

**IMPLEMENTASI OLAH TUBUH
DALAM PEMBELAJARAN SENI TARI
DI SMP NEGERI 1 SEWON**

SKRIPSI

Untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mencapai kelulusan Sarjana S-1
pada Jurusan Pendidikan Seni Pertunjukan



**Diajukan Oleh:
Rini Sugianti
1510042017**

**PROGRAM STUDI S-1 PENDIDIKAN SENI PERTUNJUKAN
JURUSAN PENDIDIKAN SENI PERTUNJUKAN
FAKULTAS SENI PERTUNJUKAN
INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA
2019**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Implementasi Olah Tubuh Dalam Pembelajaran Seni Tari Di SMP Negeri 1 Sewon” telah diterima oleh Tim Penguji Skripsi Program Studi S-1 Pendidikan Seni Pertunjukan Jurusan Pendidikan Seni Pertunjukan Fakultas Seni Pertunjukan Institut Seni Indonesia Yogyakarta pada tanggal 08 Juli 2019.



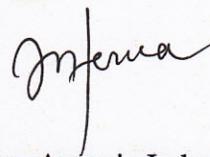
Dr. Drs. Nur Iswantara, M. Hum.
Ketua Penguji



Drs. Untung Muljono, M. Hum.
Penguji Ahli



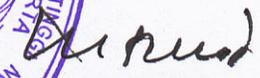
Drs. Sarjiwo, M. Pd.
Anggota I



Dra. Antonia Indrawati, M. Si.
Anggota II

Mengetahui,
Dekan Fakultas Seni Pertunjukan
Institut Seni Indonesia Yogyakarta




Drs. Siswadi, M. Sn.
NIP. 19591106 198803 1001

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Rini Sugianti

Nomor Mahasiswa : 1510042017

Program Studi : Pendidikan Seni Pertunjukan

Fakultas : Fakultas Seni Pertunjukan ISI Yogyakarta

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul “Implementasi Olah Tubuh Dalam Pembelajaran Seni Tari Di SMP Negeri 1 Sewon” merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, 08 Juli 2019
Yang membuat pernyataan



Rini Sugianti
NIM.1510042017

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Rini Sugianti

Nomor Mahasiswa : 1510042017

Program Studi : Pendidikan Seni Pertunjukan

Fakultas : Fakultas Seni Pertunjukan ISI Yogyakarta

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul “Implementasi Olah Tubuh Dalam Pembelajaran Seni Tari Di SMP Negeri 1 Sewon” merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, 08 Juli 2019
Yang membuat pernyataan

Rini Sugianti
NIM.1510042017

MOTTO

“ TIDAK ADA YANG TIDAK BISA JIKA KITA BERUSAHA”

(Rini Sugianti)

**“MERENDAH LAH HINGGA TAK SEORANG PUN DAPAT
MERENDAHKANMU. MENGALAH LAH HINGGA TAK SEORANG
PUN DAPAT MENGALAHKANMU....”**

(Rini Sugianti)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menempuh dan menyelesaikan tugas akhir atau skripsi dengan judul “IMPLEMENTASI OLAH TUBUH DALAM PEMBELAJARAN SENI TARI DI SMP NEGERI 1 SEWON” dengan penuh sukacita. Skripsi ini dibuat untuk memenuhi salah satu persyaratan tugas akhir kelulusan program studi S-1 di Jurusan Pendidikan Seni Pertunjukan Institut Seni Indonesia Yogyakarta.

Proses penulisan naskah skripsi ini dimaknai sebagai proses pembelajaran diri. Sebuah proses pembelajaran tentu banyak sekali mengalami hambatan dan permasalahan yang melintang. Hal tersebut wajar terjadi dalam sebuah proses, karena dengan adanya hambatan dan permasalahan dapat memberikan pembelajaran untuk menyikapi dan menyelesaikan masalah-masalah yang terjadi. Terlepas dari itu semua dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan permohonan maaf yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang terlibat dalam proses ini, apabila tersakiti atau tersinggung dengan apa yang penulis katakan, perbuat serta perilaku yang kurang pantas dan lain sebagainya baik secara sengaja atau tidak sengaja. Dalam kesempatan ini juga, penulis ingin menyampaikan beribu terima kasih kepada seluruh pihak yang telah sukarela dan sepuh hati membantu proses penulisan skripsi mulai dari awal hingga akhir.

