

MENTAL IMAGERY DALAM PROSES PENDALAMAN KARAKTER TARI CAKIL GAYA SURAKARTA

Mega Cantik Putri Aditya

Universitas Tanjungpura, Indoensia
Email: mega.cantik@fkip.untan.ac.id

ABSTRACT

This research aims to find out how mental imagery training can help and support the process of deepening character in Cakil Dance Surakarta style. This dance requires the dancers to be able to bring the character of Cakil well. Attractive movements are also found in the dance performance so a high level of concentration is needed for the dancers. The research method used in this study is a qualitative method with data collection techniques, namely, literature study, and direct observation. The results of this research can be concluded that mental imagery training can be useful for improving the ability of dancers, one of which is for mastering movement skills, mastering strategies, which will be used in competitions, preparing to appear confident, improving interpersonal skills, and controlling psychological symptoms, concentration, correcting mistakes. So that it can help dancers in achieving the deepening of the Cakil character that will be performed.

Keywords: Mental Imagery, Character, Movement, Dance, Cakil, Surakarta Style.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana Latihan mental imagery dapat membantu dan mendukung proses pendalaman karakter dalam Tari Cakil gaya surakarta. Tarian ini mengharuskan penarinya dapat membawakan karakter tokoh cakil dengan baik. Gerak-gerak atraktif juga terdapat dalam pertunjukan tari nin sehingga dibutuhkan tingkat konsentrasi yang tinggi bagi para penarinya. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data yaitu, studi Pustaka, dan observasi langsung. Hasil dari penelian ini dapat disimpulkan bahwa latihan mental imagery dapat bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan enari salah satunya untuk penguasaan ketrampilan gerak, penguasaan strategi, yang akan digunakan dalam pertandingan, mempersiapkan untuk tampil percaya diri, meningkatkan kertampilan interpersonal, dan mengendalikan mengendalikan gejala-gejala psikologis, konsentrasi, memperbaiki kesalahan. Sehingga dapat membantu penari dalam pencapaian pendalaman karakter Cakil yang akan dibawakan.

Kata kunci: Mental Imagery, Karakter, Gerak, Tari, Cakil, Gaya Surakarta

A. Pendahuluan

Kesenian di Indonesia khususnya pulau jawa memiliki klasifikasi atau pengelompokan yang didasarkan pada kurun waktu, gagasan, ide, serta pola garap dari kesenian itu sendiri. Indonesia negara yang memiliki keanekaragaman dan kemajumukan suku, budaya, etnik, dan perbedaan lainnya ¹. Salah satu unsur d ari

kebudayaan adalah kesenian ². Dalam seni tari pembagian tersebut salah satunya adalah tari tradisi dan tari modern. Dalam kehidupan sehari-hari, masyarakat

¹ Iwan Ramadhan, Izhar Salim, and Supridi, "Pengaruh Pendidikan Multikultural Dan Pendidikan Karakter Terhadap Sikap Toleransi Siswa Sma Pancasila Sungai Kakap," *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa* 7, no. 2 (2018): 1–9,

[https://www.kompasiana.com/imambasori.com/5554739b739773d31590564e/pendidikan-multikultural#:~:text=Untuk mewujudkan model-model tersebut,belajar mengajar%2C dan \(3\).](https://www.kompasiana.com/imambasori.com/5554739b739773d31590564e/pendidikan-multikultural#:~:text=Untuk mewujudkan model-model tersebut,belajar mengajar%2C dan (3).)

² Laraswati Nabila et al., "Analisis Nilai-Nilai Dalam Kesenian Tradisional Kuda Lumping Di Desa Rasau Jaya Tiga Kecamatan Rasau Jaya Kabupaten Kubu Raya," *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 9, no. 21 (2023): 450–59, <http://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/4798/4446>.

berhubungan erat dengan kesenian³. Salah satu unsur yang tak terpisahkan dari kebudayaan adalah kesenian, sebagaimana diungkapkan oleh Laraswati et al. (2023). Sedangkan menurut Lebra dalam Devianty (2017), kebudayaan termasuk dalam kategori abstrak, umum⁴ dan kesenian menjadi bagian integral dari kekayaan budaya suatu masyarakat, dan dalam konteks seni tari, unsur ini memperlihatkan ragam dan keberagaman. Kesenian terkait erat dengan kehidupan sehari-hari masyarakat⁵. Adapun pada pembagian seni tari sendiri mencakup dua aspek utama, yakni tari tradisi dan tari modern. Dalam pengejawantahan seni tari ini, masyarakat tidak hanya menyaksikan pertunjukan, tetapi juga terlibat erat dalam kehidupan sehari-hari mereka, sebagaimana diakui oleh Riswanto et al. (2023). Kesenian, khususnya seni tari, bukan hanya menjadi bentuk hiburan, tetapi juga mencerminkan identitas, nilai-nilai, dan warisan budaya yang turun-temurun diwariskan dari generasi ke generasi. Oleh karena itu, seni tari menjadi jendela yang menghubungkan masyarakat dengan kekayaan budaya mereka, memberikan pengalaman mendalam dalam merayakan warisan dan keindahan yang terkandung dalam kesenian tradisional

maupun modern. Tari tradisi yaitu suatu tarian yang telah mengalami perjalanan sejarah yang cukup lama, sudah memiliki kemapanan bentuk, teknik, kualitas maupun rasa tari. Tari tradisi dibagi kembali menjadi dua yaitu Tari tradisi keraton atau tari klasik, tari yang dibuat atau ditata di keraton⁶. Pada awal perkembangannya tari ini hanya dipertunjukkan atau dipentaskan dihadapan raja atau tamu-tamu kerajaan. Tetapi kemudian sekarang sebagian berkembang sehingga dapat dilihat oleh masyarakat kebanyakan. Tarian jenis ini telah mencapai kristalisasi artistik yang cukup tinggi. Selanjutnya adalah tari tradisi kerakyatan yang sejak awal perkembangannya adalah di lingkungan masyarakat di luar keraton atau kalangan rakyat. Kesenian yang mendapat pengaruh budaya asing tersebut mengalami proses, akulturasi, asimilasi atau difusi kebudayaan⁷. Budaya adalah kumpulan norma, nilai, dan kepercayaan⁸.

Perkembangan dan kecepatan budaya populer di tengah perkembangan zaman sudah tidak bisa terelakkan⁹. Kesenian yang mendapat pengaruh budaya asing tersebut mengalami proses akulturasi, asimilasi, atau difusi kebudayaan. Budaya adalah kumpulan norma, nilai, dan

³ Hikmah Riswanto, Zafar, Chatra P, Sunijati, Harto, Boari, Astaman, Dassir, *EKONOMI KREATIF: Inovasi, Peluang, Dan Tantangan Ekonomi Kreatif Di Indonesia* (PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2023), <https://books.google.co.id/books?id=Pwhjeaaqbaj&Lpg=PA5&Ots=4vnuxhdqrd&Dq=1.%09> Kebijakan Dukungan Untuk Startup Inovatif. Pemerintah Memiliki Peran Krusial Dalam Menciptakan Lingkungan Yang Mendukung Pertumbuhan Startup Inovatif. Dukungan Kebijakan Seper.

