

Pelatihan Gerak dan Lagu bagi Mahasiswa Pendidikan Khusus

Sri Wahyuni¹, Al Khudri Sembiring^{2✉}, Nisaul Hasanah³, Dina Fitriani⁴

¹²³⁴Universitas Lancang Kuning, Pekanbaru, Indonesia

sriwahyuni91@unilak.ac.id¹, alkhudri_s@unilak.ac.id², Nisaul70@unilak.ac.id³,
dina@unilak.ac.id⁴

Article History:

Received: 8 Desember 2023

Revised: 14 Desember 2023

Accepted: 22 Desember 2023

Keywords: *Gerak; Lagu; Pendidikan Khusus*

Abstrak: Gerak dan lagu merupakan dua elemen yang dapat saling melengkapi untuk menciptakan pengalaman seni yang kaya dan beragam. Ketika gerak dan lagu digabungkan, dapat menciptakan pengalaman seni yang menggugah dan memikat, membawa manfaat estetis dan terapeutik. Gerak dan lagu memiliki sejumlah manfaat yang signifikan, baik secara fisik, kognitif, emosional, maupun sosial. Penggabungan gerak dan lagu dalam berbagai konteks memberikan manfaat holistik bagi individu, dari aspek fisik hingga psikososial. Di sekolah umum, dari tingkat Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) sampai pada tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) gerak dan lagu sudah masuk dalam kurikulum dengan nama seni budaya. Dewasa ini peran gerak lagu sudah sangat luas, dimana gerak dan lagu tidak hanya berperan sebagai hiburan semata tetapi sudah banyak dimanfaatkan di berbagai bidang baik medis maupun pendidikan. Di bidang medis lagu dapat digunakan sebagai terapi untuk penyembuhan penyakit tertentu, sedangkan dalam bidang pendidikan lagu digunakan sebagai sarana untuk mencapai tujuan pendidikan. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan kompetensi mahasiswa Pendidikan Khusus (PKh) semester 3 yang merupakan calon guru Sekolah Luar Biasa. Metode yang dilakukan yaitu ceramah, diskusi atau tanya jawab, serta simulasi dan praktek. Hasil yang menggambarkan bahwa mahasiswa sangat antusias dalam mengikuti kegiatan.

Pendahuluan

Lagu adalah seni yang melibatkan pengaturan suara atau bunyi-bunyi yang dihasilkan oleh instrumen atau vokal untuk menciptakan pengalaman estetis yang menyenangkan bagi pendengarnya (Mansurdin, 2020; Prasetyo, 2020). Ini melibatkan penggunaan unsur-unsur seperti melodi, ritme, harmoni, dan dinamika untuk menghasilkan karya seni yang unik. Lagu memainkan peran yang signifikan dalam kehidupan sehari-hari, memberikan hiburan, inspirasi, dan kepuasan artistik bagi banyak orang.

Gerak dan lagu merupakan dua elemen yang dapat saling melengkapi untuk menciptakan pengalaman seni yang kaya dan beragam (Santosa, 2019). Ketika gerak dan lagu digabungkan, dapat menciptakan pengalaman seni yang menggugah dan memikat, membawa manfaat estetis dan terapeutik. Gerak dan lagu merupakan interaksi dinamis yang melibatkan harmoni antara bunyi dan pergerakan fisik. Ini mencakup sejumlah aspek yang memperkaya pengalaman seni, baik dalam konteks pertunjukan maupun aktivitas sehari-hari (Respati et al., 2018). Gerak dan lagu menciptakan pengalaman seni yang holistik, menggabungkan aspek auditori dan visual. Seiring gerak dan lagu saling melibatkan, mereka menciptakan keseimbangan yang memikat dan meningkatkan makna artistik dari karya seni yang dihasilkan.

Gerak dan lagu memiliki sejumlah manfaat yang signifikan, baik secara fisik, kognitif, emosional, maupun sosial (Fitrianti & Reza, 2013). Penggabungan gerak dan lagu dalam berbagai konteks memberikan manfaat holistik bagi individu, dari aspek fisik hingga psikososial. Kegiatan ini tidak hanya memberikan kesenangan, tetapi juga mempromosikan kesejahteraan dan perkembangan individu secara menyeluruh. Dewasa ini peran gerak lagu sudah sangat luas, dimana gerak dan lagu tidak hanya berperan sebagai hiburan semata tetapi sudah banyak dimanfaatkan di berbagai bidang baik medis maupun pendidikan. Di bidang medis lagu dapat digunakan sebagai terapi untuk penyembuhan penyakit tertentu, sedangkan dalam bidang pendidikan lagu digunakan sebagai sarana untuk mencapai tujuan pendidikan (Syofia & Suharti, 2017).

