

PROGRAM "LOMBOK RAWIT" SEBAGAI SARANA TERAPI BAGI ANAK TUNALARAS

Exwan A. V., Akhmad Riva'i A., Riska Putri C., dan Niwang Tunjung P.
Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Yogyakarta

Abstract

Student Creativity Program of "*Lombok Rawit*" standing for *Latihan Among Bekso dan Karawitan* (practicing dancing and playing *gamelan*) is motivated by a will to make the traditional Javanese *gamelan* music and dance as a means of therapy for mentally retarded students. Through this program, the mentally retarded children are expected to be familiar with the Javanese culture, while getting a therapy to reduce emotional and behavioral deviations. This program is implemented to the mentally retarded children in Special School E Prayuwana Yogyakarta. There are 25 students in the school. The training was conducted from April to July, 2014. The results achieved after the training are (1) the increase of the value of the post-test is by 68%. This percentage is obtained from the tabulated results from the instrument, which show a reduction in the number of occurrences. The characteristics of mentally retarded children are hyperactivity, fear, antisocial, etc. (2) The team of this program manage to hold a simple form of collaborative performances of *gamelan* and dance by the children. (3) The team also manage to compile teaching materials in the form of modules and CD of *gamelan* and dance lessons for children so that it can be used widely by teachers and therapists of mentally retarded children. Based on the results of the program, it can be concluded that the training of "*Rawit Lombok*" can be used as a therapeutic tool for such children. Based on the effectiveness of this program, the team of the program try to do a follow up in the form of mentoring and socialization, so that a similar program can be applied to other mentally retarded children in other schools.

Keywords: *mentally retarded children, therapy, Lombok Rawit*

PENDAHULUAN

Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) "Lombok Rawit" (Latihan Among

Bekso dan Karawitan) ini dilatarbelakangi keinginan untuk menjadikan karawitan dan tarian tradisional Jawa sebagai

sarana terapi bagi siswa tunalaras. Melalui program ini diharapkan anak-anak tunalaras dapat mengenal budaya Jawa, sekaligus mendapatkan terapi untuk mengurangi hambatan emosional dan penyimpangan perilakunya. Anak tunalaras memang mempunyai hambatan emosional dan penyimpangan perilaku. Hal ini sesuai dengan pendapat Ibrahim dan Aldy dalam Ummah (2013: 44) yang menyatakan bahwa anak tunalaras merupakan anak yang bertingkah laku kurang sesuai dengan lingkungan dengan menunjukkan penentangan terhadap norma-norma sosial masyarakat seperti mencuri, mengganggu, dan menyakiti orang lain. Secara lebih terperinci, anak tunalaras mempunyai karakteristik sebagai berikut: (1) mengalami kekacauan tingkah laku sehingga suka berkelahi, menyerang, mengamuk, membangkang, dan lain-lain, (2) merasa cemas dan menarik diri, (3) Anak yang kurang dewasa, dengan ciri-ciri, yaitu pelamun, kaku, berangan-angan; pasif, mudah dipengaruhi, pengantuk, pembosan, dan kotor, (4) Anak yang agresif bersosialisasi biasanya mempunyai geng, mencuri bersama teman, bolos, dan mingsgat dari rumah (Hallahan & Kauffman dalam Astati, 2014:30).

Berbagai macam terapi untuk anak-anak tunalaras sudah sering dicobakan. Salah satu terapi yang efektif untuk mengurangi jumlah kemunculan

karakteristik perilaku anak tunalaras adalah dengan musik dan tari. Musik dapat memberikan terapi untuk melatih kemampuan kognitif, berbicara, melatih kemampuan motorik, dan sosial (Guy dan Neeve, 2005:2). Menurut berbagai penelitian yang dirangkum oleh *American Music Therapy Assosiation* (2014:2-3), dinyatakan bahwa musik memang efektif untuk mereduksi perasaan marah dan frustrasi. Memberikan keseimbangan pemikiran serta tingkah laku, sehingga lebih mudah untuk diarahkan ketika belajar di kelas. Selain itu, musik juga terbukti mampu meningkatkan kemampuan untuk melakukan interaksi sosial. Selain musik, tari juga terbukti efektif sebagai sarana terapi bagi anak-anak tunalaras. Pernyataan tersebut dapat dibuktikan melalui berbagai penelitian yang sudah dilakukan oleh para ahli. Misalnya yang ditulis oleh Ja Jeong dan Chan Hong (2005:17-12) yang menyatakan bahwa tari mampu mengatasi depresi dan tekanan psikologis terutama pada remaja. Hal ini senada dengan pendapat Koch (2014:2) yang juga menyatakan bahwa tari dapat menjadi sarana terapi untuk penyakit fisik maupun kelainan mental. Begitu pula dengan riset yang dilakukan oleh Devereaux dan Loman (2014) yang mengungkapkan keefektifan tari sebagai sarana terapi.