⁴ Iwan Ramadhan Et Al., "Analisis Ritual Tradisi Tuang Minyak Pada Wanita Hamil Etnis Melayu Di Desa Berlimang Kabupaten Sambas," *SOSIO EDUKASI Jurnal Studi Masyarakat Dan Pendidikan* 7, No. 2 (2024): 136–51.

⁵ Mega Cantik Putri Aditya And Iwan Ramadhan, "Kesenian Tari Orang-Orang Bertopeng: Memperkuat Relasi Sosial Dan Warisan Melayu Kalimantan Barat," *Satwika: Kajian Ilmu Budaya Dan Perubahan Sosial* 8, No. 1 (2024): 10–22.

⁶ Sulistiani Untung, "Transit, Transisi, Dan Transformasi Tari Srimpi Pandhèlori Gaya Yogyakarta," *Kebudayaan* 16, No. 1 (2021): 71–88, <https://doi.org/10.24832/jk.v16i1.388>.

⁷ Regaria Tindarika, "Nilai-Nilai Dalam Kesenian Hadrah Di Kota Pontianak," *Jurnal Pendidikan Sosiologi Dan Humaniora* 12, No. 1 (2021): 1, <https://doi.org/10.26418/j-psh.v12i1.46319>.

⁸ Iwan Ramadhan, "Pembangunan Pariwisata Equator Park Dan Perubahan Sosial Budaya Ekonomi Masyarakat: Equator Park Tourism Development And Social Cultural Economic Change Of The Community," *ETNOREFLIK: Jurnal Sosial Dan Budaya* 10, No. 3 (2021): 322–90.

⁹ Iwan Ramadhan Et Al., "Kuda Kepang Barongan: Eksistensi Kebudayaan Etnis Jawa Di Pontianak Sebagai Sumber Belajar Ips," *Jurnal PIPSI (Jurnal Pendidikan IPS Indonesia)* 8, No. 2 (2023): 147, <https://doi.org/10.26737/jpipsi.v8i2.3956>.

kepercayaan yang terus berkembang. Adapun pada tari modern atau kontemporer adalah suatu bentuk penataan baru karya tari yang diungkapkan dan dikembangkan secara bebas¹⁰, baik masih berpijak pada materi lama (tradisional) maupun yang sama sekali lepas atau tidak terikat oleh tatanan-tatanan yang sudah ada.

Terlepas dari klasifikasi tersebut dapat dilihat pertumbuhan tari di Indonesia sangat dipengaruhi oleh perkembangan kebudayaan di dalam istana yang masih dianggap sebagai sumber kesenian yang adi luhung dan berkelas. Seiring perkembangan waktu pada era pra-kemerdekaan seni tari banyak dipengaruhi oleh kondisi sebelumnya, yaitu adanya keinginan yang sangat kuat untuk merdeka, maka bentuk-bentuk tari banyak berupa bentuk kepahlawanan dan seni tari mulai difungsikan serta digarap kembali sebagai tari upacara, tari adat atau tradisi, ataupun tari hiburan. Seni pertunjukan dan keberagaman budaya sangat erat¹¹.

Seni merupakan suatu ekspresi, kreasi, dan kesenian juga bersifat dinamis¹². Perkembangan seni juga diikuti dengan maraknya kebaruan yang dilakukan oleh para seniman di bidang masing-masing. Seni, sebagai bentuk ekspresi dan kreasi, memiliki sifat dinamis yang senantiasa berkembang seiring waktu, seperti yang disorot oleh Nurmaning (2022). Perkembangan seni tidak hanya mencakup aspek kreativitas, tetapi juga diikuti oleh inovasi yang marak dilakukan oleh para seniman dalam bidang masing-masing. Fenomena ini termanifestasi secara nyata

dalam seni tari, di mana banyak tarian tradisi mengalami transformasi yang menarik. Dalam contoh konkret ini, tarian tradisi tidak hanya dijaga keasliannya, tetapi juga dikemas secara lebih menarik. Perubahan melibatkan aspek gerak, penokohan, serta unsur visual dan non-visual lainnya, menciptakan suatu evolusi artistik yang memukau. Dengan demikian, seni tari menjadi cermin dari dinamika kehidupan dan keberlanjutan inovasi yang menghiasi panorama seni secara menyeluruh. Contoh konkret dari perkembangan tersebut adalah banyaknya tarian tradisi yang dikemas secara lebih menarik mulai dari gerak, penokohan, hingga aspek visual dan non-visual lainnya. Seni, sebagai bentuk ekspresi dan kreasi, memiliki sifat dinamis yang senantiasa berkembang seiring waktu, seperti yang disorot oleh Nurmaning (2022). Perkembangan seni tidak hanya mencakup aspek kreativitas, tetapi juga diikuti oleh inovasi yang marak dilakukan oleh para seniman dalam bidang masing-masing. Fenomena ini termanifestasi secara nyata dalam seni tari, di mana banyak tarian tradisi mengalami transformasi yang menarik. Dalam contoh konkret ini, tarian tradisi tidak hanya dijaga keasliannya, tetapi juga dikemas secara lebih menarik. Perubahan melibatkan aspek gerak, penokohan, serta unsur visual dan non-visual lainnya, menciptakan suatu evolusi artistik yang memukau. Dengan demikian, seni tari menjadi cermin dari dinamika kehidupan dan keberlanjutan inovasi yang menghiasi panorama seni secara menyeluruh. Contoh selanjutnya adalah perkembangan *wayang wong* yang juga merupakan salah satu tempat para seniman tradisi untuk mempertontonkan kebaruan yang telah mereka lakukan, disini pula dapat dilihat banyak lakon maupun tokoh-tokoh dalam pewayangan yang disikapi dengan lebih profesional, tokoh Cakil misalnya. Menurut Lestari (2015) Indonesia menjadi negara yang paling multikultural selain

¹⁰ Eko Sutriyanto, *Ikat Kait Implusif Sarira Gagasan Yang Mewujudkan Era 1990-2010* (Garudhawaca, 2018).

¹¹ Aditya and Ramadhan, "Kesenian Tari Orang-Orang Bertopeng: Memperkuat Relasi Sosial Dan Warisan Melayu Kalimantan Barat."

¹² Bina Andari Nurmaning, "Pelestarian Nilai Kearifan Lokal Melalui Kesenian Reog Kendang Di Tulungagung," *Jurnal Pendidikan Sosiologi Dan Humaniora* 13, no. 2 (2022): 635, <https://doi.org/10.26418/j-psh.v13i2.54051>.

