
Pembelajaran Garap Tari Untuk Anak Autis (Kajian Substansi Psikologi, Terapi Musik Tari di Sekolah Home Schooling Insan Mandiri)

Ni Made Pande Suari

Institut Seni Indonesia Denpasar
Indonesia

pandesuari00@gmail.com

Ida Ayu Trisnawati

Institut Seni Indonesia Denpasar
Indonesia

dayutrisna@gmail.com



* *Corresponding author*

Citation in APA style:

Suari, N., & Trisnawati, I. (2024). Pembelajaran garap tari untuk anak autis (kajian substansi psikologi, terapi musik tari di sekolah Home Schooling Insan Mandiri). *Jurnal Penelitian Mahasiswa Indonesia*, 4(2), 210-217

Abstract

Children on the autism spectrum (autism) often face challenges in social interaction, communication, and expressing emotions. For them, understanding and responding to sensory stimuli and social situations can be complicated. However, through an interdisciplinary approach that combines psychology, music therapy, and dance, dance learning has been proven to be an effective method for helping autistic children overcome these obstacles. This article will explain why learning to dance which involves psychology, music therapy and dance has a positive impact on the development of children with autism. Contributions that can be made after carrying out the learning process, children who have autistic disorders, they are able to appear in Home Schooling school graduation performances, with very good application, starting from the level of imagination which supports very well, can produce very good dances above. performance stage. So that you can contribute to the school well.

Keywords: Working on Dance, Autism, Influence of dance and music

PENDAHULUAN

Psikologi anak adalah sebuah cabang dari ilmu psikologi yang mempelajari tentang tumbuh kembang dan perilaku siapapun yang berusia di bawah 18 tahun (Ratri, 2016 : 5). Salah satu gangguan psikologi pada anak yaitu Autis. Autis atau Autisme adalah gangguan perkembangan otak yang mempengaruhi kemampuan penderita dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain, autisme juga menyebabkan gangguan perilaku dan membatasi minat atau keinginan pada anak. Kelainan ini diakibatkan oleh faktor neurobiologis, anak autis yang sudah diberikan pembelajaran garap tari, merupakan anak yang berawal dari anak- anak yang malu namun memiliki keinginan yang sangat besar untuk belajar, walaupun mereka memiliki kekurangan dalam dirinya, namun tidak mengurangi keinginan untuk bisa dalam menari, dengan proses yang dilalui dapat menumbuhkembangkan daya kuat dalam menghafal setiap Gerakan yang diberikan kepada pelatih. Sehingga dapat berfikir dan menghafal dengan baik.

Anak-anak dengan spektrum autisme (autis) sering kali menghadapi tantangan dalam berinteraksi sosial, berkomunikasi, dan mengekspresikan emosi. Bagi mereka, memahami dan merespons stimulus sensorik serta situasi sosial dapat menjadi hal yang rumit. Namun, melalui pendekatan interdisipliner yang menggabungkan psikologi, terapi musik, dan tari, pembelajaran garap tari telah terbukti menjadi metode yang efektif untuk membantu anak-anak autis mengatasi hambatan tersebut. Artikel ini akan menjelaskan mengapa pembelajaran garap tari yang melibatkan substansi psikologi, terapi musik, dan tari memiliki dampak positif pada perkembangan anak autis. Pembelajaran Garap Tari dan Psikologi Anak Autis Psikologi memainkan peran penting dalam pembelajaran garap tari untuk anak autis. Melalui pendekatan psikologi yang tepat, anak-anak autis dapat belajar mengenali emosi, meningkatkan kesadaran diri, serta membangun hubungan sosial yang lebih baik. Psikoterapi kognitif perilaku (Cognitive-Behavioral Therapy/CBT) sering digunakan dalam konteks ini, di mana anak-anak belajar mengidentifikasi pola pikir dan perilaku negatif yang mungkin menghambat kemampuan mereka untuk berpartisipasi dalam tari. Melalui terapi ini, mereka dapat mengembangkan strategi baru untuk mengatasi kecemasan dan tantangan sosial.