1. Terima kasih pertama-tama penulis ucapkan kepada Allah SWT yang senantiasa mencurahkan rahmat serta karunia-Nya sehingga dengan kekuatan doa penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Prof. Dr. M. Agus Burhan, M. Hum selaku Rektor Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
3. Drs. Siswadi, M. Sn. selaku Dekan Fakultas Seni Pertunjukan Institut Seni Indonesia Yogyakarta, yang memimpin unsur pelaksanaan akademik serta mengelola fasilitas dalam studi di tingkat fakultas.
4. Dr. Nur Iswantara, M. Hum selaku Ketua Jurusan Pendidikan Seni Pertunjukan, berkat ilmu dan bimbingannya selama ini penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
5. Drs. Untung Muljono, M. Hum selaku dosen wali yang merupakan pengganti sosok bapak semasa penulis kuliah di Jurusan Pendidikan Seni Pertunjukan.
6. Drs. Sarjiwo, M.Pd. selaku dosen pembimbing I dan Dra. Antonia Indrawati, M.Si selaku dosen pembimbing II. Terimakasih atas segala saran, masukan, nasihat, dan dukungan yang diberikan hingga terselesaikannya naskah skripsi ini.
7. Kepada orang tua penulis, ibu dan bapak sosok yang tak kenal lelah dalam mengasahi serta selalu memberikan semangat dalam segala keadaan, orang tua yang luar biasa dalam mendukung dan memberikan nasihat sebagai sumber kekuatan penulis dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi. Terimakasih tak terhingga untuk ibu dan bapak semoga segala perjuangan, tetes keringat, doa, dan dukungan kalian dapat terbalaskan oleh Allah SWT.

8. Kepada ibu Sarjiyem, M. Pd. M. A selaku kepala sekolah di SMP Negeri 1 Sewon, terimakasih karena telah memberikan izin penulis untuk melakukan penelitian di SMP Negeri 1 Sewon.
9. Kepada ibu Yustini Arti, S. Pd. dan ibu Rr. Christanti Purnamaningrum, S. Sn selaku guru seni tari di SMP Negeri 1 Sewon, terimakasih penulis ucapkan karena tanpa bimbingan dan dukungan ibu penulis tidak akan bisa melakukan penelitian ini.
10. Kepada siswa siswi kelas VII SMP Negeri 1 Sewon terkhusus kelas VII D dan VII F, terimakasih karena tanpa kalian semua penulis tidak dapat melakukan penelitian dan terimakasih telah belajar bersama selama penulis melakukan penelitian.
11. Kepada Tursiyati (kakak kandung) dan Dewi Triastuti (adik kandung) yang sudah sangat sabar menghadapi tingkah laku penulis mulai dari kecil hingga saat ini, yang selalu menemani dan menjadi tempat berbagi dalam segala hal kapanpun dan di manapun berada. Trimakasih tak terhingga karena selalu mendukung penulis dalam setiap keluh kesahnya.
12. Kepada semua teman dan sahabat angkatan 2015 yang senantiasa menemani perjuangan penulis dalam menyelesaikan studi di Jurusan Pendidikan Seni Pertunjukan.
13. Kepada seluruh insan yang terlibat dan tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terima kasih untuk segala bantuan, dukungan, dorongan, pengorbanan dan keikhlasan yang diberikan demi kelancaran penulisan skripsi ini. Semoga

Tuhan senantiasa membalas dan memberikan segala sesuatunya yang terbaik dalam kehidupan kalian atas kebaikan yang telah kalian berikan.

Kesuksesan penulisan naskah skripsi ini merupakan usaha bersama dari setiap elemen pendukung yang terlibat. Semoga ikatan kekeluargaan yang tercipta dalam proses yang kita bangun ini senantiasa terus terjaga sampai waktu yang tak terhingga. Dibalik keberhasilan skripsi ini tentunya masih ada kekurangan yang tak luput dari sorotan. Untuk itu, penulis memohon kritik dan saran dari seluruh pihak supaya ke depannya penulis dapat berproses lebih baik lagi dalam melakukan penelitian.