Di sekolah umum, dari tingkat Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) sampai pada tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) gerak dan lagu sudah masuk dalam kurikulum dengan nama seni budaya. Namun demikian, berdasarkan pengamatan dilapangan, pelaksanaan masih belum terlaksana dengan baik. Hal ini dikarenakan masih banyak guru-guru yang mengajar lagu belum memiliki kompetensi yang diharapkan. Pada tingkatan PAUD bahkan hampir semua guru tidak memiliki dasar kemampuan berlagu yang memadai, sehingga dalam praktik pembelajarannya sangat jauh dari yang diharapkan. Sebagian besar guru-guru pada tingkat ini, dalam menyanyi kurang memperhatikan intonasi yang benar. Hal ini jelas sangat disayangkan, mengingat pada pengenalan lagu di tingkat anak-anak, seharusnya anak-anak dibiasakan mendengarkan nada-nada dengan intonasi yang tepat, sehingga apa yang terekam dalam ingatannya

adalah nada-nada yang benar. Kecerdasan yang sama nilainya dengan kecerdasan yang lain. Materi program dalam kurikulum dapat mengembangkan kecerdasan fisik antara lain: aktivitas fisik, modeling, dansa, menari, body languages, sport dan penampilan (Fitrianti & Reza, 2013; Respati et al., 2018).

Pada hal ini, mahasiswa Pendidikan Khusus (PKh) semester 3 merupakan calon guru yang harus memiliki kompetensi dalam bidang lagu, karena gerak dan lagu sangat mempengaruhi kemampuan daya ingat anak dalam mengembangkan kompetensi dirinya. Pada kondisi yang ada saat ini dan menyadari kompetensi yang dikuasainya, maka kami menjalin kerjasama dengan Program Studi PKh Fakultas Pendidikan dan Vokasi (Fadiksi) Universitas Lancang Kuning (Unilak) dan Himpunan Mahasiswa PKh (HIMA PKh) untuk meningkatkan kompetensi mahasiswa.

Metode

Pada kegiatan pengabdian ini, yang menjadi persoalan adalah kurangnya pemahaman mahasiswa terhadap gerak dan lagu. Akibat dari kurangnya pemahaman tentang gerak dan lagu bagi anak berkebutuhan khusus yang mana mahasiswa merupakan calon guru Sekolah Luar Biasa (SLB) atau Pendidikan Khusus, maka pada umumnya belum memiliki kompetensi yang baik pada pola pendidikan ini dalam mendidik, karena pelatihan ini menjadi bekal untuk menjadi guru SLB. Oleh karena itu, tim menawarkan solusi untuk melakukan pelatihan gerak dan lagu bagi mahasiswa PKh Semester 3 Fadiksi Unilak. Penggalan informasi awal melalui komunikasi mengenai kebutuhan mitra terhadap peningkatan kemampuan dalam gerak dan lagu selanjutnya akan ditindaklanjuti dengan survey lapangan dan penandatanganan kerjasama kegiatan pengabdian.

Prosedur yang dilakukan dalam kegiatan ini terdiri dari beberapa rangkaian kegiatan, mulai dari melakukan kegiatan analisis situasi berupa observasi lapangan dan interview sampai kepada pembuatan proposal dan laporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Kemudian pelaksanaan kegiatan pengabdian berupa Pelatihan Gerak dan Lagu bagi Mahasiswa Pendidikan Khusus semester 3. Metode yang dilakukan yaitu ceramah, diskusi atau tanya jawab, serta simulasi dan praktek. Prosedur yang dilakukan dalam kegiatan ini terbagi 2 sesi.

Pada sesi pertama dilakukan persiapan materi pendampingan berupa pengertian gerak dan lagu. Menggunakan alat peraga (seperti Poster) dan Penggunaan media audio-visual (ICT). metode yang digunakan adalah metode ceramah dan diskusi untuk memberi pemahaman mengenai Kegiatan penyuluhan dan Pelatihan Gerak dan lagu. Penyampaian materi sosialisasi tentang Gerak dan lagu bagi mahasiswa oleh Al Khudri Sembiring, M.Pd, Implementasi Gerak dan lagu di SLB oleh Sri Wahyuni, M.Pd dan Nisaul Hasanah, M. Psi., Psikolog. Pada sesi kedua menggunakan metode diskusi dan tanya jawab. Untuk mengetahui tingkat pemahaman mahasiswa PKh tentang Pelatihan Gerak dan Lagu.