Dalam proses anak-anak autis yang belajar pembelajaran garap tari dengan menggunakan terapi musik dan tari, dibuatkan hal tersebut agar dapat menambah terapi dalam diri peserta didik dengan baik, dengan menggunakan terapi musik dan tari dapat menumbuhkembangkan daya pemikiran imajinasi yang kuat dan sangat baik

METODE

Jenis penelitian yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan desain penelitian kualitatif deskriptif. Menurut Sukmadinata (2009: 60), penelitian kualitatif adalah suatu penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, pemikiran orang secara individu maupun kelompok, dimana peneliti sebagai instrument kunci.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Terapi Musik dalam Pembelajaran Garap Tari Terapi musik juga memainkan peran signifikan dalam pembelajaran garap tari untuk anak autis. Musik memiliki kekuatan untuk mempengaruhi suasana hati dan memicu respons emosional. Pada anak-anak autis, musik dapat membantu merangsang koneksi otak, memperkuat perkembangan sensorik, serta meningkatkan kemampuan berkomunikasi verbal dan nonverbal. Terapi musik yang dilakukan dalam konteks pembelajaran garap tari melibatkan penggunaan instrumen musik, nyanyian, serta eksplorasi ritme dan gerakan, sehingga anak-anak autis dapat mengungkapkan diri secara kreatif dan berpartisipasi dalam proses belajar dengan cara yang menyenangkan dan menarik.

Tari sebagai Sarana Ekspresi dan Integrasi Sensorik Tari adalah bahasa universal yang memungkinkan individu untuk mengungkapkan diri dan berkomunikasi melalui gerakan tubuh. Bagi anak-anak autis, tari menjadi sarana yang kuat untuk mengembangkan ekspresi emosi dan meningkatkan kemampuan sensorik mereka. Dalam pembelajaran garap tari, gerakan tubuh dikombinasikan dengan ritme musik, sehingga anak-anak autis dapat mengalami integrasi sensorik yang lebih baik. Gerakan dalam tari membantu mereka merasakan dan mengelola sensasi tubuh, memperbaiki koordinasi motorik, dan meningkatkan keseimbangan. Melalui tari, anak-anak autis juga belajar mengenali dan mengontrol gerakan tubuh mereka, sehingga dapat meningkatkan kesadaran diri dan memperbaiki keterampilan motorik halus dan kasar.

Tari adalah gerakan dari seluruh anggota tubuh yang selaras dengan bunyi musik, diatur oleh irama yang sesuai dengan maksud dan tujuan dalam tari. Ide garapan dapat muncul dari hasil apresiasi karya tari tradisi, kreasi, maupun modern, atau dasar pengalaman dalam kegiatan kehidupan dan aktivitas lainnya. Proses garap gerak tari banyak teknik dan cara yang dapat ditempuh pada saat melakukan proses pengembangan gerak tari. Proses garap gerak tari kreasi meliputi 4 tahap yaitu proses eksplorasi gerak, proses stilisasi dan seleksi gerak serta proses penggabungan gerak.

1. Proses Eksplorasi

Eksplorasi adalah proses penjajahan dan pencarian motif-motif gerak melalui berbagai cara yang dilakukan pada saat melakukan proses garap gerak tari. Pada langkah eksplorasi biasanya terbentuk karena adanya rangsang awal yang ditangkap oleh panca indera. Melalui rangsang inilah, praktik ide dan gagasan mengembangkan gerak dapat dilakukan dan akan mewujudkan proses kreatif gerak yang cenderung orisinal dari karya tari yang dibuat secara sederhana. Dalam proses eksplorasi ada beberapa stimulus yang dapat digunakan oleh penata tari dalam melakukan proses garap. Beberapa stimulus tersebut diantaranya berupa rangsangan auditif, visual, ideasional (gagasan) dan rangsang kinestetik. Jenis – jenis rangsangan tersebut antara lain :

1. Rangsangan Dengar (Auditif) adalah salah satu tahapan pengembangan gagasan gerak yang dilihat oleh suara atau bunyi suatu benda atau perbuatan sendiri. Contoh rangsang dengar antara lain suara instrumen musik (gendang, seruling, gamelan dan lain-lain), suara manusia (nyanyian, puisi, tangisan, dan lain-lain), suara alam (gemuruh ombak, angin, kicauan burung dan lain-lain)
2. Rangsangan visual dapat muncul karena panca indera, rangsangan ini dapat timbul dari objek gambar, warna, wujud, patung, melihat orang menari atau bergerak, dan lain sejenisnya. Seorang penata tari melalui gambaran visual tersebut dapat mengambil gagasan/konsep yang ada di balik hasil penglihatannya dan dengan segera mampu bereksplorasi menciptakan gerak tarian yang diinginkan.
3. Rangsangan Kinestetik dalam tahap ini dapat dilakukan seperti pada saat mengolah gerak berdasarkan pola hitungan
4. Rangsangan Gagasan (ideasional) adalah rangsangan yang seringkali digunakan penata tari dalam membuat karyanya. Untuk menyampaikan gagasan atau cerita yang akan disajikan biasanya gerak dirangsang dan dibentuk dengan kapasitas kemampuan penata tari.