India dan Amerika¹³. Pada tokoh Cakil merupakan salah satu tokoh raksasa yang ada dalam dunia pewayangan khususnya wayang purwa¹⁴. Tokoh Cakil selalu hadir dan berperang dengan tokoh Bambang pada setiap pertunjukan wayang, baik wayang purwa maupun wayang orang. Tokoh cakil memiliki karakteristik khusus, baik dalam ragam gerak maupun bentuk visualnya, seperti bentuk muka, rias wajah, busana yang dikenakan, teknik gerak dan nada bicaranya. Bentuk yang berbeda dengan raksasa pada umumnya dalam wayang purwa, tokoh cakil memiliki rahang yang menonjol panjang ke depan dengan satu gigi bawah mencuat panjang ke atas, matanya selalu mengeriyip agak memicing. Selain itu suara yang khas seperti orang tercekik dengan nada tinggi, berbeda dengan suara raksasa pada umumnya yang bernada rendah dan lantang.¹⁵ Gerak pada tokoh cakil dalam wayang orang selalu didominasi oleh gerak atraktif yang seringkali dibubuhi dengan banyolan, hal ini menjadikan kehadiran tokoh cakil selalu dinantikan dalam pertunjukan wayang orang.

Munculnya tokoh Cakil selalu berkaitan dengan adegan perang, dalam pewayangan terbagi atas beberapa jenis. Pembagian perang ini ditentukan oleh saat atau waktu berlangsungnya perang ini dalam pagelaran wayang, oleh beberapa tokoh wayang yang terlibat dalam peperangan, dan oleh siapa peperangan itu¹⁶. Perang pertama merupakan Perang Kembang yang terjadi antara tokoh Bambang melawan raksasa pada bagian *pathet* sanga pertama dalam wayang kulit purwa. Perang kedua adalah perang

ampyak, yaitu pasukan atau barisan negara tertentu yang akan berangkat ke suatu tempat setelah budhalan dalam adegan paseban jawi yang perjalanannya terhalang oleh jalan yang rusak atau pohon yang tumbang di tengah jalan, sehingga para prajurit mengadakan kerja bakti untuk menyingkirkan rintangan tersebut agar bisa dilewati. Perang ketiga adalah perang gagal yaitu perkelahian antara prajurit dan senapati dari negara satu dengan negara lain dalam bagian *pathet nem*, peperangan ini terjadi karena perselisihan pendapat. Perang terakhir adalah perang *sampak* atau perang *bubruh* yang merupakan perang menjelang akhir pertunjukan atau pagelaran wayang, dalam perang ini biasanya kemenangan diperoleh pihak yang benar. Antara keempat perang tersebut tokoh cakil identik muncul pada bagian perang kembang sebagai raksasa, musuh dari tokoh bambangan.

Pertunjukan cakil mengalami masa kejayaan sekitar tahun 1960 hingga 1970, pada masa itu tari cakil selalu ditampilkan dalam acara istimewa hingga penyambutan tamu baik dalam bentuk tari Bambang Cakil maupun Fraghmen Perang Kembang. Dalam pertunjukannya tari cakil juga mengalami perkembangan dari segi vocabuler gerak, teknik atraktif yang khas, dan cenderung bebas. Perkembangan ini dipengaruhi oleh kemampuan penari cakil dalam menghayati dan bereksplorasi, proses tersebut akan memunculkan perbedaan gerak dan ciri khas antar penari. Seni tari adalah cabang seni yang mengungkapkan keindahan, ekspresi, hingga makna tertentu melalui gerak tubuh. Ekspresi manusia dalam masyarakat yang penuh makna¹⁷

Gerak tari cakil gaya surakarta dapat dibagi menjadi tiga yaitu gerak

¹³ Mega Cantik Putri Aditya, "Penerapan P5: Kolaborasi Pelajaran Ilmu Sosial Ekonomi Sains Dan Seni Budaya Pada Kurikulum Merdeka," *Academy of Education Journal* 14, no. 2 (2023): 649–66.

¹⁴ Didik Bambang Wahyudi, "GARAP TARI CAKIL GAYA SURAKARTA," *Acintya* 15, no. 2 (2023): 109–26.

¹⁵ Senawangi, *Ensiklopedi Wayang* jilid 2 ; 1999

¹⁶ Senawangi, *Ensiklopedi Wayang* jilid 2 ; 1999

¹⁷ M C P Aditya et al., "Pelatihan Proses Penciptaan Gerak Kreasi Pada Tari Tradisi Nusantara Di Langkau Etnika Art Space," *Journal Of Human And ...* 3, no. 2 (2023): 133–38, <http://jahe.or.id/index.php/jahe/article/view/176%0Ahttp://jahe.or.id/index.php/jahe/article/download/176/96>.

standart atau gerak pakem yang selalu ada dalam setiap pertunjukan tari gagah pada umumnya, gerak baku atau gerak gagah dengan teknik tertentu dan hanya bisa ditemukan dalam tari cakil, serta gerak khusus yang merupakan perkembangan dari dua gerak sebelumnya. Gerak pakem dalam pertunjukan tari cakil adalah gerak tanjak bapang punggung, sembahan, sabetan, lumaksono bapang, ombak banyu. Gerak baku yang hanya terdapat dalam tarian ini anatara lain gerak capengan, engkrangan, untiran, cekotan, cekotan kesotan, giyulan, sawuran depan, sawuran belakang, lilingan, grayangan, ukur dedeg, usap suing, ulat-ulatan, dan trap jamang. Sedangkan gerak khusus dalam tari Cakil meliputi gerak *kethekan*, *kelitan*, *melayang*, dan gerak capengan keris. Untuk menerapkan berbagai gerak tersebut penari dituntut memiliki kecakapan dalam gerak cepat, lincah, dan gesit. Adanya pengetahuan yang semakin berkembang maka akan mendapatkan pengalaman baru pula dan dengan adanya pengalaman baru maka membuat mereka untuk memodifikasi serta mengkonstruksi pengetahuan¹⁸. Dalam seni tari, penari dihadapkan pada tuntutan untuk menguasai berbagai gerak yang membutuhkan kecakapan dalam gerak cepat, lincah, dan gesit. Kemampuan ini menjadi kunci dalam menyampaikan ekspresi dan memperkaya penampilan tarian. Seiring dengan perkembangan pengetahuan dalam seni tari, penari memiliki peluang untuk terus mengembangkan keterampilan mereka¹⁹. Dengan pengetahuan yang semakin berkembang, penari dapat terbuka terhadap pengalaman baru yang muncul selama perjalanan seni mereka. Pengalaman baru yang diperoleh selama

latihan, pertunjukan, atau eksplorasi tarian membuka pintu bagi penari untuk memodifikasi gerakan mereka²⁰. Pengalaman tersebut menjadi fondasi untuk penyempurnaan dan penyesuaian teknik gerak. Melalui proses ini, penari tidak hanya memahami secara teoritis, tetapi juga menginternalisasi dan mempraktikkan pengetahuan baru mereka dalam karya seni mereka. Pentingnya pengalaman baru dalam seni tari juga menciptakan kesempatan bagi penari untuk mengkonstruksi pengetahuan mereka²¹. Mereka tidak hanya mengikuti instruksi, tetapi juga aktif dalam menciptakan interpretasi dan pemahaman pribadi terhadap gerakan. Dalam merespons pengalaman baru, penari membangun jalinan antara pengetahuan lama dan baru, membentuk suatu tradisi rangkaian pengetahuan yang lebih kompleks dan mendalam.