Penulis

Rini Sugianti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	iii
MOTTO	iv
HALAMAN KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	ix
HALAMAN DAFTAR TABEL	xii
HALAMAN DAFTAR GAMBAR.....	xiii
HALAMAN DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Sistematika Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori.....	7
1. Kualitas Pembelajaran.....	7
2. Pembelajaran Seni Tari	10

3. Olah Tubuh dalam Pembelajaran Seni Tari	16
4. Indikator Penilaian	19
B. Penelitian yang Relevan	25
C. Kerangka Penelitian.....	28
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Objek dan Subjek Penelitian	30
B. Tempat dan Waktu	30
C. Teknik Penelitian.....	30
1. Observasi.....	31
2. Wawancara.....	31
3. Studi Pustaka.....	33
4. Dokumentasi	33
E. Teknik Validasi dan Analisis Data	33
1. Teknik Validasi	33
2. Teknik Analisis	35
F. Indikator Capaian Penelitian.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	38
1. Profil Sekolah.....	38
2. Implementasi Olah Tubuh dalam Pembelajaran Seni Tari	41
B. Pembahasan	71

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	76
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	81

HALAMAN DAFTAR TABEL

Tabel 1. Pedoman penilaian	61
Tabel 2. Lembar penilaian olah tubuh kelas VII D	62
Tabel 3. Lembar penilaian olah tubuh kelas VII F.....	63
Tabel 4. Lembar penilaian ujian praktik seni tari semester I kelas VII D	64
Tabel 5. Lembar penilaian ujian praktik seni tari semester I kelas VII F	65
Tabel 6. Lembar penilaian ujian praktik seni tari semester II kelas VII D.	67
Tabel 7. Lembar penilaian ujian praktik seni tari semester II kelas VII F.....	68

HALAMAN DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bagan kerangka berfikir	29
Gambar 2. Bagan struktur organisasi sekolah.....	40
Gambar 3. Siswa melakukan teknik pernafasan dada.....	45
Gambar 4. Siswa melakukan teknik pernafasan perut	47
Gambar 5. Siswa melakukan teknik sakrum	49
Gambar 6. Siswa melakukan teknik kayang	50
Gambar 7. Siswa melakukan teknik <i>roll</i> depan	51
Gambar 8. Siswa melakukan teknik <i>roll</i> belakang.....	52
Gambar 9. Siswa melakukan teknik <i>split</i>	53
Gambar 10. Guru memberi arahan di awal pembelajaran	58
Gambar 11. Siswa melakukan persiapan presentasi	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran.....	81
Lampiran II. Silabus.....	98
Lampiran III. Dokumentasi.....	108
Lampiran IV. Jadwal Penelitian.....	112
Lampiran V. Lembar Buku Konsultasi.....	113

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap dan mendeskripsikan Implementasi Olah Tubuh Dalam Pembelajaran Seni Tari Di SMP Negeri 1 Sewon. Pembelajaran seni tari yang berlangsung di SMP Negeri 1 Sewon selama ini kurang variatif, sehingga minat belajar siswa terhadap pembelajaran seni tari menurun. Inovasi baru bagi guru sangat diperlukan untuk memulai perubahan pada pola pembelajaran seni tari. Salah satunya dengan adanya olah tubuh yang dapat dijadikan sebagai materi awal sebelum memulai pembelajaran seni tari. Olah tubuh dapat membantu siswa untuk lebih mengenal tubuhnya dan lebih siap untuk menerima materi tari.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Data diperoleh dari observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data dianalisis melalui tahap-tahap: reduksi data, deskripsi data, dan pengambilan kesimpulan. Uji keabsahan data dilakukan dengan menggunakan teknik triangulasi yaitu triangulasi sumber, peneliti/ penyidik, dan teori.

Hasil penelitian Implementasi Olah Tubuh Dalam Pembelajaran Seni Tari di SMP Negeri 1 Sewon berjalan cukup lancar, dengan pembelajaran yang terstruktur sesuai dengan kurikulum yang berlaku. Siswa lebih semangat dalam mengikuti pembelajaran seni tari. Siswa dapat melakukan teknik pernafasan dengan baik pada saat menari, siswa mulai terbiasa untuk bergerak sehingga menjadi lentur dan luwes, serta cekatan dan mampu menjaga keseimbangan tubuhnya. Siswa menjadi percaya diri dan dapat mengembangkan kreativitas pada saat melakukan gerak tari, serta dapat meningkatkan hasil pembelajaran seni tari.