Berdasarkan latar belakang di atas, dibuat program pelatihan karawitan

dan tari tradisi untuk anak-anak Tunalaras di SLB E Prayuwana, Yogyakarta. Program ini diharapkan dapat digunakan sebagai sarana terapi untuk mengurangi sikap hiperaktif, malu, takut yang berlebihan, dan karakteristik lain dari anak-anak tunalaras. Tidak hanya mendapatkan terapi, tetapi anak-anak juga sekaligus mengenal budaya Jawa karena musik yang digunakan untuk terapi adalah karawitan Jawa dan tari yang digunakan juga tari tradisional Jawa. Selain itu, PKMM ini juga akan menyusun modul dalam bentuk buku dan CD pembelajaran karawitan dan seni bagi anak-anak tunalaras. Buku dan CD ini diharapkan dapat digunakan secara luas oleh SLB dan para terapis anak-anak tunalaras. Program ini mengajak anak-anak tunalaras untuk menabuh gamelan dan menarikan tari tradisional, sehingga anak dapat *among rasa* (melatih rasa dan emosi), *among raga* (olah tubuh untuk kesehatan jasmani melalui tari tradisi), dan *among wirama* (melatih kefokuskan melalui irama *gendhing* karawitan).

METODE

Metode pendekatan pada program pengabdian masyarakat Lombok Rawit ini dengan metode transfer ilmu dari mahasiswa kepada pihak yang dilatih. Indikator keberhasilan berupa kenaikan nilai *post-test*, pementasan, dan pembuatan modul. Nilai *post-test* diperoleh

dengan menggunakan instrumen penilaian. Instrumen ini berisi indikator-indikator karakteristik anak tunalaras. Jika angka kemunculan karakteristik anak tunalaras seperti: (1) takut, (2) diam, dan tidak mau berinteraksi dengan teman dan guru-guru, (3) berbicara tanpa izin saat proses pembelajaran berlangsung, (4) keluyuran di dalam kelas (hiperaktif), (5) mengganggu teman, (6) memukul teman, (7) malas dalam mengerjakan tugas, (8) membangkang atau tidak mematuhi perintah guru, (9) marah dengan tiba-tiba, (10) berteriak di dalam kelas, (11) berbicara jorok kepada teman-temannya, (12) melanggar instruksi guru, dan (13) sering melakukan tindakan agresif berkurang lebih dari 50%, maka program dianggap berhasil. Selain hal tersebut tim juga merancang modul pembelajaran dalam bentuk buku dan CD pembelajaran. Program Lombok Rawit yang diterapkan untuk siswa SLB E Prayuwana.

Pemilihan SLB E Prayuna dikarenakan jumlah siswa yang memenuhi syarat bagi pelaksanaan PPM. Dikarenakan untuk memainkan satu perangkat gamelan, diperlukan kurang lebih 12 orang penabuh. Selain itu, SLB E Prayuwana yang beralamat di Jalan Ngadisuryan No.2, Alun-alun Selatan Yogyakarta ini termasuk SLB yang sudah lama berpengalaman mendidik anak-anak tunalaras. SLB ini didirikan pada tahun

1970 dan lulusannya banyak yang kemudian bersekolah di sekolah umum, pada jenjang yang lebih tinggi. Pelaksanaan pelatihan dilaksanakan di Balai Budaya Minomartani, Yogyakarta. Adapun waktu pelaksanaannya pada bulan April sampai dengan Juli 2014. Tahapan pelaksanaan program dapat dilihat pada keterangan di bawah ini.

Tahap Persiapan

Tahap persiapan "Lombok Rawit" dibagi menjadi empat tahap, yaitu sebagai berikut.

- Observasi tempat dan sarana prasarana.
- Pendataan calon peserta Program "Lombok Rawit" di SLB E Prayuwana Yogyakarta.
- Persetujuankerjasama Program "Lombok Rawit" antara TIM PKMM dengan kepala sekolah SLB E Prayuwana.
- Pengadaan modul, soal evaluasi, dan administrasi pembelajaran "Lombok Rawit".
- Persiapan media, sarana, dan prasarana pembelajaran termasuk mencari tempat latihan karawitan untuk pelaksanaan program.

Tahap Pelatihan

Setelah semua tahap persiapan dilalui, tahap selanjutnya adalah tahap pelatihan atau proses pelatihan, proses

pelatihan tersebut adalah sebagai berikut.