Dengan demikian, proses menerapkan berbagai gerak dalam seni tari tidak hanya mencakup aspek fisik, tetapi juga melibatkan perkembangan pengetahuan dan pengalaman personal. Penari bukan hanya eksekutor gerak, melainkan juga konstruktor pengetahuan dalam seni tari yang terus berkembang.

Menurut R.M Wisnoe Wardhana, seorang penari harus mampu membawakan suatu tarian dengan luwes, menjiwai, tepat, dan indah segala sikapnya, menguasai irama irigan, punya postur (bentuk, ukuran, dan garis-garis tubuh) yang pantas bagi seorang penari²². Disisi lain penari juga perlu mempunyai kesehatan jasmani dan rohani secara total atau berada dalam kesegaran total tidak terbatas dalam kesegaran fisik saja tetapi juga emosi,

¹⁸ Iwan Ramadhan, "Penggunaan Metode Problem Based Learning Dalam Meningkatkan Keaktifan Belajar Siswa Pada Kelas XI IPS 1," *Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan* 4, no. 3 (2021): 358–69, <https://doi.org/10.37329/cetta.v4i3.1352>.

¹⁹ Riswanto, Zafar, Chatra P, Sunijati, Harto, Boari, Astaman, Dassir, *EKONOMI KREATIF: Inovasi, Peluang, Dan Tantangan Ekonomi Kreatif Di Indonesia*.

²⁰ Fuji Astuti, "Sumbang Duo Baleh 'Tolak Ukur Gerak Tari,'" 2021, <http://repository.unp.ac.id/id/eprint/33308>.

²¹ Riswanto, Zafar, Chatra P, Sunijati, Harto, Boari, Astaman, Dassir, *EKONOMI KREATIF: Inovasi, Peluang, Dan Tantangan Ekonomi Kreatif Di Indonesia*.

²² Danar Hendratmoko, "Tari Gaya Surakarta Deskripsi Tugas Akhir Kepenarian Gagah" (Institut Seni Indonesia (Isi) Surakarta, 2014).

mental, dan sosial. Hal tersebut dapat member dampak positif bagi penari dalam pertunjukan, fisik penari juga dapat diibaratkan sebagai fisik olahragawan yang baik, cukup energik, dan rileks. Sesuai dengan pernyataan Sri Rochana bahwa seorang penari yang mempunyai kondisi fisik, mental, dan kualitas kepenarian yang baik akan dapat dengan mudah tergerak semangatnya dalam mengekspresikan tari dengan dilandasi kenikmatan dan keindahan, serta penghayatan lahir dan batin.²³ Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa dalam tahap persiapan seorang penari tak hanya harus mempersiapkan fisik ataupun aspek pertunjukannya saja, namun penari juga harus melakukan persiapan mental agar dapat melakukan sebuah pertunjukan dengan baik.

Sebelum melakukan pementasan para penari cakil biasanya memiliki latihan yang intens mengingat teknik gerak yang akan mereka lakukan cukup banyak dalam satu pertunjukan. Pada tahap persiapan selain peregangan otot para penari juga membutuhkan sebuah latihan untuk lebih mempersiapkan kondisi mental dan psikis mereka, namun seringkali hal tersebut tidak dilakukan secara konsisten atau terstruktur sehingga persiapan mental para penari dirasa kurang siap untuk melakukan sebuah pertunjukan. Bila dilihat dari kasus diatas, hal tersebut tidak hanya terjadi pada penari namun juga pada sebagian olahragawan yang sama-sama membutuhkan kemampuan gerak dan teknik tertentu dalam mencapai tujuannya.

Bila ditinjau dalam ilmu psikologi olahraga, terdapat semacam latihan guna membantu mengatasi masalah kesiapan mental sebelum pertunjukan ataupun pertandingan yang sering disebut dengan latihan imagery. Imagery merupakan salah satu teknik atau metode latihan ketrampilan mental yang harus dikuasai oleh atlet. Latihan imagery terbukti

memberikan manfaat kepada atlet untuk menciptakan kembali pengalaman gerak di dalam otaknya, sehingga atlet memungkinkan untuk menampilkan pola gerak tersebut dengan baik.²⁴ Latihan mental imagery mengacu pada upaya untuk menciptakan kembali sebuah pengalaman dalam pikiran, yaitu menciptakan atau mencipta kembali sebuah pengalaman dalam otak. Proses dalam latihan imagery dimulai dengan mengingat kembali informasi atau pengalaman gerak yang disimpan di dalam memori otak dan membentuknya kembali ke dalam bayangan pola gerak yang bermakna. Pemunculan bayangan pola gerak tersebut merupakan produk penting dari memori yang diingat dan dibentuk kembali berdasarkan peristiwa yang terjadi sebelumnya, biasanya proses latihan yang telah dilalui. Dalam pertunjukan tari proses latihan mental imagery sangat akrab digunakan dalam tahap persiapan sebelum memulai pertunjukan atau biasanya dilakukan dalam proses pemanasan.

B. Hasil dan Pembahasan

1. Tokoh Cakil dalam Tari Tradisi Gaya Surakarta

Tokoh Cakil hanya terdapat dalam dunia pewayangan Indonesia, dan tidak ada dalam kitab Mahabarata. Berbeda dengan tokoh raksasa dalam wayang purwa yang biasanya hanya bisa digerakan satu bagian tangannya saja, tokoh Cakil diciptakan sebagai raksasa yang dapat digerakkan kedua tangannya. Cakil diciptakan oleh seniman pencipta wayang pada zaman Mataram, tepatnya pada tahun 1630 atau 1552 Saka. Ini ditandai dengan candra sengkala yang berbunyi *Tangan Yaksa Satataning Janma*. Dengan demikian dapat diketahui bahwa Cakil diciptakan pada zaman pemerintahan Sultan Seda Krapyak, raja Mataram yang kedua.²⁵

²³ Sri Rochana Widiyastutieningrum, Sejarah Tari Gambyong: Seni Rakyat Menuju Istana, 2014, pg. 121.

