

APLIKASI ROLE-PLAY MELALUI TEKNIK OLAH TUBUH IMAJI

APPLICATION OF ROLE-PLAY THROUGH IMAGERY BODY WORKOUT TECHNIQUE

Deden Haerudin^{1a}, Fachri Helmanto²

¹Program Studi Pendidikan Seni Tari, Fakultas Bahasa dan Seni,
Universitas Negeri Jakarta, Jl. Rawamangun Muka, Pulo Gadung, Jakarta Timur 13220

²Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Djuanda Bogor, Jl. Tol Ciawi No. 1 Kotak Pos 35 Ciawi Bogor 16720

^aKorespondensi: Deden Haerudin, Telp/Hp: 08128716554, E-mail: deden.rengga@gmail.com

ABSTRACT

Role-Play in learning can shape and build children's character through fun activities. Coverage role-play is to combine all aspects of human nature in overcoming conflicts in everyday life. Even role-play is also used as a repertoire that can be pride at the end of the school year. However, these shows often force the capacity of the child to do the cast. This study aims to find good applications in learning through role-playing. The methodology used in this research is a case study with a descriptive analysis approach. The research objects were 30 kindergarten and elementary school teachers in West Jakarta through integrated arts training activities by the *Pusat Pelatihan Seni Budaya Jakarta Barat*. The data obtained in the form of observations, documents, and interviews. The validity and reliability of research findings were carried out using data triangulation techniques. This research resulted in the discovery of the concept of body imaging as a technique in preparing role-play in a fun way. The imagery body workout technique has a plan, a process, to an evaluation stage. The research is limited to teachers as implementing learning. It is hoped that there will be a continuation in similar studies that review the application of imaging techniques in children.

Keywords: role-play, imagery body workout, child theatre education

ABSTRAK

Role-Play dalam pembelajaran sanggup membentuk dan membangun karakter anak melalui kegiatan yang menyenangkan. Ketercakupan role-play adalah dengan menggabungkan segala aspek tabiat manusia dalam mengatasi konflik dalam kehidupan sehari-hari. Bahkan role-play juga dijadikan sebagai sajian pertunjukan yang dapat menjadi kebanggaan saat akhir tahun pelajaran. Namun, pertunjukan-pertunjukan tersebut kerap kali memaksakan kapabilitas anak dalam melakukan pemeranan. Penelitian ini bertujuan menemukan aplikasi yang baik dalam pembelajaran melalui role-play. Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus dengan pendekatan analisis deskriptif. Objek penelitian adalah para guru taman kanak-kanak dan sekolah dasar sebanyak 30 orang di wilayah Jakarta Barat melalui kegiatan pelatihan kesenian terpadu oleh Pusat Pelatihan Seni Budaya Jakarta Barat. Data yang diperoleh berupa observasi, dokumen dan wawancara. Validitas dan reliabilitas temuan penelitian dilakukan dengan menggunakan teknik triangulasi data. Penelitian ini menghasilkan temuan konsep olah tubuh imaji sebagai teknik dalam mempersiapkan role-play dengan cara yang menyenangkan.

Teknik olah tubuh imaji memiliki perencanaan, proses, hingga tahap evaluasi. Adapun penelitian ini terbatas pada guru sebagai pelaksana pembelajaran. Besar harapan adanya kelanjutan dalam penelitian serupa yang mengulas penerapan teknik olah tubuh imaji pada anak,

Kata kunci: role-play, olah tubuh imaji, pendidikan teater anak

Haerudin, D. & Helmanto, F. *Aplikasi Role-Play Melalui Teknik Olah Tubuh Imaji. Didaktika Tauhidi: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 6(2), 105-112

PENDAHULUAN

Kegemaran anak didominasi dengan kegiatan bermain. Bermain merupakan arena untuk belajar yang terpadukan dengan kegiatan belajar yang terus menerus terjadi dalam kehidupan kesehariannya.

Setiap anak memiliki naluri dasar untuk bermain, yaitu kebutuhan penyaluran emosi diri untuk berkreaitivitas dalam pola tertentu yang sangat membantu proses pertumbuhan dan perkembangannya yang dituangkan dalam gerak tubuh (Bisri, 2001). Proses pertumbuhan ini tidak hanya berpaut pada pertumbuhan fisik, tetapi juga berkaitan dengan perkembangan mental, sosial dan kematangan emosional. Anak-anak berupaya menelisiki, menganalisis, dan memperoleh kekayaan pengalaman, baik pengalaman diri, orang lain maupun lingkungan disekitarnya (Park, 2012) melalui kegiatan bermain yang menyenangkan, (Mulyadi, 1997).

