

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kegiatan menari merupakan suatu kegiatan yang sangat erat hubungannya dengan semua gerak. Gerak tubuh yang dijadikan media mulai dari ujung kepala sampai dengan ujung kaki tersebut harus dilatih secara rutin melalui latihan Olah Tubuh secara teratur, agar gerak yang dihasilkan sesuai dengan tarian yang akan dibawakan.

Latihan Olah Tubuh merupakan hal yang paling utama dalam pembelajaran tari, agar terciptanya peningkatan kemampuan gerak tari. Latihan ini meliputi pemanasan atau persiapan, pernapasan, peregangan, latihan inti, dan pendinginan. Seorang penari harus rajin berlatih demi pencapaian kemampuan gerak tubuhnya secara meyakinkan agar selalu dalam kondisi ideal.

Olah Tubuh sebagai salah satu cara untuk mengolah aktivitas tubuh yang tersusun secara sistematis dan terencana melalui latihan yang dilakukan oleh seluruh organ tubuh yang meliputi otot-otot, persendian agar selalu siap dan dapat berfungsi lebih baik dan optimal, serta diharapkan dapat membentuk kemampuan gerak khususnya dalam belajar menari. Santoso mengatakan bahwa Olah Tubuh adalah:

...Suatu bentuk kegiatan atau latihan dengan sengaja untuk menjadikan barang yang mentah, yang belum jadi menjadi barang yang masak atau barang yang jadi dan siap dipergunakan. MengOlah Tubuh adalah tindakan, kegiatan menyiapkan dwi tunggal tubuh dan jiwa, sehingga mencapai sesuatu yang telah ditetapkan (Santoso, 1986:1)

Pembelajaran tari biasanya diadakan di sekolah dan sanggar tari, pembelajaran tari di sekolah terbagi ke dalam dua kategori yaitu pembelajaran intrakurikuler dan ekstrakurikuler.

Pembelajaran intrakurikuler yaitu pembelajaran yang dilaksanakan saat pelajaran formal sesuai dengan proses pembelajaran kurikulum 2013. Pembelajaran intrakurikuler didasarkan pada proses pembelajaran yang berkenaan dengan mata pelajaran dalam struktur kurikulum dan dilakukan di kelas dan sekolah.

Ekstrakurikuler adalah kegiatan pelajaran non-formal yang dilakukan peserta didik di sekolah, umumnya di luar jam belajar intrakurikuler. Kegiatan ini ada pada setiap jenjang pendidikan dari sekolah dasar sampai universitas. Ekstrakurikuler ditujukan agar siswa dapat mengembangkan kepribadian, minat, bakat, dan kemampuannya di berbagai bidang. Dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 62 tahun 2014 tentang Kegiatan Ekstrakurikuler pada pendidikan dasar dan pendidikan menengah dijelaskan bahwa:

Menimbang :

- a. bahwa pengembangan potensi peserta didik sebagaimana dimaksud dalam tujuan pendidikan nasional dapat diwujudkan melalui kegiatan ekstrakurikuler yang merupakan salah satu kegiatan dalam program kurikuler;
- b. bahwa kegiatan ekstrakurikuler dapat memfasilitasi pengembangan potensi peserta didik melalui pengembangan bakat, minat, dan kemampuan serta kemampuan berkomunikasi dan bekerja sama dengan orang lain;
- c. bahwa berdasarkan pertimbangan sebagaimana dimaksud pada huruf a dan huruf b perlu menetapkan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan tentang Kegiatan Ekstrakurikuler pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah;

Ekstrakurikuler memiliki berbagai macam kegiatan yang bisa mengembangkan minat dan bakat para siswa baik dibidang olahraga, seni, dan pramuka. Kegiatan ekstrakurikuler seni terbagi ke dalam beberapa kesenian diantaranya seni tari, musik, rupa, dan teater. Dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler, khususnya ekstrakurikuler seni tari yang bertujuan mewedahi bakat dan minat siswa, diharapkan akan mendidik siswa untuk melestarikan budaya tari di Indonesia.

Pada pembelajaran Ekstrakurikuler dalam bidang Tari di SMPN 274 Jakarta, idealnya Olah Tubuh diterapkan pada latihan ekstrakurikuler tari, karena banyak siswa yang melakukan gerak-gerak tari yang kurang dilakukan dengan teknik yang benar, selain itu kemampuan gerak siswa belum terlihat ketika latihan tari dilakukan. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tari kurang kondusif dan terlihat tidak bersemangat karena sebelum latihan tari dimulai tidak dilakukan pemanasan dan langsung dilakukan latihan tari. Hal tersebut mengakibatkan siswa kurang menguasai tubuhnya dan belum bisa melakukan gerak tari sesuai dengan teknik yang benar sehingga kemampuan gerak tari siswa belum terlihat.

Kenyataan pada penelitian yang dilakukan di SMPN 274 Jakarta belum ada materi Olah Tubuh dalam ekstrakurikuler tari, maka perlu adanya tindakan yang dilakukan dalam ekstrakurikuler tari dengan menerapkan latihan Olah Tubuh sebelum kegiatan ekstrakurikuler tari dimulai.