²⁴ Komarudin, Psikologi Olahraga, 2015; pg.81

²⁵ Senawangi, Ensiklopedi Wayang jilid 2 ; 1999

Cakil yang merupakan raksasa dalam pewayangan khususnya wayang purwa. Meskipun Cakil bukan termasuk raksasa yang berukuran tubuh besar, bentuk penampilannya mudah dikenali. Rahang bawahnya menonjol panjang ke atas. Matanya selalu mengriyip, agak memicing. Selain itu warna suaranya juga khas, seperti suara orang tercekik, nadanya tinggi, berbeda dengan suara raksasa pada umumnya yang bernada rendah dan lantang. Menurut Robert, tradisi yang didasarkan pada pengalaman dan praktik kehidupan masyarakat menjadi sumber keteraturan dan keharmonisan sosial dan membentuk hukum adat²⁶.

Hampir dalam setiap lakon Cakil muncul sebagai komandan pasukan yang bertugas menjaga tapal batas negara tertentu. Namun dalam lakon-lakon tertentu Cakil juga tampil dengan peran cukup menonjol. Cakil muncul dalam lakon-lakon wayang dengan berbagai nama, antara lain *Ditya Kala Gedir Penjalin*, *Ditya Kala Carang Aking*, atau *Kala Klantang Mimis*. Dalang bahkan kadang-kadang menciptakan nama baru bagi tokoh ini. Cakil merupakan satu-satunya raksasa yang bersenjata keris, bukan hanya satu tetapi dua, kadang-kadang tiga. Namun selalu dikisahkan Cakil mati tertusuk kerisnya sendiri²⁷. Karena Cakil selalu mati tertusuk kerisnya sendiri, dalam masyarakat Jawa ia sering dipakai menjadi contoh perilaku yang buruk. Jika seseorang kena musibah akibat ulah dan perilakunya sendiri, maka orang semacam itu dikatakan tingkahnya seperti *Buta Cakil*.

Kemunculan tokoh Cakil dalam pertunjukan wayang, baik wayang purwa maupun wayang orang selalu identik dengan peperangan. Dalam wayang puwa tokoh peraga wayang Cakil sering digunakan untuk memerankan tokoh *Kala Marica*, anak buah tokoh *Prabu Dasamuka* dalam peristiwa penculikan *Dewi Sinta* pada seri Ramayana. Selain itu terdapat perang antara Cakil dengan tokoh ksatria *Bambangan* yang disebut perang *kembang*, atau perang begal yang selalu muncul dalam setiap lakon wayang baik wayang purwa maupun wayang orang. Pada saat kemunculan tokoh cakil dalam wayang purwa inilah biasanya para dalang mempertontonkan kemahirannya dalam *sabetan*, yakni ketrampilan dalam menggerakkan peraga wayang. Begitu pula pada pertunjukan wayang orang, para penari Cakil mempertontonkan gerakan akrobatik yang diimbui dengan berbagai gerakan silat dan juga diselengi dengan ketrampilan memainkan property keris. Tokoh Cakil termasuk salah satu dari *Buta Papat* atau Raksasa Empat Sekawan. Tiga jenis raksasa lainnya adalah *Buta Prepat*, *Buta Geni*, *Buta Terong*, dan *Bragalba (Pragalba)*. Dalam pewayangan mereka selalu muncul dalam adegan menghambat atau mencegah ksatria yang sedang dalam perjalanan, dan mereka selalu berakhir mati. Adegan ini dapat dipandang dari sudut filsafah sebagai perlambang seorang ksatria yang berhasil menaklukkan empat nafsu pribadinya, yaitu *amarah*, *aluamah*, *sufiah*, dan *mutmainah*. Keempat raksasa digambarkan sebagai perwujudan nafsu tersebut.

Tokoh Cakil dalam seni kriya Wayang Purwa dirupakan dalam empat *wanda*, yakni *wanda Kikrik* atau *Benceng*, *Bathang* atau *Cicir*, *Naga*, dan *Udalan*. Pada pedalangan gaya Surakarta lebih sering menggunakan

²⁶ Efriani Efriani et al., "Eksistensi Adat Dalam Keteraturan Sosial Etnis Dayak Di Kampung Bonsor Binua Sakanis Dae," *Refleksi Hukum: Jurnal Ilmu Hukum* 6, no. 1 (2021): 87–106, <https://doi.org/10.24246/jrh.2021.v6.i1.p87-106>.

²⁷ Senawangi, *Ensiklopedi Wayang* jilid 2 ; 1999

wanda Udalan dalam lakon yang tergolong kelompok Ramayana dan Lokapal

2. Standar Kualitas Penari

Bentuk sajian tari Cakil dalam Wayang Orang tidak lepas dari kemampuan penari dalam memainkan atau memerankan tokoh Cakil tersebut. Menurut R.M Wisnoe Wardana (2004:121) seorang penari harus mampu membawakan suatu tarian dengan baik, luwes, menjiwai, tepat, dan indah segala sikapnya, menguasai irama dan iringan, punya postur (bentuk, ukuran, dan garis-garis tubuh) yang pantas sebagai penari. Di sisi lain penari perlu memiliki kesehatan jasmani dan rohani secara total atau berada dalam kesegaran total tidak terbatas pada kesegaran fisik saja melainkan juga emosi, mental dan sosial. Kepenarian penari cakil dituntut pula bisa menguasai semua aspek tersebut untuk dapat membawakan peran serta dapat menampilkan gerakan Cakil yang memiliki kualitas tinggi.

Pernyataan senada juga disampaikan oleh Sri Rochana (2004:120) bahwa seorang penari yang mempunyai kondisi fisik, mental, dan kualitas kepenarian yang baik akan dapat dengan mudah tergerak semangatnya dalam mengekspresikan tari dilandasi kenikmatan dan keindahan, serta penghayatan lahir batin. Menurut Sri Rochana penari merupakan seorang yang dapat memadukan tiga unsur, yaitu wiraga, wirama, dan wirasa secara harmonis. Dalam konsep ini ditunjukkan hubungan erat antara gerak tari seorang penari, iringan tari, dan penjiwaan penari sesuai dengan karakter tari yang disajikan. Karakter masyarakat sebuah bangsa dapat dilihat dari perilaku yang biasa dilakukan dalam kehidupan sehari-

hari²⁸. Penari Jawa baik Gaya Surakarta maupun Yogyakarta juga dituntut dapat memenuhi konsep Joged Mataram, meskipun konsep ini lebih akrab dikenal di Yogyakarta. Hal ini terjadi karena pada dasarnya asal perkembangan tari Gaya Surakarta dan tari Gaya Yogyakarta sama-sama berakar dari Mataram. Adapun empat konsep *Joged Mataram* yaitu:

