Jurnal Guru Dikmen dan Diksus
Volume 4 Number 2, 2021. Page 162-173
p-ISSN: 2655-481x, e-ISSN: 2723-6404
Homepage: http://jgdd.kemdikbud.go.id/index.php/jgdd

PENGARUH LATIHAN OLAH TUBUH TERHADAP PENINGKATAN KELUWESAN GERAK TARI PADA SISWA TUNARUNGU

Indah Widyahety
SLBN Salatiga
email: betalovin@gmail.com

(Diterima: 22 Agustus 2021, Disetujui: 30 Desember 2021, Publikasi: 31 Desember 2021)

ABSTRAK

Sering kali ditemukan pada saat menari, anak tunarungu menunjukkan gerakan yang kaku dan kurang luwes. Hal tersebut dikarenakan tubuh seseorang belum terlatih dalam melakukan gerakan. Kurangnya kelenturan seseorang dikarenakan kurangnya latihan olah tubuh. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan olah tubuh terhadap peningkatan keluwesan gerak tari terhadap siswa tunarungu di SLBN Salatiga. Penelitian ini dikembangkan berdasarkan *best practice* peneliti sebagai seorang guru seni budaya di SLBN Salatiga. Tahapan penelitian ini yaitu 1) menemukan permasalahan keluwesan gerak anak tunarungu. 2) menyusun rancangan pembelajaran untuk meningkatkan keluwesan gerak tari dan 3) melakukan uji coba pembelajaran olah gerak 4) melakukan pencatatan hasil uji coba terhadap keluwesan gerak tari anak tunarungu dan 5) melakukan analisis hasil. Penelitian ini dilaksanakan di SLBN Salatiga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemanfaatan latihan olah tubuh dapat meningkatkan keluwesan gerak tari siswa tunarungu baik aspek wirogo, wiromo dan wiroso. Anak tunarungu lebih mudah dalam melakukan berbagai gerakan yang diajarkan oleh guru dan terlihat lebih luwes dalam melakukan gerakan–gerakan tari.

Kata Kunci: Olah tubuh; seni tari; tunarungu; keluwesan

ABSTRACT

Often found when dancing, deaf children show stiff and less flexible movements. This is because a person's body has not been involved in the movement. Lack of flexibility of a person due to lack of exercise. The purpose of this study was to determine the effect of body training on increasing the flexibility of dance movements for deaf students at SLBN Salatiga. This research was developed based on the researcher's best practice as an art and culture teacher at SLBN Salatiga. The stages of this research are 1) finding the problem of movement flexibility of deaf children. 2) develop a learning design to increase the flexibility of dance movements and 3) conduct a trial of learning motion exercise 4) record the results of the trial on the dance movement flexibility of deaf children and 5) analyze the results. This research was conducted at SLBN Salatiga. The results showed that the use of body exercises can increase the flexibility of the dance movements of deaf students in the aspects of wirogo, wiromo and wiroso. Deaf children are easier to perform various movements taught by the teacher and look more flexible in performing dance movements.

Keywords*: Body exercise; seni tari; deaf; flexibility.*

PENDAHULUAN

Menari adalah kegiatan yang sangat erat hubunganya dengan menggerakkan seluruh anggota tubuh, tubuh merupakan alat, dan gerak sebagai media. M. Jazuli dalam bukunya Pendidikan Seni Budaya (2008) mengemukakan beberapa definisi tari yang telah diupayakan oleh para ahli adalah sebagai berikut: Tari adalah gerak yang ritmis. Definisi yang singkat itu dikemukakan oleh Curt Sachs, seorang ahli sejarah dan musik dari jerman dalam bukunya World History of the Dance (1933). Tari adalah gerak-gerak yang diberi bentuk dan ritmis dari badan di dalam ruang. Definisi tersebut dikemukakan oleh seorang Belanda bernama Corrie Hartong dalam buku Danskunst (1955). Dalam buku Dance Composition (1965) yang ditulis oleh La Men dikatakan bahwa tari adalah ekspresi subjektif yang diberi bentuk objektif; B.P.A. Soerjodiningrat, seorang ahli tari Jawa dalam Babad Lan Mekaring Joged Jawi (2010) mengatakan, bahwa tari adalah gerak-gerak dari seluruh anggota tubuh/badan yang selaras dengan bunyi musik (gamelan), diatur oleh irama yang sesuai dengan maksud dan tujuan di dalam tari; Buku Djawa dan Bali (1972): Dua Pusat Perkembangan Drama Tari Tradisional di Indonesia, Soedarsono mengemukakan bahwa tari adalah ekspresi manusia yang diungkapkan dengan gerak-gerak yang ritmis dan indah.