Salah satu pola kegiatan bermain anak adalah bermain peran (*Dramatic Play*). Anak asik dalam dunia imaji dan fantasinya yang dimanifestasikan dalam peniruan perilaku orang dewasa (Stafford, 2011). Misalnya bermain dokter-dokteran, ibu-ibuan, polisi-polisian juga perlakuan anak terhadap benda – benda misalnya sebatang pohon kayu di khayalkan sebagai kuda, kapal terbang, mobil dan lain-lain.

Kegiatan bermain peran ini sering dilakukan anak baik spontan maupun diarahkan guru, secara kelompok maupun perorangan. Hal ini memberi stimulus pada anak untuk berani dalam imitasi berbagai peranan sosial yang diamatinya, memilih peran sesuai jenis kelaminnya, melepaskan ketakutan, mengoptimalkan kegembiraan dan mewujudkan khayalannya, serta mampu bekerjasama juga berinteraksi dengan sesamanya (Tedjasaputra, 2001).

Kenyataannya, repertoar-repertoar kecil yang diselenggarakan sejumlah taman

kanak-kanak dan sekolah dasar belum dapat dinikmati dengan baik. Kegiatan bermain peran yang dilakukan menjadi kegiatan yang kurang menyenangkan bagi anak yang disebabkan pemaksaan guru terhadap pemeranan tertentu yang dilakukan oleh anak. Dengan begitu, para guru taman kanak-kanak dan sekolah dasar perlu mengetahui permainan peran dan bagaimana bermain peran yang baik.

METODE

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana aplikasi pembelajaran bermain peran yang baik untuk taman kanak-kanak dan sekolah dasar. Dengan menggunakan metodologi studi kasus dengan pendekatan deskriptif analisis, penelitian ini dapat mengungkap adanya temuan konsep dalam aplikasi pembelajaran bermain peran. Metodologi ini dilakukan dengan pengumpulan data penelitian melalui observasi dan dianalisa sesuai kaidah teori penciptaan (Pavis, 2013). Data pada penelitian ini berupa hasil observasi, dokumen dan wawancara. Data empiris hasil analisis digeneralisasikan sehingga menjadi sebuah temuan konsep. Objek penelitian ini adalah para guru taman kanak-kanak dan sekolah dasar pada program pelatihan kesenian terpadu yang diselenggarakan tahun 2018 di Pusat Pelatihan Seni Budaya Jakarta Barat.

Peserta pelatihan sebanyak 30 orang guru yang berasal dari sejumlah taman kanak-kanak (7 orang) dan sekolah dasar (23 orang) di wilayah Jakarta Barat. Validitas dan reliabilitas temuan data dilakukan dengan cara triangulasi, yakni dengan melakukan konfirmasi hasil observasi berdasarkan dokumen dan wawancara.

HASIL

Kesuksesan pembelajaran bermain peran di kelas bergantung pada pengalaman guru dalam melakukan pemeranan beserta teknik katalis yang dapat diberikan guru saat pembelajaran bersama muridnya. Pondasi pemeranan didasari proses literasi yang dilaksanakan melalui olah tubuh imaji. Olah tubuh imaji merupakan rangkaian olahraga yang diawali dengan pemanasan, inti dan pendinginan dengan rangsang imajinasi peserta.

Pemanasan dalam olah tubuh imaji merupakan aktivitas peregangan otot-otot yang dimiliki manusia yang diawali dari kaki hingga kepala melalui gerak-gerak statis dan dinamis. Adapun gerak pemanasan dalam olah tubuh imaji antara lain a) gerak imitasi burung pelican, yakni gerak mengangkat salah satu kaki secara bergantian; b) gerak menirukan pesawat, yakni pengembangan gerak pelikan yang ditambahkan bentuk badan yang

membungkuk ke depan dan tangan yang membentang ke arah luar sehingga menyerupai badan pesawat; c) gerak burung dilakukan dengan cara menjinjit kaki, kepala menengadahkan keatas, dan tangan dikepakkan atas dan bawah; d) gerak jerapah dilakukan dengan cara meletakkan kedua tangan keatas dengan membentuk kepala jerapah, lalu berjalan seperti jerapah yang melakukan aktivitas makan dan minum. Aktivitas makan pada jerapah yakni dengan menjangkau lebih tinggi sehingga tubuh semakin tertarik ke atas. Sementara gerak minum membuat tubuh meregangkan dua kaki dan membungkukkan badan ke depan.