Kata Kunci: Implementasi, Olah Tubuh, SMP Negeri 1 Sewon

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di dalam kurikulum 2013 dinyatakan bahwa kurikulum berbasis pada karakter dan kompetensi yang mengubah pola pendidikan dari orientasi terhadap hasil dan materi menjadi materi kependidikan sebagai proses. Hal tersebut dapat dilalui dengan pendekatan tematik integratif dan pendekatan saintifik dengan pembelajaran *Contextuall Teaching and Learning (CTL)* dan model pembelajaran *discovery learning, problem dan project based learning*. Demikian juga pelajaran Seni Budaya merupakan salah satu mata pelajaran yang dibahas secara lebih mendalam untuk mendapatkan suatu hasil yang maksimal sesuai Kurikulum 2013 sebagai proses penerapan ide konsep dan kebijakan kurikulum dalam suatu aktivitas pembelajaran.

Salah satu mata pelajaran pendidikan Seni Budaya adalah seni tari. Selain sebagai mata pelajaran yang bertujuan untuk melestarikan kebudayaan, seni tari juga mengajarkan kepada anak tentang etika (perilaku) dan estetika (keindahan). Kegiatan pembelajaran seni tari ranah pendidikan yang meliputi psikomotor, kognitif, dan afektif, karena dalam pembelajaran tari siswa dilatih untuk peka terhadap gerak tari, pengetahuan tentang tari dan keberanian untuk mementaskan sebuah tarian dengan penuh tanggung jawab. Pembelajaran seni tari mampu memberikan kontribusi dalam menanamkan sikap apresiatif dan ekspresif kepada siswa. Pelaksanaan pembelajaran seni tari masih terdapat kendala baik masalah yang berhubungan dengan faktor intern seperti fasilitas yang kurang memadai,

tidak tersedianya ruangan untuk praktik tari, dan terbatasnya media penunjang yang mendukung pembelajaran seni tari di sekolah. Adapun kendala dari faktor ekstern yaitu kurangnya perhatian guru terhadap minat belajar siswa, serta pembelajaran seni budaya khususnya seni tari yang tidak dipandang sama rata dengan mata pelajaran lain. Seharusnya pembelajaran seni tari mendapatkan tempat sejajar dengan mata pelajaran yang lain, sehingga proses pembelajaran seni tari berjalan semestinya. Pembelajaran yang baik dilakukan dengan memperhatikan proses dan komponen pembelajaran tari yaitu guru seni tari, siswa, tujuan pembelajaran tari, materi pembelajaran tari, metode pembelajaran tari, media pembelajaran tari dan evaluasi pembelajaran tari untuk mencapai tujuan pembelajaran yang diinginkan.

Pemilihan materi yang tepat serta dengan keahlian dan metode guru yang mudah diterima oleh siswa dapat menunjang pembelajaran seni tari dengan baik. Namun pada realitanya banyak guru seni tari yang kurang berkompeten dalam mengajarkan materi tari sehingga banyak siswa yang mengalami kesulitan saat belajar menari, terlebih pada siswa yang tidak memiliki dasar tari/kemampuan menari dan kurang berminat pada pembelajaran seni tari. Guru harus lebih teliti dalam melihat kemampuan siswa sebelum memberikan materi tari, salah satunya dengan mengajarkan olah tubuh agar siswa dapat mengenali tubuhnya dan lebih siap untuk menerima materi tari.

Tujuan utama dari olah tubuh adalah sebagai mediator tari untuk mempersiapkan tubuh sebagai alat, sehingga tubuh telah siap melakukan aktivitas gerak tari, dan sekaligus menjadikan tubuh sebagai bahan ekspresi yang baik.

Olah tubuh merupakan hal yang paling utama dalam pembelajaran tari sebagai upaya untuk peningkatan kualitas gerak tari. Latihan ini meliputi pemanasan atau persiapan tubuh, pengenalan sikap-sikap dasar tari dan pengenalan gerak-gerak dasar tari.

Pemanasan dimaksudkan untuk mengendorkan otot-otot tubuh dan melemaskan bagian-bagian badan, serta persendian dari kekuatan. Pendinginan berguna untuk menyegarkan kembali kondisi tubuh, pengenduran otot-otot dilakukan untuk memperbaiki kelenturan tubuh yang menegang akibat latihan inti. Olah tubuh dilakukan untuk melatih tubuh bergerak dengan melakukan dasar-dasar gerak tari yang meliputi *wiraga*, *wirama*, *wirasa* dan bergerak membentuk tubuh dengan latihan peregangan, sehingga dapat meningkatkan keterampilan tari pada setiap karakter tarian yang dibawakan. Selain itu, olah tubuh juga berdampak positif bagi siswa karena dapat meningkatkan kesiapan tubuh siswa dan juga dapat meningkatkan kualitas siswa dalam pembelajaran seni tari sehingga hasil pembelajaran yang dicapai lebih maksimal.