Olah tubuh bagi seorang penari adalah suatu aktivitas latihan yang dilakukan dengan teratur yaitu melatih gerakan otot, persendian dan seluruh organ tubuh agar tubuh mampu melakukan gerakan secara optimal dan berkualitas. Selanjutnya, gerak tidak terlepas dari

tubuh, karena tubuh merupakan alat bagi seseorang untuk melakukan aktivitasnya, sehingga tidak heran jika seseorang penari sangat membutuhkan tubuh untuk mendapatkan gerakan-gerak yang indah. Olah tubuh sangat berperanan penting dalam membentuk teknik penari (Indrayuda, 2009). Tubuh adalah instrumen atau alat. Sedangkan gerak adalah media yang akan diolah. Pencapaian teknik perlu didahului persiapan tubuh yang kuat dan lentur yang dipergunakan dalam mengungkapkan, mengekspresikan, dan menampilkan gerak yang diinginkan agar bisa tercapai dengan sempurna. (Rahmida Setiawati 2008).

Menurut Bisri dalam Harmonia Jurnal Pengetahuan dan Pemikiran Seni (2001) olah tubuh adalah gerak yang dilakukan dalam aktivitas olah tubuh, yaitu dimana seluruh organ tubuh kita dapat digerakan ke arah lateral, frontal, maupun rotasi. Secara umum tubuh kita dapat dikelompokan menjadi empat bagian yaitu, 1). Kepala; 2). Badan; 3). Lengan kanan dan kiri; 4) Tungkai kanan dan kiri. Dari keempat kelompok ini seluruhnya dapat digerakan ke arah lateral yaitu yang sejajar dengan bidang tubuh kita atau ke kanan dan ke kiri, ke arah frontal yaitu arah yang berlawanan dengan bidang tubuh kita atau ke depan dan ke belakang, rotasi yaitu gerak berputar pada setiap persendian dan Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2005:795), olah tubuh adalah olahraga. Adapun susunan latihan olah tubuh diawali dengan Peregangan yaitu meregangkan persendian agar tubuh siap melakukan gerakan lalu Pemanasan yaitu dengan mengendorkan otot–otot tubuh, melemaskan bagian- bagian badan dan persendian, selanjutnya Latihan inti yang terdiri dari Pembentukan gerak, pembentukan dan peningkatan kondisi fisik, pembentukan dan peningkatan kualitas gerak. Selanjutnya adalah Latihan penutup yaitu (penenangan);melepaskan kekangan dalam tubuh, merilekskan kembali tubuh.

Olah tubuh akan sangat berguna sekali bagi anak yang akan memulai latihan menari, saat tubuh diolah dengan teratur maka akan menjadi kuat dan lentur dan siap melakukan berbagai gerakan dalam menari. Melakukan latihan olah tubuh berarti melatih tubuh dalammelakukan dasar-dasar dalam menari yang meliputi wiraga, wirama dan wirasa. Keluwesan/Luwes menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), adalah pantas dan menarik. Arti lainnya dari luwes adalah elok. Luwes adalah kualitas gerak yang sesuai dengan bentuk dan karakter peran yang dibawakan. Pada anak tunarungu di SLBN Salatiga kurang luwes dalam membawakan tarian dikarenakan metode pembelajaran tari yang kurang tepat yaitu belum dilakukannya pembelajaran olah tubuh sebelum melakukan pembelajaran seni tari.