Bagian inti pada olah tubuh merupakan sebuah rangkaian rangsang imaji. Rangkaian gerak olah tubuh imaji inti diawali oleh kegiatan berjalan dalam lingkaran mengikuti arah jarum jam. Dalam berjalan selama 5 putaran, peserta diberi stimulus untuk tetap dalam garis khayal keliling lingkaran dan tidak saling mendahului ataupun keluar dari garis khayal tersebut. Setelah 5 putaran berhenti, diberikan jeda berupa gerak mundur sebanyak 7 langkah dan kemudian lanjut maju kembali untuk 5 putaran berikutnya. Kegiatan berjalan selanjutnya, peserta diberi rangsang berpikir suasana taman bunga dengan hati yang riang menghirup udara pegunungan yang segar. Dalam

perjalanannya, peserta diajak menemukan sebuah kolam alami kecil yang terdapat bebek-bebek berenang di atasnya. Atas dasar rangsang bebek tersebut, peserta diminta berjalan seperti bebek yang disertai dengan bunyi khasnya.

Selanjutnya rangsang berjalan peserta diubah sesuai dengan temuan-temuan binatang yang ada pada situasi yang diberikan sejak awal. Setelah bebek, peserta berubah menjadi kupu-kupu, orang utan, kijang, dan seterusnya.

Bagian pendinginan dalam olah tubuh imaji dilakukan dengan duduk dalam sebuah lingkaran. Peserta diajak untuk menghayalkan sejumlah rangsang berikut. Diawali dengan memeriksa saku baju, menemukan sebuah permen karet, dilanjutkan dengan membuka dan menyantap permen karet,

Permen karet tersebut dikunyah lalu dikeluarkan di atas tangan para peserta. Peserta diajak untuk menarik permen karet ke dua arah yang berlawanan lalu kembali disatukan untuk membuat bola dari permen karet dengan menggunakan kedua tangan. Setelah diyakini telah berbentuk seperti bola permen karet tersebut disantap kembali dan dikunyah menggunakan gigi geraham kanan, pindah ke geraham kiri, kemudian

ditiupkan menjadi bentuk balon hingga besar dan terus membesar sampai dikhayalkan balon permen karet tersebut pecah. Kemudian, keluarkan permen karet tersebut di atas telapak tangan kanan dan tepuk pundak teman samping kanan seraya mengucapkan terima kasih.

PEMBAHASAN

Seni bermain peran atau dikenal dengan istilah teater adalah peristiwa atau proses pemanusiaan ide-ide dan tujuan akhirnya bertujuan untuk memanusiakan manusia (Anirun, 1993). Teater adalah perwujudan pengolahan tubuh manusia dalam berkegiatan secara sadar. Manusia berperan sebagai unsur pokok dalam aktualisasi pada sebuah karya pertunjukan yang didukung oleh unsur pendukung. Unsur pendukung dalam karya pertunjukan antara lain gerak, vokal, bunyi/musik, dan artistik yang dijalin dalam cerita bermotif konflik tabiat manusia (Padmodarmaya, 1990).

Adapun unsur-unsur teater diurutkan sebagai berikut: a) tubuh manusia sebagai pemeran; b) gerak berupa gestur tubuh; c) suara merujuk pada vokal; d) Bunyi terbagi atas efek dan musik); e) artistik diperoleh dari cahaya, skenari, rias, dan kostum); dan, f) lakon sebagai unsur penjalin cerita.

Seni peran atau bermain peran merupakan unsur utama dalam suatu peristiwa teater yang menjadikan kemungkinan manusia sebagai fokus utama. Seni peran atau bermain peran mempunyai fungsi sebagai alat pendidikan. Karakteristik seni peran sebagai alat pendidikan akan memberikan kepuasan yang tepat guna kepada anak dalam hal: a) mendapatkan keterampilan menggunakan bahasa lisan; b) membangun kepribadian yang baik; c) belajar berkolaborasi dengan orang lain; d) menemukan kebenaran; e) mengembangkan kemampuan pengutaraan pikiran; f) membiasakan apresiasi estetis serta konsep budaya.