Berdasarkan observasi yang dilakukan dalam pembelajaran seni tari di SMP Negeri 1 Sewon, ditemukan fakta tentang adanya permasalahan pada pembelajaran seni tari. Permasalahan tersebut antara lain guru tari di SMP Negeri 1 Sewon menjelaskan bahwa pembelajaran seni tari yang berlangsung selama ini anak-anak diajarkan tarian yang beradaptasi dari tari-tari kreasi yang ada di sanggar Kembang Sore. Sedangkan beberapa siswa yang tidak memiliki dasar tari atau kemampuan menari mengalami kesulitan pada saat mempraktikkan atau menirukan gerak dari tarian yang diajarkan. Hal ini dikarenakan siswa tidak

dibiasakan untuk melakukan pemanasan atau bergerak sebelum memulai pembelajaran seni tari. Selain itu, kegiatan pembelajaran seni tari selama ini kurang bervariasi yang menyebabkan minat siswa untuk belajar tari menurun, sehingga perlu adanya pendukung materi tambahan yang inovatif untuk menimbulkan semangat belajar bagi siswa dalam pembelajaran seni tari.

Penelitian ini dilakukan karena dalam pembelajaran seni tari, siswa-siswi di SMP Negeri 1 Sewon khususnya kelas VII tidak dapat menguasai tubuhnya untuk melakukan teknik gerak tari secara benar. Adanya materi olah tubuh ini diharapkan dapat membantu siswa yang kesulitan dalam belajar menari ataupun melakukan gerak tari.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana implementasi materi olah tubuh dalam pembelajaran seni tari pada mata pelajaran Seni Budaya di SMP Negeri 1 Sewon?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengungkap dan mendeskripsikan implementasi materi olah tubuh dalam pembelajaran seni tari pada mata pelajaran Seni Budaya di SMP Negeri 1 Sewon.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan memberikan manfaat pada pengembangan teori olah tubuh, menambah pengetahuan para pembaca tentang olah tubuh di dalam gerak tari dan memberikan gambaran baru

sebagai materi olah tubuh terhadap pembelajaran seni tari di SMP Negeri 1 Sewon maupun di sekolah menengah pertama lainnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru

Sebagai bahan referensi bagi Guru Seni Tari di SMP Negeri 1 Sewon untuk menunjang pembelajaran seni tari.

b. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu pengembangan siswa dalam mempraktikkan gerakan tari, sehingga gerakan yang dihasilkan dapat sesuai dengan tarian.

c. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini bermanfaat dan dapat memperluas wawasan peneliti mengenai pentingnya peranan olah tubuh sebelum mempraktikkan sebuah tarian, selain itu penelitian ini dapat dijadikan suatu pengalaman yang berharga dan dapat memberikan dorongan untuk mengadakan penelitian-penelitian yang lain.

E. Sistematika Penulisan

1. Bagian Awal

Pada bagian awal ini terbagi menjadi beberapa sub, yaitu: halaman sampul, halaman judul, halaman persetujuan, halaman pengesahan, halaman pernyataan keaslian, halaman kata pengantar, halaman daftar isi, halaman daftar tabel, halaman daftar gambar, halaman daftar lampiran, dan halaman abstrak.

2. Bagian Inti

Pada bagian inti terbagi menjadi beberapa sub bab, sebagai berikut:

- a. Bab I: Pendahuluan yang berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan, manfaat, sistematika penulisan.
- b. Bab II: Tinjauan Pustaka yang berisi landasan teori, penelitian yang relevan, dan kerangka berfikir.
- c. Bab III: Metode Penelitian yang berisi objek dan subjek penelitian, waktu dan tempat penelitian, teknik dan instrumen pengumpulan data, teknik validasi dan analisis data, dan indikator capaian penelitian.
- d. Bab IV: Hasil Penelitian dan Pembahasan
- e. Bab V: Penutup berisikan kesimpulan dan saran.

3. Bagian Akhir

Pada bagian akhir terbagi menjadi 2, yaitu:

- a. Daftar Pustaka
- b. Lampiran