Beberapa anak tunarungu memiliki masalah di dalam keluwesan gerak tari, yaitu

menunjukkan kemampuan gerak tari yang kurang luwes. Anak-anak belum bisa melakukan gerakan mendhak, ukel, ngithing, nyempurit, pacak gulu, ulap ulap, kebyok sampur dan Strisik dengan benar. Peneliti memfokuskan penelitian pada anak Tunarungu di SLBN Salatiga, dimana saat melakukan pembelajaran menari dalam gerakan-gerakan yang dilakukan masih terlihat kaku atau tidak luwes (kurang menguasai gerakan) dikarenakan tidak dilaksanakannya proses olah tubuh dalam pembelajaran Seni tari, sedangkan Tarian memerlukan fisik, dan stamina yang kuat, karena ada beberapa gerak yang memerlukan kekuatan, kelenturan, kecepatan, koordinasi serta keseimbangan tubuh terutama kaki dalam menyanggah, berlari dan menyeimbangkan tubuh. Berdasarkan pemaparan diatas peneliti tertarik untuk melakukan uji coba dengan memberikan latihan olah tubuh untuk meningkatkan keluwesan gerak tari pada anak tunarungu di SLBN Salatiga. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh latihan olah tubuh terhadap peningkatan keluwesan gerak tari pada anak tunarungu.

KAJIAN PUSTAKA

Anak tuna rungu adalah anak yang mengalami gangguan pada organ pendengarannya sehingga mengakibatkan ketidakmampuan mendengar, mulai dari tingkatan yang ringan sampai yang berat sekali yang diklasifikasikan kedalam tuli (deaf) dan kurang dengar (hard of hearing). (Kauffman dkk., 2018) mengemukakan bahwa orang yang tuli *(a deaf person*) adalah orang yang mengalami ketidakmampuan mendengar, sehingga mengalami hambatan dalam memproses informasi bahasa melalui pendengarannya dengan atau tanpa menggunakan alat bantu dengar (*hearing aid*).

Salah satu kegiatan untuk meningkatkan bakat anak tunarungu adalah melalui tari. Menari bukan hanya soal keindahan gerak dalam alunan musik, tetapi juga pendidikan, stimulasi ekspresi dan kreasi. Pendidikan tari untuk anak tunarungu dapat menimbulkan kepercayaan diri, serta mengasah kemampuan anak tunarungu. Apalagi pendidikan tari juga termasuk dalam kurikulum. Sehingga dalam prosesnya anak tunarungu lebih banyak menggunakan gerakan dari tubuhnya. Tujuan pembelajaran seni tari bagi pelajar adalah untuk mengekpresikan kembali pengalaman mereka yang lalu secara kreatif, memupuk dan mengembangkan daya ciptanya dan diekpresikan dalam bentuk seni karya tarian kreatif.

Sebuah tari akan dapat disajikan sesuai konsep garapan, salah satunya berhubungan dengan kematangan teknik tari. Apabila teknik tari tidak dikuasai, maka

tari tidak akan dapat mengkomunikasikan konsep garapan kepada penonton. Inti dari permasalahan teknik adalah olah tubuh. Sebab itu, olah tubuh sangat berperanan penting dalam membentuk teknik penari (Indrayuda, 2009:23). Tari adalah salah satu jenis gerak selain senam, bela diri, akrobatik, atau pantomime.Bagi anak tunarungu, untuk menguasai unsur gerak, ruang, tenaga, waktu, dan ekspresi, yang didalamnya termasuk posisi, tingkatan, jangkauan, arah, posisi, dan kecepatan gerak serta formasi, tidaklah terlalu sulit. Dengan melihat model (guru tari) mereka secara bertahap dapat mencontoh dengan baik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dikembangkan berdasarkan *best practice* peneliti sebagai seorang guru seni budaya di SLBN Salatiga. Tahapan penelitian ini yaitu 1) menemukan permasalahan kemampuan gerak (keluwesan) anak tunarungu dalam kegiatan seni tari di SLB. 2) menyusun rancangan pembelajaran untuk meningkatkan keluwesan gerak tari dan 3) mengetahui peningkatan kemampuan gerak tari (keluwesan) anak tunarungu di SLBN Salatiga. Penelitian ini dilaksanakan di SLBN Salatiga, dilaksanakan di Aula sekolah, yaitu tempat yang digunakan untuk latihan menari setiap harinya.