Proses penemuan motif gerak juga dapat dapat melalui beberapa kegiatan eksplorasi lainnya:

1. Eksplorasi kemampuan dasar teknik gerak untuk menemukan sebuah motif gerak, kemudian divariasi kembangkan dari berbagai segi (aksi, kualitas, ruang, dan tata hubungan), dan dimanipulasikan dengan tujuh cara (pengulangan sebagai elemen konstruksi) untuk menemukan gerak yang diinginkan
2. Eksplorasi alam sebagai sumber untuk menemukan konsep tema gerak, kemudian melakukan improvisasi, eksplorasi, evaluasi, seleksi, komposisi/pengorganisasian, selanjutnya di variasikan dari berbagai segi.

3. Mengikuti kata hati, mengalami, dengan menerapkan prinsip laku telu (membuka diri, sabar menanti) ; gerak meruang (pelan, lembut, tanpa tekanan, dan berkesinambungan) baru meruang (atensi, makna)

Proses eksplorasi sangat berguna bagi pengalaman tari, termasuk berpikir, berimajinasi untuk merasakan dan merespon.

Proses penciptaan bermula dari munculnya sebuah ide. Untuk kemudian dilanjutkan dengan bereksplorasi gerak sesuai dengan ide garapan. Selanjutnya proses penciptaan tari berlanjut pada penambahan musik pengiring. Bagi pemula, proses penciptaan tari dapat dimulai dari mencari musik pengiringnya terlebih dahulu.

Eksplorasi merupakan proses berfikir, berimajinasi, merasakan, dan merespon suatu obyek untuk dijadikan bahan dalam karya tari. Wujudnya bisa berupa benda, irama, cerita, dan sebagainya. Eksplorasi dilakukan melalui rangsangan. Beberapa rangsangan yang dapat dilakukan untuk bereksplorasi antara lain :



Dalam proses eksplorasi ini, peserta didik diberikan kebebasan untuk mencoba beberapa Gerakan dengan meniru Gerakan pohon atau daun
Rangsang Visual

Mengamati suatu benda hidup maupun mati untuk dijadikan obyek pengamatan. Rangsang ini bisa muncul dari pengamatan terhadap patung, gambar, dan lain-lain. Dari benda-benda ini dapat kita amati dari segi bentuk, tekstur, fungsi, wujud dan lain-lain. Hasil dari pengamatan dengan rangsang visual kita dapat menemukan gerak yang keras, patah-patah, dan berirama. Dalam proses ini, peserta didik mencoba untuk menggabungkan gerakan dengan musik

Rangsang Audio/Dengar

Berbagai macam bunyi-bunyian dapat dijadikan rangsangan dalam menemukan gerak. Yang termasuk rangsang audio antara lain untuk iringan tari, musik-musik daerah, semua kentongan, lonceng gereja, suara yang ditimbulkan oleh angin, dan suara manusia. Gerak-gerak yang dapat diperoleh dari pengamatan ini antara lain gerak mengalir seperti angin, gerak yang lembut dan lemah gemulai.

Rangsang gagasan/ide

Gagasan atau ide sangat membantu dalam berkarya tari. Ide apapun itu dapat dijadikan rangsang untuk menciptakan gerak.

Rangsang kinestetik

Dalam menciptakan sebuah karya tari, kita dapat menggunakan gerak tertentu sebagai rangsang kinestetiknya. Gerak dapat diperoleh dari gerakan-gerakan dalam tari tradisional maupun kreasi baru/modern. Gerak dalam tari tradisional misalnya : ukel, sabetan, langkah step, srigig(lari kecil-kecil) dan lain-lain. Kita dapat menggabungkan gerakan-gerakan dasar tersebut untuk dirangkai menjadi sebuah tarian.

Rangsang Peraba

Sentuhan lembut, sentuhan kasar, emosi kemarahan, sedih yang kita rasakan juga dapat dijadikan rangsangan dalam penciptaan sebuah karya tari. Gerak yang dapat kita temukan dari hasil pengamatan ini antara lain gerak dengan tempo cepat, gerakan berlawanan, dan gerak yang patah-patah.

Dari rangsangan-rangsangan tersebut kita dapat memulai bereksplorasi. Eksplorasi dapat dilakukan melalui alam, binatang, buku cerita, dan lingkungan sekitar.