- Pelatihan dilakukan bertahap satu kali dalam seminggu yang dilaksanakan setiap hari Jum'at pukul 13.00 WIB.
- Peserta dapat menerima materi pelatihan oleh Tim "Lombok Rawit".
- Dalam pelatihan ini materi dimaksudkan agar siswa dapat bereksplorasi dalam bentuk pementasan sederhana.

Tahap Evaluasi

Tahap Evaluasi pada program Lombok Rawit ini dimaksudkan untuk menguji kebermanfaatan program yang dilaksanakan di SLB E Prayuwana, Yogyakarta. Adapun tahap evaluasi tersebut meliputi 3 macam.

- Evaluasi berupa pretest dan postest.
- Evaluasi dilakukan untuk mengetahui perkembangan *raga, rasa, dan wira-ma* anak tunalaras.
- Evaluasi akhir dikemas dalam bentuk pementasan sederhana.

Tahap Pengembangan dan Tindak Lanjut

Untuk mengembangkan program Lombok Rawit, tim mengembangkan modul pembelajaran tari dan karawitan dalam bentuk buku dan CD pembelajaran. Tindak lanjut program adalah dengan pendampingan agar program terus berjalan pendampingan dan sosialisasi agar

program serupa dapat diterapkan bagi siswa tunalaras di SLB yang lain

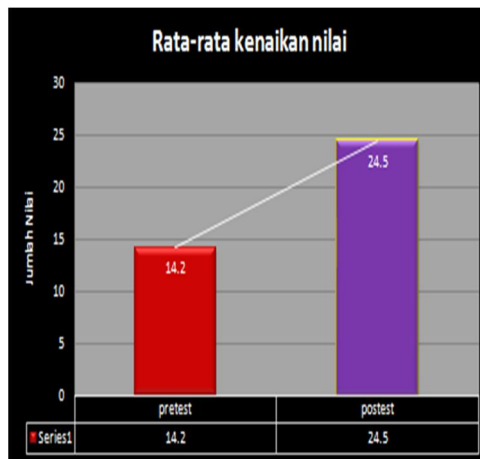
HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil PKMM ini yaitu: (1) Melatih karawitan dan tari bagi anak-anak tuna laras di SLB E Prayuwana sebagai terapi untuk mengurangi kuantitas kemunculan karakter tunalaras, (2) pelaksanaan pentas sederhana karawitan dan tari bagi anak-anak tunalaras SLB E Prayuwana, dan (3) penyusunan bahan ajar yang berupa CD dan modul.

Pelatihan Karawitan dan Tari bagi Anak-Anak Tuna Laras di SLB E Prayuwana sebagai Terapi untuk Mengurangi Kuantitas Kemunculan Karakter Tunalaras

Program Lombok Rawit yang dilaksanakan untuk siswa SLB E Prayuwana, Yogyakarta berhasil mengurangi kuantitas kemunculan karakter tunalaras, siswa SLB E Prayuwana. Siswa-siswa tersebut dapat *among rasa* (melatih rasa atau emosi), *among raga* (olah tubuh untuk kesehatan) dan *among wicara* (melatih kefokusannya). Adapun hasil yang dicapai melalui Program Lombok Rawit ini sesuai dengan grafik peningkatan *pretest* dan *posttest* di bawah ini.

Berdasarkan Grafik 1, peningkatan rata-rata kenaikan nilai *pretest* dan *posttest* di atas, dapat diketahui adanya peningkatan sebesar 68% yaitu dari skor



Grafik 1. Peningkatan Rata-rata Kenaikan Nilai pada *Pretest* dan *Posttest*

rata-rata 14,2 dari *pretest* meningkat menjadi 24,5 pada *posttest*. Peningkatan rata-rata kenaikan nilai sebesar 68 % ini diperoleh dari perhitungan masing-masing indikator pada tes yang dilakukan. Indikator yang berupa *assessment* tersebut berisi tentang karakteristik anak-anak tunalaras yang berupa (1) takut, (2) diam, dan tidak mau berinteraksi dengan teman dan guru-guru, (3) berbicara tanpa izin saat proses pembelajaran berlangsung, (4) keluyuran di dalam kelas (hiperaktif), (5) mengganggu teman, (6) memukul teman, (7) malas dalam mengerjakan tugas, (8) membangkang atau tidak mematuhi perintah guru, (9) marah dengan tiba-tiba, (10) berteriak di dalam kelas, (11) berbicara jorok kepada

teman-temannya, (12) melanggar instruksi guru, dan (13) sering melakukan tindakan agresif berkurang lebih dari 50%, sehingga program dinyatakan berhasil. Prosentase 68% ini, artinya terjadi penurunan sebanyak 68% terhadap kemunculan karakteristik anak-anak tunalaras. Angka ini merupakan angka total dari seluruh siswa.