Penelitian ini mengambil 1 subjek anak Tunarungu kelas VIII SLB (B) di SLBN Salatiga. Subjek (Ev) berjenis kelamin Perempuan berusia 14 tahun yang duduk di kelas VIII SMPLB. Pemilihan Subjek Penelitian berdasarkan minat siswa terhadap pelajaran senitari, dan harapan penulis dari penelitian ini adalah meningkatkan kemampuan anak dalammenari.

Teknik pengumpulan data yang digunakan di dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan 1) Observasi. Observasi dilakukan dengan cara mengamati gerak anak tunarungu dalam proses pembelajaran seni tari dan 2) Tes yang diberikan pada subyek berupa tes praktek menari.

Tahapan penelitian ini adalah guru melakukan observasi untuk menilai gerak tari anak tunarungu, merumuskan masalah dan menyusun rancangan pembelajaran tari bagi anak tunarungu. Tahap selanjutnya, peneliti memberikan pembelajaran seni tari guna meningkatkan kemampuan gerak tari anak tunarungu. Pada tahap akhir peneliti memberikan tes tari. Peneliti melakukan observasi dan pencatatan hasil latihan terkait dengan kemampuan gerak tari (keluwesan gerak)

Peneliti melakukan penilaian gerak anak tunarungu (keluwesan) dengan menggunakan instrumen penilaian. Instrumen penilaian gerak tari meliputi aspek wirogo,

wiromo, danwiroso. Wirogo adalah menguasai teknik gerak /intensitas gerak anak tentang kemampuan sertaketerampilan dalam menampilkan tiap gerakan atau teknik dalam menghafal koreografi tari dalam gerakan. Wiromo adalah kesesuaian gerakan tubuh dengan musik iringan dan keterkaitan penari dengan iringan sehingga dapat membangkitkan emosi /rasa. Sedang wirosoadalah kesesuaian ekspresi gerak dengan tari hingga dapat menyampaikan pesan melalui gerakan – gerakan tari dan ekspresi penari.

Instrumen yang digunakan yaitu 1) Instrumen observasi, dilakukan sebelum diberikan tes dalam melakukan berbagai macam gerakan tari. Saat observasi, peneliti dapat melihat kemampuan awal subjek sebelum diberikan latihan olah tubuh. 2) Tes kemampuan penguasaan gerak tari, mengukur gerak tari pada subjek (Ev). Soal tes terdiri dari materi satu buah judul tarian dengan beberapa macam gerakan yang harus diikuti oleh subjek.

Teknik atau cara penilaian pada tes instrumen observasi melakukan gerakan dengan penguasaan wirogo, wiromo, dan wiroso. Adapun wirogo adalah menguasai teknik gerak /intensitas gerak anak tentang kemampuan serta keterampilan dalam menampilkan tiap gerakan atau teknik dalam menghafal koreografi tari dalam gerakan, wiromo adalah kesesuaian gerakan tubuh dengan musik iringan dan keterkaitan penari dengan iringan sehingga dapat membangkitkan emosi /rasa, wiroso adalah kesesuaian ekspresi gerak dengan tari hingga dapat menyampaikan pesan melalui gerakan–gerakan tari dan ekspresi penari.