Eksplorasi Melalui Alam

Alam memiliki banyak ragam yang dapat kita amati untuk kita jadikan gerakan-gerakan dalam penciptaan karya tari. Cobalah kita keluar rumah...lihatlah sekitar kita. Amati sebuah pohon. Ada gerakan berayun, bersentuhan, melayang, bergandengan. Dari sini kita bisa menemukan gerakan seperti menggerakkan kedua tangan kita berayun, bergantian tangan kanan dan kiri. Atau kedua tangan lurus keatas berayun kekanan dan kekiri. Bisa jadi gerak tangan ukel sambil berputar ditempat bergantian tangan kanan ke atas dan tangan kiri ke bawah serta sebaliknya. Tetapi jangan lupa bahwa gerakan yang kita ciptakan harus sesuai dengan tema yang sudah dulu kita tentukan.

Eksplorasi melalui binatang

Binatang dapat kita amati dari wujud, jenis, suara, dan tingkah laku. Cobalah amati, peragai binatang tersebut. Satu contoh.kita mau menciptakan tari kupu-kupu. Perhatikan kupu-kupu, dari wujud, jenis serta tingkah lakunya. Kemudian kita terapkan pada diri kita untuk dijadikan sebuah gerakan seperti, kupu-kupu terbang, diam dengan hanya mengepakkan sayap, mengisap madu, makan, menggerakkan sungut dan lain-lain. Nah dari sinilah kita sudah menemukan gerakan untuk kemudian disesuaikan musik pengiringnya.

Eksplorasi melalui buku cerita anak



3. Improvisasi Gerak Tari

Improvisasi merupakan pengalaman secara spontanitas mencoba-coba/mencari-cari kemungkinan ragam gerak yang telah diperoleh waktu improvisasi. Inti dari gerak improvisasi adalah bentuk-bentuk gerak yang dilakukan penari yang pada setiap saat dapat dilakukan berbeda tetapi masih disesuaikan dengan maksud pengadegan dari gerak itu sendiri.

Gerak improvisasi dapat dikategorikan sebagai adegan gerak yang disengaja dan tidak disengaja. Adegan yang tidak disengaja oleh salah satu penari tersebut dapat dikategorikan sebagai gerak improvisasi oleh si penari. Akan tetapi, pada pelaksanaannya juga gerak improvisasi dalam tari dapat dilakukan secara sengaja sesuai dengan kebutuhan konsep garap. Improvisasi dapat memberikan kesempatan yang lebih besar bagi imajinasi dan menciptakan eksplorasi. Karena itu, di dalam improvisasi akan timbul suatu kepuasan rasa yang benar-benar sulit untuk diungkapkan dengan kata-kata. Improvisasi memberikan pengalaman yang dapat mendorong ingatan-ingatan tentang pengalaman hidup. Menyampaikan kesan-kesan dapat dijadikan sebagai acuan dalam merespon imajinasi baru dan mengembangkan ide-ide gerak. Sehingga, lahirlah kesadaran baru dalam bergerak.

4. Komposisi Tari

Membuat penataan tari atau mengkomposisikan tari memerlukan kreativitas yang berhubungan dengan kemampuan berpikir menyangkut sikap dan perasaan seseorang.

Kreativitas memerlukan kelancaran, keluwesan (fleksibilitas), orisinalitas berpikir, serta kemampuan untuk mengelaborasi (mengembangkan, memperkaya, memperinci) suatu gagasan. Dengan demikian, orang kreatif ialah orang yang menggunakan imajinasinya untuk memecahkan persoalan. Temuan gerakan dan cara penyusunan ke dalam tarian secara bertahap telah Dalam komposisi tari diperlukan unsur-unsur gerak dan komposisi kelompok. Unsur gerak mencakup disain atas, yaitu gerak simetris dan asimetris, gerak lengkung, garis lurus, atau horisontal. Unsur komposisi kelompok mencakup disain lantai, yaitu musik, pentas, tata rias, busana, properti, dan alat.