Hasil

Pelaksanaan pelatihan yang diberikan kepada para peserta yang merupakan mahasiswa PKh Fadiksi dilaksanakan pada tanggal 21 dan 22 Oktober 2023 selama 32 jam. Adapun materi-materi yang disajikan dalam pelatihan yang dilaksanakan tersebut disampaikan oleh Tim PPM (Pengabdian Pada Masyarakat) meliputi Gerak dan lagu disampaikan oleh Sri Wahyuni, M. Pd, Al Khudri Sembiring, M.Pd, Nisaul Hasanah, M. Psi., Psikolog, Pelaksanaan pelatihan tersebut terdiri atas penyajian materi berupa teori dan praktik, serta pemberian tugas. Secara khusus, pelaksanaan kegiatan ini diuraikan sebagai berikut.

Secara keseluruhan, materi yang disampaikan dalam pelatihan ini terkait dengan seluk beluk gerak dan lagu untuk anak. Penyaji dalam pelatihan ini adalah tim PPM yang disesuaikan dengan kompetensinya masing-masing. Adapun jadwal penyajian terdiri atas dua hari yaitu pada 21 Oktober dan 22 Oktober 2023. Berikut diuraikan penyajian materi baik pada hari pertama (21 Oktober 2023) maupun pada hari kedua (22 Oktober 2023).

a. Penyajian Materi Pada 21 Oktober 2023

Penyajian materi pada hari pertama yaitu tanggal 21 Oktober 2023 adalah Gerak dan Lagu yang disampaikan oleh Sri Wahyuni, M. Pd., dan Penciptaan/pengubah Lagu Sederhana yang disampaikan oleh Al Khudri Sembiring, M. Pd. Sesi ini diawali dengan presentasi tentang Gerak dan Lagu. Adapun materi yang disajikan diawali dengan penjelasan tentang lagu-lagu yang sesuai dijadikan materi pembelajaran untuk anak. Pada saat penjelasan tentang materi tersebut, peserta nampak antusias memperhatikan, menyimak, bahkan ada pula yang bertanya.

Selanjutnya, penjelasan tentang gerak yaitu gerak yang disesuaikan dengan syair dalam lagu yang dinyanyikan. Gerak dan lagu pada anak merupakan salah satu kegiatan belajar yang sangat baik, karena dalam kegiatan ini aktivitasnya adalah bermain sambil belajar dan belajar sambil bermain. Penyajian materi Gerak dan Lagu yang disampaikan oleh Sri Wahyuni, M. Pd. Dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Mahasiswa sedang mengipementasikan tentang Gerak dan Lagu

Pada gambar 1 terlihat peserta yang antusias dalam menyimak dan memperhatikan apa yang disampaikan oleh Sri Wahyuni, M. Pd. Setelah dijelaskan tentang materi Gerak dan Lagu, selanjutnya para peserta diminta untuk praktik menerapkan gerak yang sesuai dengan lagu yang dijadikan materi pembelajaran. Kegiatan ini dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Peserta antusias mempraktikkan Gerak dan Lagu

Setelah para peserta selesai melakukan praktik gerak dan lagu, selanjutnya Sri Wahyuni, M. Pd. kembali menjelaskan teori Gerak dan Lagu yang difokuskan pada langkah-langkah dalam pembelajaran gerak dan lagu untuk PKh.

b. Penyajian Materi Pada 22 Oktober 2023

Pada sesi kedua (tgl 22 Oktober 2023), dilanjutkan dengan penyampaian materi mengenai Penciptaan/penggubahan Lagu Sederhana oleh Al Khudri Sembiring, M. Pd. Adapun materi yang disampaikan meliputi penciptaan syair sederhana (d disesuaikan dengan usia anak, dan penciptaan melodi sederhana. Penciptaan sebuah lagu dikategorikan untuk dua jenis yaitu vokal dan secara umum instrumental. Terkait dengan kegiatan ini, maka materi penciptaan lagu yang disampaikan difokuskan untuk vokal.

Materi pertama yang dijelaskan oleh Al Khudri Sembiring, M. Pd. adalah tentang penciptaan syair lagu. Ada tiga hal yang perlu diperhatikan pada saat penciptaan syair lagu, pertama, pesan atau isi syair; kedua, bentuk syair; dan ketiga, nilai kandungan syair. Nilai kandungan dan isi syair pada umumnya berguna untuk mendidik, sedangkan bentuk syair berguna untuk teknis pelaksanaan. Setelah dijelaskan, diberikan contoh lagu yang berjudul "Kasih Ibu", dengan syair berpedoman pada cinta.