Terdapat skor 1-5 dengan penjelasan skor 1-5 yakni skor 1: tidak bisa melakukan gerakan sesuai yang diperintahkan, skor 2: bisa melakukan gerakan dengan bantuanpenuh, skor 3: bisa melakukan gerakan dengan sedikit bantuan, skor 4: bisa melakukan gerakanmengikuti contoh dari guru dan skor 5: bisa melakukan gerakan yang sesuai tanpa bantuan/mandiri. Selanjutnya, berdasarkan tabel di atas, nilai tertinggi keluwesan gerak tari anak tunarungu adalah 15 dan nilai terendah adalah 3. Oleh kerana itu peneliti membuat nilai rentang keluwesan gerak tari yakni nilai 3 s.d. 5 sangat kurang, nilai 6 s.d. 8 kurang, nilai 9 s.d.11 cukup, nilai 12 s.d. 14 baik, dan nilai 15 sangat baik.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif. Hasil tes dianalisis dan dideskripsikan sebagai hasil temuan. Pada penelitian ini, tujuan akhir dalam menganalisis data mengenai keluwesan gerak tari terhadap siswa tunarungu melalui latihan olah tubuh yaitu untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian latihan olah tubuh terhadap Subjek (Ev) yaitu anak dengan hambatan tunarungu.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Data yang dihasilkan dalam penelitian ini adalah gambaran keluwesan gerak anak tunarungu, rancangan pembelajaran gerak tunarungu dan hasil pembelajaran. Berikut hasil temuan penelitian berdasarkan *best practice.*

1. Permasalahan Kemampuan Gerak (Keluwesan) Anak Tunarungu

Diketahui sebelumnya bahwa dalam melakukan gerakan tari anak masih sangat kaku, dikarenakan tubuh anak belum terlatih dan belum lentur. Pada tahap ini peneliti melakukan observasi terhadap (EV), sebelum dilakukan tes dan intervensi. Hasil observasi dapat dilihat pada tabel permasalahan keluwesan gerak tari. Pada tabel 1 terlihat (EV) tidak luwes dalam melakukan beberapa gerakan dalam tari.

Tabel 1. Permasalahan Keluwesan dalam Gerak Tari

No	Nama Gerak	Deskripsi	Luwes	Tidak Luwes
1	Mendhak	Bentuk kaki yang dominan dalam tari dengan posisi lutut kaki ditekuk (merendah), gerakan ini dilakukan selama menari.		√
2	Srisig	srisig adalah posisi atau gerakan lari-lari kecil, dengan posisi kaki jinjit dan mendak (lutut ditekuk)		√
3	Ngithing	posisi telapak tangan menghadap ke depan, ujung jari tengah menyentuh ibu jari sehingga membentuk lingkaran. Sedangkan jari-jari lain, seperti telunjuk, jari manis dan jari kelingking membentuk setengah lingkaran.		√
4	Nyempurit	posisi telapak tangan menghadap ke depan, kemudian ibu jari menyentuh jari telunjuk, sementara jari lain yaitu jari tengah dan jari manis ditekuk ke bawah membentuk setengah lingkaran, sedangkan jari kelingking ditekuk ke atas hingga bentuk posisi menyerupai kepala seekor burung.		√
5	Pacak Gulu	Gerak ini berpangkal pada gerak menekuk dan mendorong pangkal leher (jiling)		√
6	Ulap – ulap	Gerakan ini seperti gerakan hormat dengan posisi jari sejajar dengan alis atau dahi.		√
7	Seblak Sampur	menyibak selendang atau sampur yang menggantung di sisi badan. Selendang disingkap ke belakang.		√

2. Rancangan Pembelajaran/Latihan Olah Tubuh Anak Tunarungu

Penulis menyiapkan RPP sebagai rancangan pembelajaran yang akan dilakukan. Dalam melaksanakan pembelajaran penulis melakukan langkah – langkah dan mengajarkan materi sesuai dengan yang tertulis pada RPP. Berikut kegiatan latihan keluwesan gerak anak tunarungu.