- (a) *Sawiji* adalah konsentrasi total tanpa menimbulkan ketegangan jiwa. Artinya seluruh sanubari penari dipusatkan pada satu peran yang dibawakan untuk menari sebaik mungkin dalam batas kemampuannya, dengan menggunakan segala potensi yang dimiliki. Konsentrasi adalah kesanggupan untuk mengarahkan semua kekuatan rohani dan pikiran ke arah satu sasaran yang jelas dan dilakukan terus-menerus selama dikehendaki.
- (b) *Greget* adalah dinamika atau semangat di dalam jiwa seseorang atau kemampuan untuk mengekspresikan ke dalam jiwa dalam gerak dengan pengendalian yang sempurna. Greget merupakan pembawaan seseorang, sehingga cenderung sulit untuk dilatihkan. Seseorang yang memiliki greget pada waktu menari akan terlihat ekspresi gerak dalam jiwanya.
- (c) *Sungguh* adalah percaya pada kemampuan sendiri, tanpa mengarah atau menjurus ke kesombongan. Percaya diri ini menimbulkan sikap yang

²⁸ M C P Aditya, "Nilai Karakter Dalam Properti Tari Bejata Sebagai Penguatan Profil Pelajar Pancasila," *Innovative: Journal Of Social Science Research* 5, no. 2 (2023): 2605–13, <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/3098%0Ahttps://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/download/3098/2227>.

meyakinkan, pasti dan tidak ragu-ragu.

- (d) *Ora Mingkuh*, adalah sikap pantang mundur dalam menjalankan kewajiban sebagai penari. Berarti tidak takut menghadapi kesulitan atau kesukaran dan melakukan kesanggupan dengan penuh tanggung jawab serta keteguhan hati dalam memainkan perannya. Keteguhan hati berarti kesetiaan dan keberanian untuk menghadapi situasi apa pun dengan pengorbanan.²⁹

Selain konsep Joged Mataram penari tradisi jawa yang baik juga dituntut dapat memenuhi kriteria-kriteria tertentu yang biasa disebut dengan *Hasta Sawanda* atau delapan prinsip atau unsure. Adapun delapan prinsip atau unsur tersebut antara lain:

- (a) *Pacak* adalah ketepatan teknik penari dalam menentukan batas-batas gerak tubuh yang mencakup wilayah unsur-unsur gerak, misalnya luas atau sempitnya volume gerak serta tinggi rendahnya posisi tubuh saat melakukan suatu gerak tari
- (b) *Pancat* adalah penguasaan memahami sambung rapet antara vocabuler gerak satu dan gerak lainnya yang berkaitan dengan gerak langkah.
- (c) *Ulat* adalah kemampuan polatan atau tatapan mata seorang penari yang focus dan berisi serta pendangannya harus focus dan menuju satu titik.
- (d) *Lulut* adalah kemampuan mengontrol dan mengendalikan diri dalam melakukan seluruh gerak dalam kesatuan rasa.
- (e) *Luwes* adalah ketrampilan penari dalam melakukan gerak yang lebih menarik.
- (f) *Wiled* adalah kemampuan untuk menjadikan gerak seluruh anggota

badan bergerak dengan mencerminkan suatu keindahan atau harus dilakukan dengan cara yang indah.

- (g) *Wirama* adalah dapat memahami hubungan gerak dengan iringan tari dan alur yang dibentuk secara keseluruhan
- (h) *Gending* kemampuan untuk dapat menyesuaikan dan menyelaraskan gerak dengan musik tari.

Untuk dapat mencapai kualitas tari yang tinggi serta memenuhi semua kriteria sebagai penari yang bagus diperlukan berbagai macam latihan. Latihan ini akan membentuk tubuh penari baik secara fisik maupun mental untuk dapat terbiasa menyajikan tari yang berkualitas dan dapat memerankan sebuah tokoh dengan baik.

3. Latihan Mental Imagery

Penari perlu menempuh berbagai macam latihan untuk dapat memiliki kesehatan jasmani dan rohani secara total atau berada dalam kesegaran total tidak terbatas pada kesegaran fisik saja melainkan juga emosi, mental dan sosial. Menurut Komarudin (2015:81) Latihan *Imagery* merupakan salah satu teknik atau metode latihan ketrampilan mental yang harus dikuasai oleh atlet. Latihan *imagery* terbukti memberikan manfaat kepada atlet untuk menciptakan kembali pengalaman gerak di dalam otaknya, sehingga atlet memungkinkan untuk menampilkan pola gerak tersebut dengan baik. Latihan mental imagery mengacu pada upaya untuk menciptakan kembali sebuah pengalaman dalam pikiran, yaitu menciptakan atau mencipta kembali sebuah pengalaman dalam otak. Proses dalam latihan imagery dimulai dengan mengingat kembali informasi atau pengalaman gerak yang disimpan di dalam memori otak dan membentuknya kembali ke dalam bayangan pola gerak yang bermakna.

²⁹ Sri Rochana Widyastutiningrum. Sejarah Tari Gambyong: Seni Rakyat Menuju Istana. 2004. hal. 122.

Pemunculan bayangan pola gerak tersebut merupakan produk penting dari memory yang diingat dan dibentuk kembali berdasarkan peristiwa yang terjadi sebelumnya, biasanya proses latihan yang telah dilalui. Dalam pertunjukan tari proses latihan mental *imagery* sangat akrab digunakan dalam tahap persiapan sebelum memulai pertunjukan atau biasanya dilakukan dalam proses pemanasan.

Latihan *imagery* bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan atlet, salah satunya untuk penguasaan ketrampilan gerak olahraga, penguasaan strategi, yang akan digunakan dalam pertandingan, mempersiapkan untuk tampil percaya diri, meningkatkan ketrampilan interpersonal, dan mengendalikan gejala-gejala psikologis, konsentrasi, memperbaiki kesalahan.

4. **Latihan Mental *Imagery* dalam pendalaman karakter tokoh Cakil**

Pendalaman suatu karakter yang akan dibawakan juga menuntut kemampuan individu penari untuk dapat memenuhi standart kualitas tertentu. Hal tersebut dapat diupayakan dengan berbagai metode Latihan fisik dan juga Latihan hafalan gerak. Selain itu kemampuan penari dalam mendalami karakter juga erat kaitannya dengan kondisi kesiapan mental penari sebelum membawakan karakter tertentu. Penari harus bisa membawakan gerak, sikap (adeq) tokoh, dan karakteristik tokoh yang notabene hanya dapat dilihat dari bentuk wayang purwa dua dimensi dan dari cerita epos pewayangan. Nilai karakter dalam kebudayaan tersebut juga menjadi hal yang perlu

diperhatikan³⁰. Hal tersebut menuntut penari dapat berimajinasi dan akhirnya berhasil memunculkan tokoh tersebut di dalam dirinya.