Isi syair : Kasih Ibu kepada beta
Tak terhingga sepanjang masa
Hanya memberi tak harap kembali
Bagai sang surya menyinari dunia.

Bentuk lagu "Kasih Ibu" ini disebut bentuk A, terdiri dari satu bait berisikan empat baris kalimat sederhana.

Setelah selesai memberi penjelasan tentang penciptaan syair melodi, dilanjutkan dengan penjelasan tentang penciptaan melodi sederhana. Pada saat memberi materi tersebut, para peserta nampak antusias dan senang menerima materi yang diberikan. Hal ini dibuktikan banyaknya peserta yang bertanya tentang penciptaan sebuah lagu sederhana untuk materi pembelajaran. Setelah Al Khudri Sembiring, M. Pd selesai memberikan penjelasan materi penciptaan lagu sederhana secara keseluruhan, selanjutnya para peserta diberi tugas latihan membuat sebuah lagu sederhana.

Pada kegiatan pemberian materi penciptaan lagu sederhana tersebut, para peserta mengikuti dengan antusias dan penuh perhatian. Di samping itu, para peserta terlihat senang dan cukup berminta dalam menanggapi materi yang dijelaskan. Hal ini dibuktikan banyaknya peserta yang mengajukan pertanyaan tentang penciptaan lagu sederhana yang nantinya akan digunakan sebagai materi pembelajaran baik di SLB.

Sebagai penutup dari sesi kedua ini para peserta diberikan tugas oleh Al Khudri Sembiring, M.Pd. membuat satu lagu sederhana beserta liriknya. Selanjutnya lagu yang telah dibuat tersebut dipraktikkan pada hari berikutnya dalam gerak dan lagu seperti yang telah diajarkan oleh Sri Wahyuni, M. Pd. pada sesi pertama terdahulu.

Pembahasan

Gerak dalam lagu dapat mengacu pada beberapa hal tergantung pada konteksnya. Secara umum, gerak dalam lagu dapat merujuk pada pergerakan atau ekspresi fisik yang dihubungkan dengan musik (Fitrianti & Reza, 2013; Respati et al., 2018). Gerak dalam lagu dapat mencakup berbagai aspek tergantung pada konteks dan bentuk seni yang terlibat. Lagu sering kali menciptakan suasana emosional tertentu, dan gerakan dapat menjadi cara untuk menyampaikan atau merespons emosi tersebut (Prahesti et al., 2019). Ini dapat mencakup gerakan spontan yang timbul dari ekspresi diri atau gerakan yang diarahkan secara artistik.

Gerak dan lagu memiliki sejumlah manfaat, baik secara fisik maupun emosional. Gerakan fisik yang disertakan dengan lagu dapat meningkatkan aktivitas fisik (Rahayu et al., 2020; Widhianawati, 2011). Ini dapat membantu meningkatkan kesehatan jantung, fleksibilitas, dan kebugaran umum. Kegiatan fisik yang terkoordinasi dengan lagu tertentu dapat membantu mengurangi tingkat stres dan meningkatkan perasaan relaksasi. Musik telah terbukti memiliki efek positif pada kesejahteraan emosional. Gerakan dapat menjadi saluran ekspresi. Baik itu melalui tarian atau gerakan tubuh lainnya, ini dapat membantu seseorang menyampaikan atau mengungkapkan perasaan dan emosi (Nasution, 2016; Prasetyo, 2020; Santosa, 2019). Gerakan yang diatur dengan lagu tertentu dapat membantu meningkatkan konsentrasi dan fokus, terutama dalam konteks pendidikan atau pekerjaan yang melibatkan kegiatan berulang. Gerakan yang terkoordinasi dengan musik dapat memberikan rangsangan kognitif, membantu

meningkatkan keseimbangan, koordinasi, dan kemampuan motorik (Dini, 2022; Widhianawati, 2011).

Gerak dan lagu juga sangat bermanfaat bagi anak-anak, terutama anak berkebutuhan khusus. Penggunaan gerak dan lagu dapat sangat bermanfaat bagi anak-anak berkebutuhan khusus. Aktivitas ini dapat disesuaikan dengan kebutuhan individu anak, membantu dalam pengembangan keterampilan dan memfasilitasi interaksi sosial (Kusworo & Winarni, 2017; Milyartini, 2012; PURA, 2017). Aktivitas gerak seperti menari atau bermain dengan alat musik dapat membantu meningkatkan keterampilan motorik kasar dan halus pada anak-anak dengan gangguan motorik atau sensorik. Lagu dengan lirik sederhana dapat membantu dalam pengembangan keterampilan berbicara dan komunikasi. Lagu dan gerakan dapat merangsang indra anak, membantu dalam pengembangan respons sensorik (Dini, 2022; Respati et al., 2018).