1) Latihan Awal:

Pada latihan awal ini guru menyiapkan ruangan yang cukup luas untuk memulai latihan, menyiapkan laptop dan sound sistem untuk memberi iringan musik pada saat latihan, karena anak tunarungu tidak bisa mendengar dan hanya bisa melihat gambar video, musik digunakan untuk guru sebagai penyemangat dalam melatih. Selanjutnya guru menyiapkan siswa untuk 1) Melakukan konsentrasi yang cukup, tidak tegang, rileks, mengatur pernafasan yang normal.2) memulai latihan dari gerakan yang sederhana, yaitu gerakan bertahap dari yang pelan menuju tingkatan yang sedang lalu cepat. 3) membawa anak untuk konsentrasi penuh pada gerakan, tidak memikirkan sesuatu yang tidak berhubungan dengan olah tubuh. menggiring anak untuk dapat merasakan setiap motif gerak, otot meregang dan mengendur, aliran darah yang mengalir di setiap anggota tubuh yang bergerak.

2) Latihan Inti

Latihan ini memuat gerakan pokok dalam latihan untuk meraih tujuan olah tubuh yaitu bagian paling penting dalam pembentukan tubuh penari salah satunya adalah ketahanan. Ketahanan adalah toleransi suatu otot terhadap stress dimana suatu otot dapat mempertahankan penampilannya pada beban kerja tertentu. Latihan ini bertujuan untuk mengembangkan kekuatan bagi respon otot. Dalam olah tubuh kekuatan difokuskan pada otot perut, tangan, kaki. Gerakan ini dilakukan dengan: 1) Pemanasan yang cukup. 2) Menggunakan matras pelindung. 3) Melakukannya dengan rileks dan tidak terburu-buru. 4) Gerakan dilakukan berulang-ulang

3) Pendinginan

Pada saat pendinginan olah tubuh, gerak yang dipilih tidak hanya sekedar menormalkan aliran darah atau mengembalikan tenaga dalam posisi normal tetapi juga mengembalikan konsentrasinya. Variasi gerak yang sederhana, bahkan tidak berpola. Intinya adalah untuk relaksasi atau mengendorkan tenaga untuk menutup latihan sebelumnya. Pendinginan sebaiknya dilakukan dengan suasana hati yang gembira. Tujuanya adalah untuk

mengembalikan ketegangan otot supaya kembali pada posisi normal sehingga tubuh menjadi rileks.

4) Pernafasan

Pernapasan adalah proses kegiatan untuk mengambil O2 atau menghirup oksigen dan mengeluarkan CO2 atau membuang karbondioksida yang tidak diperlukan oleh tubuh. Dalam olah tubuh pernafasan berfungsi untuk relaksasi, pengendoran dan pelepasan ketegangan sehingga tubuh bergerak dengan leluasa. Penari sangat membutuhkan latihan pernafasan supaya tidak cepat lelah,lemas atau nafasnya tersengal-sengal.

3. Peningkatan Kemampuan Gerak Tari (keluwesan) Anak Tunarungu

Setelah dilakukan pembelajaran olah tubuh, terjadi peningkatan keluwesan dalam menari pada anak tunarungu. Hal ini terlihat pada tabel nilai /kondisi kemampuan anak dalam aspek wirogo, wiromo, dan wiroso sebelum dan sesudah diberikan pelatihan.

Tabel 2. Peningkatan Keluwesan

Aspek	Sub aspek	Kondisi sebelum intervensi	Kondisi setelah intervensi
Keluwesan gerak	Wirogo	Ev belum dapat melakukan gerakan “mendhak”.	Ev sudah dapat melakukan gerakan “mendhak”
		Ev belum bisa melakukan gerakan “srisig”	Ev sudah dapat melakukan gerakan “srisig”
		Ev belum bisa melakukan gerakan “ngithing”	Ev sudah dapat melakukan gerakan “ngithing”
		Ev belum bisa melakukan gerakan “nyempurit”	Ev sudah dapat melakukan gerakan “mendhak”
		Ev belum bisa melakukan gerakan “pacak gulu”	Ev sudah dapat melakukan gerakan “nyempurit”
		Ev belum bisa melakukan gerakan “ulap – ulap”	Ev sudah dapat melakukan gerakan “pacak gulu”
		Ev belum bisa melakukan gerakan “seblak sampur”	Ev sudah dapat melakukan gerakan “ulap - ulap”
	wiromo	Ev belum bisa menyesuaikan gerakan cepat dengan irama	Ev sudah bisa menyesuaikan gerakan cepat dengan irama.
		Ev belum bisa menyesuaikan gerakan lambat dengan irama	Ev belum bisa menyesuaikan gerakan lambat dengan irama.