Bermain peran (*dramatic play*) merupakan salah satu bentuk bermain yang disukai anak. Drama berguna bagi anak karena: a) mengembangkan imajinasi; b) mengembangkan kemampuan berfikir mandiri; c) mengembangkan kemampuan untuk mencari ide-ide sendiri; d) melatih anak untuk kolaborasi dengan anak lain; e) mengembangkan kesadaran sosial; f) merupakan sarana untuk mengekspresikan perasaan; g) mengembangkan kebiasaan untuk berbicara dan mengembangkan bahasa; h) mengenalkan anak dengan seni peran; dan, i) merupakan rekreasi bagi anak (Mc Caslin dalam Tedjasaputra, 2001).

Bermain peran memberikan kesempatan dan kebebasan kepada guru dan anak untuk mengkreasikan permainan dari tema dan topik pembelajaran di kelas. Rerata semua bidang pengembangan pendidikan dan pembelajaran di taman kanak-kanak dan sekolah dasar dapat terintegrasi dalam bermain peran. Misalnya kemampuan berbahasa, daya pikir, daya cipta, keterampilan dan jasmani. Bermain peran menambah aksi ke dalam bahasa yang merupakan sarana untuk mengajarkan informasi, pengembangan kecerdasan interpersonal dan intrapersonal (Amstrong, 2002) serta kecakapan memecahkan masalah (Campbell, Campbell, & Dickinson, 2002).

Kecerdasan interpersonal merupakan daya memersepsi, mengenali suasana hati, maksud, motivasi, serta perasaan orang lain. Kecerdasan interpersonal tersebut tampak pada dialog yang diikuti dengan ekspresi wajah, teknik suara, gestur, isyarat, dan kemampuan responsi secara efektif dan pragmatis.

Kecerdasan intrapersonal diartikan sebagai kecakapan mengenali diri sendiri dan berperilaku berdasarkan hasil analisis pengenalan tersebut. Kecerdasan intrapersonal membutuhkan keakuratan kekuatan dan keterbatasan kapasitas diri

atas suasana hati, tujuan, motivasi, dan keinginan. Juga kecerdasan intrapersonal mampu mengungkap kapabilitas diri atas kedisiplinan dan apresiasi terhadap diri sendiri.

Kedua kecerdasan tersebut dapat dipergunakan dalam sejumlah repertoar. Drama spontan, drama terpimpin, sandiwara boneka, dan pantomim adalah repertoar yang cocok untuk anak taman kanak-kanak dan sekolah dasar (Feeney, Moravcik, & Nolte, 2019). Drama spontan adalah permainan drama yang dilakukan anak atas keinginan sendiri, dengan cara-cara tersendiri, berupa dialog atau perbuatan yang timbul dari pengalaman anak serta tidak membutuhkan peranan pemimpin atau kontrol dari guru. Manfaat permainan drama spontan ini adalah a) mengembangkan bahasa anak; b) mengembangkan perasaan sosial; c) mengembangkan daya cipta/ imajinasi dan fantasi anak; d) mengembangkan spontanitas anak e) mengembangkan ekspresi anak; dan, f) terapi psikologi anak.

Adapun keterlibatan guru dalam pelaksanaan drama spontan ini adalah sebagai berikut: a) memberikan pengayaan dari pengalaman-pengalaman nyata, misalnya bertamasya, kebun binatang, membaca cerita dan menonton; b)

memberikan tempat cukup luas untuk bermain; c) menyediakan alat yang cukup banyak; d) memberikan waktu yang cukup untuk aktivitas; dan, e) mengenalkan banyak teman.

Melalui permainan drama, anak diberi kesempatan untuk: a) menirukan orang dewasa; b) menirukan kehidupan sesungguhnya menurut anak; c) mencerminkan kehidupan keluarganya; d) mengekspresikan perasaan-perasaannya; dan, e) menyatakan keinginan (harapannya)

Drama terpimpin adalah permainan drama yang melibatkan guru sebagai pembimbing anak-anak. Berikut ini adalah peranan guru dalam permainan drama terpimpin yaitu a) mempersiapkan adegan-adegan yang sudah dikenal anak; b) mempersiapkan permainan pantomime; c) mempersiapkan naskah sederhana; d) menstimulus anak untuk bercerita tentang pengalaman keseharian anak; e) membagi peran sesuai dengan kemampuan masing-masing anak; f) mengulang-ulang permainan; g) melatih dialog untuk dihapal anak jika anak-anak tidak dapat membaca; h) guru menyediakan alat permainan drama; dan, i) memperhitungkan lama Permainan drama, durasi waktu yang diperlukan sewajarnya sekitar 15 menit untuk drama anak-anak.