Latihan mental *imagery* sangat dibutuhkan guna mengasah kemampuan mengimajinasikan suatu tokoh yang akan dibawakan, selain itu latihan mental *imagery* juga dapat membantu penari merefleksikan kembali gerakan yang akan dibawakan atau Teknik-teknik tertentu yang akan dibawakan guna mendukung penampilannya di atas pentas serta mempersiapkan untuk tampil percaya diri, meningkatkan ketrampilan interpersonal, dan mengendalikan gejala-gejala psikologis, konsentrasi, memperbaiki kesalahan. Pendalaman karakter terjadi pada proses persiapan atau pemanasan sebelum pentas, waktu yang terbatas sebelum melakukan pentas mengharuskan penari dapat berkonsentrasi dan merefleksikan kembali apa yang telah dilatih atau dilakukan tanpa harus menggerakkannya secara utuh. Hal tersebut kadang kala menjadi krusial karena dapat mempengaruhi jalannya pementasan atau keberhasilan seorang penari dalam membawakan tokoh tertentu. Ketika penari menerapkan Latihan mental *imagery* sebelum melakukan pementasan, penari akan melakukan proses refleksi terhadap apa yang telah dilatihnya dan apa yang akan dipentaskannya kemudian secara beriringan kondisi kesiapan mental penari akan lebih baik dari sebelumnya, serta pendalaman karakter akan lebih mudah dicapai bila

³⁰ M C P Aditya, "Nilai Karakter Dalam Properti Tari Bejata Sebagai Penguatan Profil Pelajar Pancasila," *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3, no. 3 (2023): 8430–37, <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/3098%0Ahttps://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/download/3098/2227>.

kesiapan mental dan konsentrasi penari meningkat. Budaya yang melekat dan telah diwariskan dari generasi ke generasi menjadi semakin konseptual, dan kepercayaan-kepercayaan yang terkait dengannya sulit untuk dihapus dari masyarakat ³¹.

Dalam dunia seni pertunjukan, khususnya pada seni tari, penerapan latihan mental imagery oleh seorang penari memiliki peran penting sebelum melakukan pementasan. Saat melibatkan proses refleksi terhadap latihan yang telah dilakukan dan mendekati momen pementasan, penari secara beriringan meningkatkan kesiapan mentalnya. Dengan demikian, penari dapat memasuki panggung dengan kondisi mental yang lebih baik daripada sebelumnya. Peningkatan kesiapan mental ini juga berkontribusi pada kemudahan dalam pendalaman karakter yang akan dibawa oleh penari. Latihan mental imagery memberikan kesempatan bagi penari untuk merenung tentang karakter yang akan mereka perankan, memvisualisasikan gerakan, dan merasakan emosi yang terkait. Dengan konsentrasi yang lebih tinggi, penari mampu mencapai tingkat pendalaman karakter yang lebih dalam, menciptakan penampilan yang autentik dan menggugah.

Budaya yang melekat dalam seni tari juga memainkan peran signifikan dalam persiapan mental penari. Warisan budaya yang telah diwariskan dari generasi ke generasi tidak hanya menjadi elemen konseptual dalam penampilan, tetapi juga membentuk landasan kepercayaan-kepercayaan yang sulit

untuk dihapus dari masyarakat ³². Oleh karena itu, kesiapan mental penari tidak hanya mencakup aspek ³³teknis dan artistik, tetapi juga melibatkan pemahaman mendalam terhadap nilai-nilai budaya yang melingkupi seni tari. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novita, Imran, Ramadhan, Sikwan, dan Ismiyani (2022), integrasi latihan mental imagery sebelum pementasan memiliki dampak positif terhadap kesiapan mental penari dan pendalaman karakter. Hal ini menciptakan pengalaman seni pertunjukan yang lebih mendalam dan memperkuat hubungan antara seni tari dengan budaya yang menjadi landasan kreativitas dan ekspresi dalam masyarakat.

C. Kesimpulan

Tokoh Cakil dalam kepenarian gaya Surakarta merupakan raksasa dalam pewayangan memiliki rahang bawahnya menonjol panjang ke atas. matanya selalu mengriyip, agak memicing. Selain itu warna suaranya juga khas, seperti suara orang tercekik, nadanya tinggi, berbeda dengan suara raksasa pada umumnya yang bernada rendah dan lantang. Hampir dalam setiap lakon Cakil muncul sebagai komandan pasukan yang bertugas menjaga tapal batas negara tertentu. Namun dalam lakon-lakon tertentu Cakil juga tampil dengan peran cukup menonjol. Karakter khusus tersebut harus dapat dibawa secara total baik dari segi Teknik gerak yang cukup atraktif maupun dari segi pendalaman kaarakter. Hal tersebut dapat dilakukan bila penari dapat memahami dengan baik dan mempunyai kondisi fisik, mental, dan kualitas kepenarian yang

³¹ Serly Novita et al., "Analisis Rasionalisasi Ritual Tepung Tawar Dalam Pelaksanaan Gunting Rambut Pada Masyarakat Etnis Melayu Kelurahan Batulayang Kota Pontianak," *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)* 6, no. 3 (2022), <https://doi.org/10.58258/jisip.v6i3.3568>.

³² Mochamad Parmudi, "Civil Religion Di Indonesia," *JSW (Jurnal Sosiologi Walisongo)* 2, no. 1 (2018): 51–70, <https://doi.org/10.21580/jsw.2018.2.1.1995>.

³³ Parmudi.

baik akan dapat dengan mudah tergerak semangatnya dalam mengekspresikan tari dilandasi kenikmatan dan keindahan, serta penghayatan lahir batin. Pemahaman tentang wirama, wiraga dan wirasa serta keseluruhan pembawaan yang harmonis merupakan tujuan utama dari pendalaman karalter serta kesempurnaan penampilan penari yang dapat terbentuk dari Latihan yang telah dilakukan sebelumnya.

Salah satu Latihan yang dapat membantu upaya tersebut adalah mental imagery. Latihan ini bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan atlet maupun penari salah satunya untuk penguasaan ketrampilan gerak, penguasaan strategi, yang akan digunakan dalam pertandingan, mempersiapkan untuk tampil percaya diri, meningkatkan ketrampilan interpersonal, dan mengendalikan mengendalikan gejala-gejala psikologis, konsentrasi, memperbaiki kesalahan. Sehingga dapat membantu penari dalam pencapaian pendalaman karakter Cakil yang akan dibawakan.