Menurut Bruscia (1998), metode improvisasi melibatkan klien untuk membuat musik, termasuk membuat berbagai bunyi atau melodi dengan berbagai media seperti suara dari mulut dan tubuh, perkusi, atau alat musik lainnya. Terapis secara spontan membentuk suara-suara tersebut menjadi sesuatu yang memiliki arti, dengan ritme, melodi, atau harmoni tertentu. Improvisasi dalam terapi musik juga menekankan pada hubungan antara terapis dan klien, di mana musik juga dapat dijadikan sebagai sarana untuk berkomunikasi secara nonverbal (Birnbbaum, 2014). Terapi musik dapat membantu meningkatkan kemampuan komunikasi dan interaksi sosial pada anak ASD (Geretsegger et al., 2014). Di sisi lain, aktivitas musik merupakan kegiatan yang melibatkan musik dan elemennya sebagai penunjang dari terapi atau intervensi lainnya. Aktivitas musik juga dapat dilakukan oleh siapa saja, termasuk orangtua ataupun guru. Terdapat setidaknya lima aktivitas musik sederhana yang dapat dilakukan oleh orangtua dan anak ASD di rumah (Scott, 2015; Thompson, 2014):

Terapi musik yang paling banyak digunakan untuk menangani anak dengan ASD adalah terapi musik improvisasi. Menurut Bruscia (1998), metode improvisasi melibatkan klien untuk membuat musik, termasuk membuat berbagai bunyi atau melodi dengan berbagai media seperti suara dari mulut dan tubuh, perkusi, atau alat musik lainnya. Terapis secara spontan membentuk suara-suara tersebut menjadi sesuatu yang memiliki arti, dengan ritme, melodi, atau harmoni tertentu. Improvisasi dalam terapi musik juga menekankan pada hubungan antara terapis dan klien, di mana musik juga dapat dijadikan sebagai sarana untuk berkomunikasi secara nonverbal (Birnbbaum, 2014). Terapi musik dapat membantu meningkatkan kemampuan komunikasi dan interaksi sosial pada anak ASD (Geretsegger et al., 2014). Di sisi lain, aktivitas musik merupakan kegiatan yang melibatkan musik dan elemennya sebagai penunjang dari

KESIMPULAN

Ada berbagai macam terapi yang dilakukan yaitu, terapi perilaku, terapi wicara, terapi okupasi, terapi fisik, terapi meditasi, terapi bermain, terapi medikamentosa, terapi melalui makan, terapi anggota keluarga, terapi integrasi sensoris, terapi auditori, terapi musik, terapi sosial, terapi perkembangan, terapi air dan terapi media visual. Anak-anak dengan spektrum autisme (autis) sering kali menghadapi tantangan dalam berinteraksi sosial, berkomunikasi, dan mengekspresikan emosi. Bagi mereka, memahami dan merespons stimulus sensorik serta situasi sosial dapat menjadi hal yang rumit. Namun, melalui pendekatan interdisipliner yang menggabungkan psikologi, terapi musik, dan tari, pembelajaran garap tari telah terbukti menjadi metode yang efektif untuk membantu anak-anak autis mengatasi hambatan tersebut. Artikel ini akan menjelaskan mengapa pembelajaran garap tari yang melibatkan substansi psikologi, terapi musik, dan tari memiliki dampak positif pada perkembangan anak autis.

Tari adalah gerakan dari seluruh anggota tubuh yang selaras dengan bunyi musik, diatur oleh irama yang sesuai dengan maksud dan tujuan dalam tari. Ide garapan dapat muncul dari hasil apresiasi karya tari tradisi, kreasi, maupun modern, atau dasar pengalaman dalam kegiatan kehidupan dan aktivitas lainnya. Proses garap gerak tari banyak teknik dan cara yang dapat ditempuh pada saat melakukan proses pengembangan gerak tari. Proses garap gerak tari kreasi meliputi 4 tahap yaitu proses eksplorasi gerak, proses stilisasi dan seleksi gerak serta proses penggabungan gerak.

REFERENSI

- Bungin, Burhan. 2011. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pres.
- Mudiasih, Ni Wayan dan Ni Wayan Iriani. 2020. *Metode Mencipta Tari Bagi Musyawarah Guru Mata Pelajaran (MGMP) Seni Budaya Tingkat SMA*. Denpasar: Fakultas Seni Pertunjukan
- Mugiyanto, Sal. 1992. *Koreografi Untuk Sekolah Menengah Karawitan Indonesia*. Jakarta: PT Ikrar Mandiri Abadi
- Nastiti, Laras Shantika, dan Malarsih. 2021. *Koreografi Tari Gambyong Jangkung Kuning di Surakarta*. Semarang: Jurnal Seni Tari.
- Nasution, S. *Berbagai Pendekatan Dalam Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nazir, Moh. 1988. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Patilima, Hamid. 2005. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta
- Sadirman. 2011. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Pres.