Berdasarkan pengamatan di lapangan, bahwa siswa yang mengikuti kegiatan Ekstrakurikuler Tari kurang menguasai tubuhnya ketika menari sehingga tidak terlihat aspek kekuatan gerak, keseimbangan tubuh dan kelenturan pada gerak tari yang dilakukan sehingga kemampuan menari siswa dalam kegiatan Ekstrakurikuler Tari belum terlihat menggunakan teknik yang benar.

Untuk memperkaya referensi penelitian ini, maka telah dilakukan suatu tinjauan pustaka terhadap beberapa penelitian sebelumnya, antara lain:

Skripsi berjudul: “Penerapan Teknik Olah Tubuh untuk Meningkatkan Kemampuan Gerak dalam Pembelajaran Ekstrakurikuler Tari di SMP Kartika XIX-2 Bandung (Studi Eksperimen Melalui Pembelajaran Tari Yospan), (Yeli Yulianti, 2014. Universitas Pendidikan Indonesia). Skripsi tersebut menjelaskan tentang latihan Olah Tubuh yang diterapkan dalam ekstrakurikuler tari di

SMP Kartika XIX-2 Bandung. Dalam tulisan tersebut, menggunakan pendekatan kuantitatif dan metode yang digunakan adalah quasi eksperimen (eksperimen tidak murni). Pengumpulan data dengan cara tes, wawancara, observasi, dan studi dokumentasi. Analisis yang digunakan dengan menggunakan pola *01X02* dan desain One group pre test and posttest. Pada desain penelitian ini terdapat dua tahap yakni tahap pre test sebelum diberi perlakuan dan posttest setelah diberi perlakuan, dengan menerapkan teknik metode Olah Tubuh. untuk pembelajaran yang akan diambil. Hasil yang di dapat dalam penelitian ini adalah bahwa penerapan Olah Tubuh dapat meningkatkan kemampuan gerak. (Yeli Yulianti, 2014).

Perbedaan dari penelitian relevan di atas dengan penelitian yang dilakukan di SMPN 274 Jakarta adalah terletak pada jenis tari sebagai pembelajaran yang digunakan yaitu melalui Tari Sirih Kuning dari Betawi, sedangkan pada penelitian di atas menggunakan Tari Yospan dari Papua.

Berdasarkan latar belakang diatas tentang kegiatan ekstrakurikuler tari dan penerapan Olah Tubuh di SMPN 274 Jakarta adalah hal yang menarik untuk diteliti dan dijadikan penelitan, penelitian ini dirasa perlu dilakukan karena dalam Ekstrakurikuler Tari SMN 274 Jakarta banyak siswa yang masih kurang menguasai badannya untuk melakukan gerak tari, sehingga mereka melakukan gerak-gerak yang kurang maksimal dan kurang menggunakan teknik yang benar. Untuk mendorong munculnya kemampuan geraktari dalam diri siswaSMPN 274 Jakarta sebelum menari, maka mereka akan dilatih untuk melakukan Olah Tubuh secara benar dan teratur agar bisa memiliki kemampuan gerak yang baik dan benar ketika menari.

B. Pembatasan Masalah dan Fokus Penelitian

1. Pembatasan Masalah

- a. Kurangnya kemampuan gerak tari siswa saat melakukan kegiatan ekstrakurikuler tari
- b. Siswa yang kurang dapat melakukan gerak tari dengan teknik yang benar
- c. Siswa yang belum pernah melakukan Olah Tubuh sebelum menari.

2. Fokus Penelitian

Penelitian ini difokuskan pada proses kegiatan ekstrakurikuler tari di SMPN 274 Jakarta yang akan menerapkan latihan Olah Tubuh untuk meningkatkan kemampuan gerak tari melalui Tari Sirih Kuning dan melihat hasil dari proses latihan Olah Tubuh tersebut terhadap siswa.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana kemampuan gerak tari siswa sebelum melakukan Olah Tubuh pada Ekstrakurikuler Tari di SMP Negeri 274 Jakarta ?
2. Bagaimana proses latihan Olah Tubuh pada Ekstrakurikuler Tari di SMP Negeri 274 Jakarta ?
3. Bagaimana hasil kemampuan gerak tari siswa setelah latihan Olah Tubuh pada Ekstrakurikuler Tari di SMP Negeri 274 Jakarta ?

D. Kegunaan Penelitian

1. Bagi siswa:

- a. Melatih siswa untuk meningkatkan kemampuan gerak dalam Ekstrakurikuler Tari di SMP Negeri 274 Jakarta.
 - b. Meningkatkan aktivitas latihan siswa pada Ekstrakurikuler Tari di SMPN 274 Jakarta.
2. Bagi Guru Ekstrakurikuler Tari:
- a. Meningkatkan profesionalisme seorang guru.
 - b. Memperbaiki dan meningkatkan kinerja guru.
 - c. Meningkatkan kemampuan proses pembelajaran latihan seni tari
3. Bagi Sekolah:
- a. Memberikan masukan dalam mengembangkan kemampuan pelatihan ekstrakurikuler tari.