D. Daftar Pustaka

- Aditya, M C P. "Nilai Karakter Dalam Properti Tari Bejata Sebagai Penguatan Profil Pelajar Pancasila." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 5, no. 2 (2023): 2605–13. <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/3098%0Ahttps://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/download/3098/2227>.
- Aditya, M C P. "Nilai Karakter Dalam Properti Tari Bejata Sebagai Penguatan Profil Pelajar Pancasila." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3, no. 3 (2023): 8430–37. <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/3098%0Ahttps://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/download/3098/2227>.
- Aditya, M C P, A R O Satrianingsih, R Tindarika, and ... "Pelatihan Proses Penciptaan Gerak Kreasi Pada Tari Tradisi Nusantara Di Langkau Etnika Art Space." *Journal Of Human And ...* 3, no. 2 (2023): 133–38. <http://jahe.or.id/index.php/jahe/article/view/176%0Ahttp://jahe.or.id/index.php/jahe/article/download/176/96>.
- Aditya, Mega Cantik Putri. "Penerapan P5: Kolaborasi Pelajaran Ilmu Sosial Ekonomi Sains Dan Seni Budaya Pada Kurikulum Merdeka." *Academy of Education Journal* 14, no. 2 (2023): 649–66.
- Aditya, Mega Cantik Putri, and Iwan Ramadhan. "Kesenian Tari Orang-Orang Bertopeng: Memperkuat Relasi Sosial Dan Warisan Melayu Kalimantan Barat." *Satwika: Kajian Ilmu Budaya Dan Perubahan Sosial* 8, no. 1 (2024): 10–22.
- Astuti, Fuji. "Sumbang Duo Baleh 'Tolak Ukur Gerak Tari,'" 2021. <http://repository.unp.ac.id/id/eprint/33308>.
- Efriani, Efriani, Jagad Aditya Dewantara, Meliya Fransiska, Iwan Ramadhan, and Edy Agustinus. "Eksistensi Adat Dalam Keteraturan Sosial Etnis Dayak Di Kampung Bonsor Binua Sakanis Dae." *Refleksi Hukum: Jurnal Ilmu Hukum* 6, no. 1 (2021): 87–106. <https://doi.org/10.24246/jrh.2021.v6.i1.p87-106>.
- Hendratmoko, Damar. "Tari Gaya Surakarta Deskripsi Tugas Akhir Kepenarian Gagah." Institut Seni Indonesia (Isi) Surakarta, 2014.
- Nabila, Laraswati, Yohanes Bahari, Nining Ismiyani, Amrazi Zakso, and Iwan Ramadhan. "Analisis Nilai-Nilai Dalam Kesenian Tradisional Kuda Lumping Di Desa Rasau Jaya Tiga Kecamatan Rasau Jaya Kabupaten Kubu Raya." *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 9, no. 21 (2023): 450–59. <http://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/4798/4446>.
- Novita, Serly, Imran Imran, Iwan

- Ramadhan, Agus Sikwan, and Nining Ismiyani. "Analisis Rasionalisasi Ritual Tepung Tawar Dalam Pelaksanaan Gunting Rambut Pada Masyarakat Etnis Melayu Kelurahan Batulayang Kota Pontianak." *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)* 6, no. 3 (2022). <https://doi.org/10.58258/jisip.v6i3.3568>.
- Nurmaning, Bina Andari. "Pelestarian Nilai Kearifan Lokal Melalui Kesenian Reog Kendang Di Tulungagung." *Jurnal Pendidikan Sosiologi Dan Humaniora* 13, no. 2 (2022): 635. <https://doi.org/10.26418/j-psh.v13i2.54051>.
- Parmudi, Mochamad. "Civil Religion Di Indonesia." *JSW (Jurnal Sosiologi Walisongo)* 2, no. 1 (2018): 51–70. <https://doi.org/10.21580/jsw.2018.2.1.1995>.
- Ramadhan, Iwan. "Pembangunan Pariwisata Equator Park Dan Perubahan Sosial Budaya Ekonomi Masyarakat: Equator Park Tourism Development and Social Cultural Economic Change of The Community." *ETNOREFLIKA: Jurnal Sosial Dan Budaya* 10, no. 3 (2021): 322–90.
- Ramadhan, Iwan. "Penggunaan Metode Problem Based Learning Dalam Meningkatkan Keaktifan Belajar Siswa Pada Kelas XI IPS 1." *Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan* 4, no. 3 (2021): 358–69. <https://doi.org/10.37329/cetta.v4i3.1352>.
- Ramadhan, Iwan, Haris Firmansyah, Nur Meily Adlika, Hadi Wiyono, and Astrini Eka Putri. "Kuda Kepang Barongan: Eksistensi Kebudayaan Etnis Jawa Di Pontianak Sebagai Sumber Belajar Ips." *Jurnal PIPSI (Jurnal Pendidikan IPS Indonesia)* 8, no. 2 (2023): 147. <https://doi.org/10.26737/jpipsi.v8i2.3956>.
- Ramadhan, Iwan, Izhar Salim, and Supridi. "Pengaruh Pendidikan Multikultural Dan Pendidikan Karakter Terhadap Sikap Toleransi Siswa Sma Pancasila Sungai Kakap." *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa* 7, no. 2 (2018): 1–9. [https://www.kompasiana.com/imambasori.com/5554739b739773d31590564e/pendidikan-multikultural#:~:text=Untuk mewujudkan model-model tersebut,belajar mengajar%2C dan \(3\).](https://www.kompasiana.com/imambasori.com/5554739b739773d31590564e/pendidikan-multikultural#:~:text=Untuk mewujudkan model-model tersebut,belajar mengajar%2C dan (3).)
- Ramadhan, Iwan, Sana Sana, Imran Imran, and Agus Sikwan. "Analisis Ritual Tradisi Tuang Minyak Pada Wanita Hamil Etnis Melayu Di Desa Berlimang Kabupaten Sambas." *Sosio Edukasi Jurnal Studi Masyarakat Dan Pendidikan* 7, no. 2 (2024): 136–51.
- Riswanto, Zafar, Chatra P, Sunijati, Harto, Boari, Astaman, Dassir, Hikmah. *EKONOMI KREATIF: Inovasi, Peluang, Dan Tantangan Ekonomi Kreatif Di Indonesia*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2023. <https://books.google.co.id/books?id=pWHjEAAAQBAJ&lpg=PA5&ots=4vNUxhDqRD&dq=1.%09Kebijakan Dukungan untuk Startup Inovatif. Pemerintah memiliki peran krusial dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan startup inovatif. Dukungan kebijakan seper.>
- Sutriyanto, Eko. *Ikat Kait Implusif Sarira Gagasan Yang Mewujudkan Era 1990-2010*. Garudhawaca, 2018.
- Tindarika, Regaria. "Nilai-Nilai Dalam Kesenian Hadrah Di Kota Pontianak." *Jurnal Pendidikan Sosiologi Dan Humaniora* 12, no. 1 (2021): 1. <https://doi.org/10.26418/j-psh.v12i1.46319>.
- Untung, Sulistiani. "Transit, Transisi, Dan Transformasi Tari Srimpi Pandhèlori Gaya Yogyakarta." *Kebudayaan* 16, no. 1 (2021): 71–88. <https://doi.org/10.24832/jk.v16i1.388>.

Wahyudi, Didik Bambang. “Garap Tari Cakil Gaya Surakarta.” *Acintya* 15, no. 2 (2023): 109–26.