Penggunaan lagu dan gerakan sebagai bagian dari rutinitas harian dapat memberikan prediktabilitas dan kenyamanan bagi anak berkebutuhan khusus. Lagu dan gerakan juga dapat digunakan untuk membangun selera humor dan kreativitas anak-anak dan menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan. Menggunakan lagu dengan elemen-elemen kognitif seperti hitungan atau nama-nama warna dapat membantu merangsang perkembangan kognitif anak-anak berkebutuhan khusus (Milyartini, 2012; Prasetyo, 2020; Tamada, 2015). Aktivitas gerak dan lagu dapat disesuaikan sesuai kebutuhan anak.

Kesimpulan

Berdasarkan seluruh kegiatan yang telah dilaksanakan, dapat dikatakan bahwa kegiatan tersebut mendapat tanggapan yang baik dari seluruh peserta pelatihan yang terdiri mahasiswa PKh Fadiksi. Hal ini dibuktikan dari antusias mereka dalam mengikuti kegiatan pelatihan dari awal hingga akhir. Selain itu, banyaknya pertanyaan-pertanyaan yang diajukan terkait dengan materi pelatihan yang diberikan. Bahkan sebagian peserta ada yang memberikan masukan tentang waktu pelatihan yang perlu ditambah atau dilanjutkan di lain waktu.

Daftar Pustaka

- Dini, J. (2022). Pengaruh Video Pembelajaran Gerak dan Lagu untuk Meningkatkan Fisik Motorik pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 2619–2625.
- Fitrianti, D., & Reza, M. (2013). Mengembangkan kegiatan gerak dan lagu untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun. *PAUD Teratai*, 2(3), 1–6.
- Kusworo, H., & Winarni, S. (2017). Model pemanasan berbasis gerak dan lagu bagi anak tunanetra. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 13(1), 19–24.

- Mansurudin, S. S. (2020). *Pembudayaan Literasi Seni Di SD*. Deepublish.
- Milyartini, R. (2012). Peran Musik Bagi Anak Berkebutuhan Khusus (Diffable= Different Abilities). *Makalah Penelitian. Direktori File UPI. Available Too: Http://File. Upi. Edu.*
- Nasution, R. A. (2016). Pembelajaran Seni Musik Bagi Pengembangan Kognitif Anak Usia Dini. *Jurnal Raudhah, 4(1)*.
- Prahesti, S. I., Taulany, H., & Dewi, N. K. (2019). Gerak dan Lagu Neurokinestetik (GELATIK) untuk Menumbuhkan Kreativitas Seni Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 4(1)*, 162–171.
- Prasetyo, N. (2020). *Anak, Kreativitas Dan Seninya (Musik)*. Deepublish.
- PURA, R. M. S. (2017). Pendidikan Seni Musik Untuk Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Dasar Luar Biasa Galuh Handayani. *Jurnal Pendidikan Sendratasik, 6(1)*.
- Rahayu, H., Yetti, E., & Supriyati, Y. (2020). Meningkatkan kreativitas anak usia dini melalui pembelajaran gerak dan lagu. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 5(1)*, 832–840.
- Respati, R., Nur, L., & Rahman, T. (2018). Gerak dan lagu sebagai model stimulasi pengembangan kecerdasan kinestetik anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Usia Dini, 12(2)*, 321–330.
- Santosa, D. A. (2019). Urgensi pembelajaran musik bagi anak usia dini. *Jurnal Ikip Veteran, 26(1)*, 78.
- Syofia, N., & Suharti, S. (2017). Pelatihan Seni Tari Dan Musik Sebagai Media Terapi Pada Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Dasar Luar Biasa silaing Bawah Kota Padangpanjang. *Batoboh: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat, 1(1)*.
- Tamada, A. W. (2015). Pendidikan Seni Musik pada Anak Berkebutuhan Khusus Kelas VII di Sekolah Inklusi SMPN 5 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Sendratasik, 3(1)*.
- Widhianawati, N. (2011). Pengaruh pembelajaran gerak dan lagu dalam meningkatkan kecerdasan musikal dan kecerdasan kinestetik anak usia dini. *Jurnal Penelitian Pendidikan, 2(2)*, 154–163.