Pelaksanaan Pentas Sederhana Karawitan dan Tari Bagi Anak Tunalaras

Latihan karawitan dan tari dilaksanakan secara rutin sejak 25 April 2014 yang diawali dengan pengenalan gamelan dan tarian tradisional Jawa. Materi karawitan yang diajarkan berupa materi awal yang sederhana meliputi *gangsaran* dan

lancaran. Sedangkan untuk tarian materi yang diajarkan berupa gerakan tangan, gerakan kepala, dan koreografi untuk perpindahan posisi penari. Kemudian pada tanggal 23 Mei 2014 dilaksanakan *tempuk gendhing* untuk menyelaraskan antara gamelan dengan tarian. Kemudian latihan untuk memperhalus tabuhan serta gerakan tari terus dilaksanakan mulai 30 Mei sampai dengan 13 Juni 2014. Latihan gabungan berikutnya dilaksanakan pada tanggal 20 Juni 2014. Kemudian pada tanggal 4 Juli 2014 berhasil diselenggarakan pentas sederhana oleh anak-anak tunalaras SLB E Prayuwana. Berikut visualisasi pelaksanaan latihan dalam program ini.



Gambar 2. Prose Pelatihan Karawitan



Gambar 3. Proses Pelatihan Tari

Penyusunan Bahan Ajar yang Berupa CD dan Modul

Program ini juga menghasilkan produk yang berupa bahan ajar. Bahan ajar yang dibuat diwujudkan dalam bentuk CD dan modul. Keduanya dapat dimanfaatkan sebagai pegangan mengajarkan program serupa pada anak-anak lainnya selepas kegiatan ini berakhir.

PENUTUP

Setelah diadakan evaluasi dalam rangka pengambilan nilai program "Lombok Rawit" di SLB E Prayuwana, dapat diketahui peningkatan hasil belajarnya, yaitu sebesar 68%. Hal ini menunjukkan bahwa Program Lombok Rawit dapat digunakan sebagai sarana terapi untuk *among rasa, raga lan wirama widagdaning tanaya luhur* (melatih rasa, kesehatan melalui olah tubuh, dan tingkat kefokusannya melalui karawitan untuk menjadi manusia yang berakhlak mulia) dan mengurangi ketunalarasan anak tunalaras pada Siswa SLB E Prayuwana, Yogyakarta. Adapun saran untuk Tim PKM-M "Lombok Rawit" yaitu lebih kreatif dalam membuat media pembelajaran yang mudah dipahami. Saran untuk peserta pelatihan, yaitu kedisiplinan waktu dan fokus ketika berlatih agar proses belajar dapat terlaksana lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- American Music Therapy Association. 2014. *Special Education: Music Therapy Research and Evidence-Based Practice Support*. http://www.musictherapy.org/assets/1/7/bib_Special_Education.pdf. diakses tanggal 22 Agustus 2014.
- Astati. 2014. *Karakteristik dan Pendidikan Anak Tuna Daksa dan Tuna Laras*. http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PEND._LUAR_BIASA/194808011974032-ASTATI/Karakteristik_Pend_ATD-ATL.pdf. diakses tanggal 19 Agustus 2014.
- Deveraux, C. dan Loman, S. 2014. *Editorial*. <http://link.springer.com/article/10.1007/s10465-014-9177-2/fulltext.html>. diakses tanggal 20 Agustus 2014.
- Guy, J. and Neve, A. 2014. *Music Therapy & Special Needs*. http://www.themusictherapycenter.com/sites/default/files/images/factsheet_s/mtcca_specialneeds.pdf. diakses tanggal 22 Agustus 2014.
- Kim, Y. dan Suh, C. 2005. *Dance Movement Therapy Improves Emotional Responses and Modulates Neurohormones in Adolescents with Mild*

- Depression*. Taylor & Francis Inc. Northwest USA.
- Koch, S. 2014. Effects of Dance Movement Therapy and Dance on Health-Related Psychological Outcomes: A Meta-Analysis. https://www.academia.edu/4232049/Effects_of_dance_movement_therapy_and_dance_on_health-related_psychological_outcomes_A_meta-analysis. diakses pada 18 Agustus 2014.
- Ummah, M. 2013. "Pendidikan Agama Islam pada Anak Tunalaras di SLB E Prayuwana Yogyakarta". *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.