Aspek	Sub aspek	Kondisi sebelum intervensi	Kondisi setelah intervensi
	Wiroso	Ev belum bisa mengekspresikan gerakan dengan baik.	Ev sudah bisa mengekspresikan gerakan sesuai dengan maksud tarian

Pembahasan

Penelitian ini ditujukan untuk satu orang siswa dengan inisial Ev kelas VIII dengan hambatan tunarungu di SLBN Salatiga. Siswa tunarungu adalah anak yang mengalami kehilangan fungsi pendengaran, baik sebagian maupun seluruhnya yang berdampak kompleks dalam kehidupannya Penyebabnya adalah anak sangat sedikit memiliki kosakata dalam sistem otak dan anak tidak terbiasa berbicara. Menurut Andreas Dwidjosumarto (dalam Sutjihati Somantri, 1996: 74) mengemukakan bahwa: seseorang yang tidak atau kurang mampu mendengar suara dikatakan tunarungu. Menurut somad dan herawati (Tamim,2010:31) anak tunarungu adalah seorang yang mengalami kekurangan atau kehilangan kemampuan mendengar,baik sebagian atau seluruhnya,yang diakibatkan karena tidak berfungsinya sebagian atau seluruh alat pendengaran sehingga ia tidak dapat menggunakan alat pendengaran dalam kehidupan sehari – hari yang membawa dampak terhadap kehidupan secara kompleks. Siswa tunarungu, yang memiliki hambatan komunikasi, Bahasa, bukan berarti terhambat dalam segala hal. Siswa tunarungu memiliki kelebihan dalam spasial sehingga sering disebut sebagai permata. Hambatan pendengaran menurut Gargiulo (2012) merupakan istilah untuk mendefinisikan gangguan pada fungsi pendengaran. Sementara definisi hambatan pendengaran dalam Somantri (2012) didefinisikan sebagai kondisi kehilangan kemampuan dengar yang menyebabkan seseorang tidak mampu menangkap rangsangan pada indera pendengarannya yang mengakibatkan indera pendengaran tersebut tidak memiliki nilai fungsional dalam kehidupan sehari-hari, sehingga memerlukan layanan pendidikan khusus.

Pendidikan seni tari terhadap siswa tunarungu merupakan suatu bagian dalam proses pembentukan individu menjadi pribadi yang lebih baik, karena dalam belajar seni tari, anak diajarkan bentuk-bentuk gerakan dalam tari. Pendidikan seni tari menjadi suatu kegiatan latihan menari yang akan dapat merangsang berbagai aktivitas tubuh, baik itu secara fisik yaitu membentuk elastisitas tubuh menjadi semakin baik, kebugaran dan refresing tubuh sehingga semua gerak-gerik tubuh menjadi terbiasa dan non fisik. Untuk menjadikan tubuh penari menjadi lentur supaya tubuh dapat melakukan berbagai gerakan maka tubuh perlu dilatih yaitu dengan olah tubuh. Apabila kegiatan olah tubuh ini dilakukan secara konsisten

maka seluruh persendian akan terlatih, peredaran darah lancar, dan otot-otot jadi lentur, serta dapat membentuk keluwesan pada penari.

