dikuasai oleh penari. Tata lampu dirancang dengan pencahayaan dinamis yang menciptakan suasana meditatif dan mendukung narasi emosional karya. Dalam konteks ini, musik, ruang, dan properti menjadi elemen pelengkap yang menyelaraskan keutuhan karya tari, menciptakan pengalaman estetis yang kuat bagi penonton.

KESIMPULAN

Karya tari *Memori Bumi* menjadi sebuah wujud konkret bagaimana seni tari dapat berfungsi sebagai medium ekspresi, refleksi, dan penyembuhan trauma, khususnya bagi penderita Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD). Dalam karya ini, eksplorasi gerakan tubuh tidak hanya bertujuan menciptakan estetika, tetapi juga merepresentasikan pengalaman emosional mendalam akibat trauma. Seperti yang dikemukakan oleh Laban (1950), gerakan tubuh mencerminkan kompleksitas emosional yang sulit diungkapkan secara verbal. Karya ini menginterpretasikan trauma melalui elemen gerakan yang simbolis dan spontan, memperlihatkan bagaimana seni tari dapat menghadirkan ruang terapeutik bagi penyintas bencana alam. Pendekatan somatik dalam eksplorasi gerak tubuh menjadi inti dari proses kreatif karya ini. Dengan merujuk pada teori Hawkins (dalam Hadi, 2012), tahapan eksplorasi, improvisasi, dan komposisi digunakan untuk menciptakan gerakan yang autentik dan penuh makna. Gerakan seperti getaran dan putaran dalam karya ini menjadi simbol ketidakstabilan emosional yang dialami penderita PTSD. Improvisasi memberikan kebebasan kepada penari untuk mengekspresikan pengalaman emosional mereka, sehingga setiap gerakan memiliki karakter unik yang menggambarkan perjalanan batin penderita trauma.

Konsep visual dalam karya ini juga memperkuat makna simbolik yang ingin disampaikan. Penggunaan kanvas putih, serta cat merah dan hitam, menunjukkan bagaimana warna dapat memengaruhi persepsi dan emosi, sebagaimana dikemukakan oleh Haller (2019). Warna merah merepresentasikan intensitas kecemasan dan ketegangan, sedangkan warna hitam mencerminkan kedalaman ketakutan. Dalam konteks ini, karya tari tidak hanya berfungsi sebagai ekspresi visual, tetapi juga sebagai refleksi mendalam terhadap pengalaman traumatik yang sulit diungkapkan secara langsung.

Memori Bumi menegaskan pentingnya seni sebagai medium penyembuhan yang melibatkan tubuh, pikiran, dan emosi secara holistik. Sebagaimana disampaikan oleh Koch dan Fischman (2011), seni kreatif memiliki potensi untuk membantu individu menghadapi trauma dengan cara yang reflektif dan transformatif. Dengan memadukan simbolisme gerakan, elemen visual, dan suasana meditatif, karya ini menjadi representasi yang penuh makna dari perjalanan emosi penderita PTSD. Lebih dari sekadar medium estetika, karya ini menunjukkan bagaimana seni tari dapat menjadi alat pemulihan yang memberikan harapan dan kekuatan untuk melangkah maju.

REFERENSI

- Aprily, N. M., Insani, S. M., & Merliana, A. (2022). Analisis kecemasan post-traumatic stress disorder (PTSD) pada peserta didik pasca pandemi COVID-19. *Jurnal PAUD Agapedia*, 6(2), 221–227.
- Aryuni, M. (2023). Post-traumatic stress disorder pada penyintas bencana ganda. *Fakultas Kedokteran Universitas Tadulako*, 10(1), 113–131.
- Bradley, K. K. (2018). *Rudolf Laban*.
- Chan, C. L. W. (2017). *Post-traumatic stress disorder* (Vol. 39).
- Dwidiyanti, M., Hadi, I., Wiguna, R. I., & Ningsih, H. E. W. (2018). Gambaran risiko gangguan jiwa pada korban bencana alam gempa di Lombok Nusa Tenggara Barat. *Holistic Nursing and Health Science*, 1(2), 82.
- Hartawan, I. G. N. B. R. M., Parastan, R. H., Widianantara, I. M., & Diniari, N. K. S. (2020). Meditasi Raja Yoga sebagai modalitas pencegahan dan terapi post-traumatic stress disorder (PTSD) pada korban pasca bencana alam. *Essence of Scientific Medical Journal*, 17(2), 15–21.
- Kusuma, I. W. K. A., Cerita, I. N., & Sutirtha, I. W. (2021). Tari Sakanaya cerminan moral manusia. *Jurnal IGEL: Journal of Dance*, 1(2), 68–72.
- Murtianto, H. (2016). Potensi kerusakan gempa bumi akibat pergerakan patahan Sumatera di Sumatera Barat dan sekitarnya. *Jurnal Geografi GEA*, 10(1).
- Rohmah, U. N., Harahap, S. G., Yari, Y., La Ramba, H., Ludovikus, L., Mailintina, Y., Pipin, A., & Sabarina, R. (2023). Gambaran post-traumatic stress disorder, gangguan tidur, kecemasan, dan gejala depresi korban gempa bumi di Cianjur. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 2(1), 36–45.
- Sumandiyo, H. Y. (2012). *Koreografi: Bentuk-teknik-isi*. Dwi-Quantum.
- Sumandiyo, H. Y. (2011). *Aspek-aspek dasar koreografi kelompok*. Elkaphi.
- Supriyanto, E., Haryono, T., Sudarsono, R. M., & Murgiyanto, S. (2016). Empat koreografer tari kontemporer Indonesia periode 1990-2008. *Panggung*, 24(4).