

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kesiapan tubuh seorang penari akan berdampak pada kualitas gerak tari. Kualitas gerak tari terkait pada unsur-unsur gerak yang meliputi ruang, tenaga, dan waktu. Dalam menari, kualitas gerak merupakan upaya yang dilakukan penari dalam melakukan gerak-gerak tari agar terlihat maksimal.

Teknik olah tubuh merupakan dasar atau pondasi dalam belajar menari, seseorang yang belum mengetahui teknik olah tubuh, pasti akan merasa kesulitan untuk melakukan gerak tari. Melakukan teknik olah tubuh berguna untuk membantu organ-organ tubuh penari agar lebih luwes atau lentur, mempunyai tenaga, dan mempunyai kualitas gerak yang lebih optimal. Seperti yang diungkapkan oleh Irawati Durban (2008;2) ‘‘olah tubuh akan melonggarkan otot dan sendi yang kaku, serta memperkenalkan calon penari pada teknik-teknik gerak yang akan ditemuinya ketika menari’’.

Teknik olah tubuh sebagai salah satu cara untuk mengolah aktivitas tubuh yang tersusun secara sistematis dan terencana melalui latihan yang dilakukan oleh seluruh organ tubuh yang meliputi otot-otot, persendian agar selalu siap dan dapat berfungsi lebih baik dan optimal, serta diharapkan dapat membentuk kualitas gerak khususnya dalam menari.

Menurut Irawati Durban (2008;3) ‘‘Latihan olah tubuh pada prinsipnya mempunyai sifat untuk memperbaiki dan membenarkan kesalahan-kesalahan ringan yang terdapat pada tubuh’’. Olah tubuh juga sebagai mediator tari untuk

mempersiapkan tubuh sebagai alat untuk peraga dalam melakukan gerak tari, sehingga tubuh penari siap menerima aktivitas gerak tari, dan sekaligus menjadikan tubuh sebagai alat ekspresi yang baik.

Sanggar merupakan suatu wadah atau tempat berlangsungnya sebuah kursus pembelajaran tari. Sanggar tari juga merupakan lembaga pendidikan non formal, dalam proses pembelajarannya latihan tari dilakukan secara langsung dan juga diberikannya latihan olah tubuh untuk menghindari cedera otot dan untuk membentuk kesiapan dan kesadaran penari dalam bergerak dan emosional sehingga membentuk kualitas bergerak yang baik dalam menari.

Seperti halnya yang ada di Sanggar Cahaya Permata yang dipimpin oleh Ibu Sri Astuti yang bertempat pada Jalan Bandar Labuhan Bawah No.1 tanjung Morawa. Sanggar Cahaya Permata melakukan pembinaan, penciptaan, pelatihan, dan pementasan tari tradisional dan kreasi Etnis yang ada di Nusantara. Sanggar Cahaya Permata aktivitas diterapkan secara rutin, sehingga aktivitas olah tubuh berdampak pada kualitas gerak penari.

Dari pengamatan penulis, penari-penari di Sanggar Cahaya Permata para penari juga mengalami beberapa kendala dalam latihan olah tubuh seperti kurangnya memiliki kesadaran dalam bergerak dan emosional dalam menari. Untuk mendapatkan kualitas gerak yang baik maka penari harus dapat mempunyai kesadaran dalam bergerak (tenaga, ruang, dan waktu) dan kesadaran emosional (kontrol gerak dan ekspresi).

Adapun teknik olah tubuh yang sangat diperhatikan yaitu teknik olah tubuh dengan melakukan latihan-latihan kekuatan, kelenturan, kecepatan,

koordinasi dan keseimbangan yang sesuai dengan intensitas gerak yang ada pada Tari tradisional dan kreasi Etnis yang ada di Nusantara tersebut. Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti merasa penting untuk mengangkat penelitian tentang “Pengaruh Olah Tubuh terhadap Kualitas Gerak penari di Sanggar Cahaya Permata”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Bedasarkan identifikasi masalah latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa hal yang terkait dengan penelitian di tas sebagai berikut.

1. Penari kurang memiliki kesadaran dalam bergerak.
2. Penari kurang memiliki kesadaran dalam emosional.
3. Materi yang diajarkan terbatas yang tidak begitu memerlukan energik.
4. Tahap-tahap yang akan dilakukan penari di Sanggar Cahaya Permata dalam olah tubuh agar kualitas gerak penari menjadi baik.
5. Kendala yang dihadapi penari dalam melakukan olah tubuh dan kualitas gerak.

## **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat luasnya cakupan-cakupan masalah dan untuk mempersingkat cakupan, keterbatasan waktu dan dana, kemampuan teoritis, serta kemampuan penulis, maka penulis membatasi masalah yang dihadapi dalam penelitian. Penulis membuat batasan masalah dari penelitian ini, yaitu:

1. Tahap-tahap apa saja yang akan dilakukan penari di Sanggar Cahaya Permata dalam olah tubuh agar kualitas gerak penari menjadi baik ?
2. Apa penyebab penari kurang memiliki kesadaran dalam bergerak ?
3. Bagaimana pengaruh olah tubuh terhadap kualitas gerak penari di Sanggar Cahaya Permata ?

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang, identifikasi masalah, pembatasan masalah, maka permasalahan dirumuskan untuk mengetahui agar tidak membingungkan penulis maka dari itu perlu dirumuskan dengan baik, sehingga dapat menukung untuk menentukan jawaban pertanyaan. Penulis membuat rumusan masalah dari penelitian ini, yaitu:

1. Tahap-tahap apa saja yang akan dilakukan penari di Sanggar Cahaya Permata dalam olah tubuh agar kualitas gerak penari menjadi baik ?
2. Apa penyebab penari kurang memiliki kesadaran dalam bergerak ?
3. Bagaimana pengaruh olah tubuh terhadap kualitas gerak penari di Sanggar Cahaya Permata ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian mengungkapkan sasaran yang ingin dicapai dalam penelitian. Tanpa adanya tujuan yang jelas, maka arah kegiatan yang dilakukan terarah karena tidak tahu apa yang akan di lakukan dicapai dalam kegiatan tersebut. Adapun tujuan penelitian ini, yaitu:

1. Mendeskripsikan tahap-tahap yang akan dilakukan penari di Sanggar Cahaya Permata dalam olah tubuh agar kualitas gerak penari menjadi baik.
2. Mendeskripsikan kendala yang dihadapi penari dalam kesadaran bergerak.
3. Mendeskripsikan bagaimana pengaruh olah tubuh terhadap kualitas gerak penari di Sanggar Cahaya Permata.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan bermanfaat khususnya bagi:

1. Peneliti memperoleh pengetahuan dan pengalaman mengenai pembelajaran seni tari yang dilakukan melalui pengaruh olah tubuh terhadap kualitas gerak penari.
2. Prodi Pendidikan Seni Tari UNIMED Menambah bahan observasi dan referensi tentang pengetahuan bidang seni tari khususnya olah tubuh.
3. Pelajar dan Mahasiswa berguna untuk meningkatkan kualitas gerak dalam pembelajaran tari melalui pengalaman latihan olah tubuh.
4. Pihak Lain khususnya sanggar-sanggar lain dengan adanya penelitian ini, tentang pengaruh olah tubuh terhadap kualitas gerak penari. Memberikan kontribusi kepada Sanggar Cahaya Permata khususnya untuk mengembangkan dan tetap melaksanakan proses latihan teknik olah tubuh dalam latihan menari.