Kegiatan olah tubuh dilakukan sebelum memulai kegiatan inti yaitu menari, hal ini dilakukan supaya tubuh penari benar-benar siap dalam melakukan setiap gerakan yang diajarkan guru dalam menari. Menurut Alter (1996:3) kelenturan adalah kemampuan untuk menggerakkan otot beserta persendian pada seluruh daerah pergerakan. Latihan olah tubuh dapat meningkatkan keluwesan gerak menari anak tunarungu.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil pembahasan yang telah dijelaskan sebelumnya dapat ditarik kesimpulan bahwa latihan olah tubuh terhadap siswa tunarungu di SLBN Salatiga sangat diperlukan. Olah tubuh sebagai materi pembelajaran seni tari sangatlah bagus untuk dilaksanakan selain dapat meningkatkan minat dan semangat siswa, olah tubuh juga penting dilakukan untuk pemula yang hendak belajar menari. Tubuh akan semakin siap untuk melakukan gerak tari apabila sering melakukan olah tubuh secara teratur. Materi olah tubuh juga bisa dijadikan alternatif bagi guru seni budaya khususnya seni tari untuk melihat seberapa besar kemampuan dan kesiapan tubuh siswa dapat belajar menari dengan baik dan benar. Selain itu, dapat mempermudah guru dalam memberikan materi tari yang akan datang, karena dengan diawali olah tubuh siswa lebih dapat mengenali diri dan melatih kelenturan tubuhnya.

DAFTAR PUSTAKA

_____. (2005). *Kamus Besar Bahasa Indonesia (edisi 3*). Departemen PendidikanNasional. Jakarta. Balai Pustaka.

Alter,Michael J. (1996). "*300 Teknik Peregangan Olahraga*. FloridaInternationalUniversity.

Arifin, Zainal. (2011). *Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosda.S, Arikunto. (2003), *Manajemen Penelitian*, Rineka Cipta, Yogyakarta.

Agus Purwanto,Erwan dan Dyah Ratih Sulistyastuti (2007),*Metode penelitian kuantitatif,untukadministrasi publik,dan masalah-masalah sosia*l. Yogyakarta:Gaya Media

Bisri, M. H. (2001). *Manfaat Olah Tubuh Bagi Seorang Penari.* Harmonia Jurnal Pengetahuan dan Pemikiran Seni. Vol 2. No 3. Universitas Negeri Semarang.

Gargiulo, Richard M. (2012). *Special Education and Contemporary Society 4 – An Introduction to Exceptionally*. California : SAGE Publication, Inc.

Hadi, Sutrisno. (2004). *Metodologi Research Jilid 3.* Yogyakarta : Andi

Indrayuda. (2009). Fenomena Kontemporer dalam Karya Tari. Mahapeserta didik Sendratasik dan STSI Padang Panjan. Padang: Universitas Negeri Padang.

Jazuli,M. (2008). *Pendidikan Seni Budaya Suplemen Pembelajaran Tari*. Semarang: Universitas Negeri Semarang

Kauffman, J. M., Hallahan, D. P., Pullen, P. C., & Badar, J. (2018). *Special education: What it is and why we need it*. Routledge.

Nurkancana, Wayan. (1993). *Pemahaman Individu. Surabaya*: Usaha Nasional Setiawati, Rahmida. (2008) *Seni Tari Jilid 1*. Jakarta: Direktorat Pembinaan SMK

Soegeng Santoso, dkk. (2009). *Kesehatan dan Gizi.Jakarta*: PT.Rineka Cipta dan P PT. Bina Adiaksara

Soemantri, Sutjihati. (2012). *Psikologi Anak Luar Biasa.* Bandung: PT. Refika Aditama.

Somad,P. (2009). *Dampak Ketunarunguan*. (online). Tersedia: http://permanariansomad.blogspot.com/2009/11/dampakketunarunguan.htmi (30 juni 2010)

Sugiyono. (2006). *Metode Penelitian Administrasi.* Bandung: CV. Alfabeta.

Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D.* Bandung: C.V Alfabeta

Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif,*

Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D.*

BandungALFABETA,CV.

Sumantri, Sutjihati. (1996). *Psikologi Anak Luar Biasa, Jakarta: Depdikbud*

Sunanto, Juang, dkk (2005). *Pengantar Penelitian dengan Subjek Tunggal Bandung*: UPI Press. dan R&D. Bandung: Alfabeta

Sunanto, Juang, dkk (2006). *Penelitian dengan Subjek Tunggal*. Bandung: UPI Press.