Sandiwara boneka memotivasi anak mengekspresikan tabiat dan meleatakkan daya fantasi imajinnya. Guru berperan sebagai fasilitator alat peraga yang sangat menarik bagi anak-anak berupa boneka-boneka tangan dan panggung boneka.

Pantomim adalah drama yang tidak menggunakan kata-kata, tetapi menggunakan gerakan-gerakan visualisasi dari suatu peristiwa sehari-hari. Persiapan yang harus dilakukan untuk permainan pantomim ini adalah a) mengingat-ingat gerak yang dilakukan sehari-hari; b) menyusun gerakan-gerakan dalam sebuah adegan dan tema yang dipilih; c) menampilkannya secara kelompok; dan, d) menampilkan secara perorangan.

Jenis-jenis drama diatas adalah jenis bermain peran yang mudah untuk dilakukan oleh anak-anak usia taman kanak-kanak, yang dapat memberikan hiburan dan pengalaman bagi anak sekaligus anak dapat berkreasi sendiri,

KESIMPULAN

Dalam proses kreatif drama anak belajar mengintepretasikan alur cerita, ide-ide, tidak tergantung pada hapalan naskah, dan mengembangkan ide-ide anak sehingga ide-ide bukan dari orang tua atau guru tetapi dari mereka sendiri. Pada usia 4 sampai 6

tahun anak sangat senang tampil atau mementaskan sesuatu (*Assembly*), sekolah dapat mengembangkan dan memfasilitasi potensi ini.

Rangkaian olah tubuh imaji sejatinya sekaligus melatih daya fantasi anak dengan sejumlah kegiatan yang dapat ditirukan dengan cukup hanya membayangkan saja. Kecakapan anak dalam membayangkan sebuah peristiwa adalah kecakapan anak dalam melakukan literasi. Tentu literasi ini membutuhkan perwujudan sebagai bentuk konfirmabilitas. Olah tubuh imaji sebagai sebuah teknik dalam pengembangan literasi budaya yang diawali rangsang objek (perencanaan), berkhayal (proses) hingga diwujudkan dalam gerak yang dapat dilihat (evaluasi).

Jadi bermain peran akan berhasil, menarik, menyenangkan dan bermanfaat bagi anak kalau ditunjang oleh kemampuan dan kreativitas guru dalam mengorkestrasi dan mengarahkan (direction) anak pada suasana bermain peran dalam pembelajaran.

Penelitian ini dibatasi oleh penerapan pada guru taman kanak-kanak dan sekolah dasar. Besar harapan penelitian selanjutnya berupa pengulasan lebih mendalam aplikasi teknik olah tubuh imaji pada anak siswa taman kanak-kanak dan sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Amstrong, T. (2002). *Sekolah Para Juara*. Bandung: Kaifa.
- Anirun, S. (1993). *Teater untuk Dilakoni*. Bandung: Studiklub Teater Bandung.
- Bisri, M. H. (2001). Manfaat Olah Tubuh bagi Seorang Penari. *Harmonia Jurnal Pengetahuan Dan Pemikiran Seni*, 2(3), 61–71.
- Campbell, L., Campbell, B., & Dickinson, D. (2002). *Multiple Intelligences: Metode Terbaru Melesatkan Kecerdasan*. Jakarta: Inisiasi Press.
- Feeney, S., Moravcik, E., & Nolte, S. (2019). *Who am I in the Lives of Children?* New York: Pearson Education.
- Mulyadi, S. (1997). *Bermain itu Penting*. Jakarta: PT Elex-media Komputindo.
- Padmodarmaya, P. (1990). *Pendidikan Seni Teater: Buku Guru Sekolah Dasar*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Park, J. Y. (2012). A Different Kind of Reading Instruction: Using Visualizing to Bridge Reading Comprehension and Critical Literacy. *Journal of Adolescent and Adult Literacy*, 55(7), 629–640. <https://doi.org/10.1002/JAAL.00074>
- Pavis, P. (2013). Contemporary Mise en Scène. In *Contemporary Mise en Scène*. <https://doi.org/10.4324/9780203125137>
- Stafford, T. (2011). Teaching Visual Literacy in the Primary Classroom. In *Teaching Visual Literacy in the Primary Classroom*. London: Routledge.
- Tedjasaputra, M. (2001). *Bermain Mainan dan Permainan untuk Pendidikan Usia Dini*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.