


PENERAPAN GERAK DAN IRAMA DI DALAM KEGIATAN  
BELAJAR MENGAJAR ANAK CEREBRAL PALSY

O  
L  
E  
H

NURHASTUTI S.Pd  
NIP: 132 189 985



PERPUSTAKAAN	
UTERMA TEL :	26-3-99
SUDH. RICEH :	H
KODING :	K1
WILAYAH :	24/K/199-p.1(2)
NO. DAFTAR :	371-916 Nur p.1

PENDIDIKAN LUAR BIASA  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
INSTITUT KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PADANG 1999/2000

## KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah, penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas selesainya tugas ini tepat pada waktunya, tugas ini berupa makalah tentang suatu media mengajar untuk mengembangkan kreativitas bagi anak cerebral palsy dengan media gerak dan irama.

Makalah ini berisi pembahasan mengajar yang tujuannya untuk mengembangkan kreativitas anak cerebral palsy dengan media gerak dan irama. Dimana cara menciptakan gerak dan irama yang sesuai dengan jenis kelainan, kemampuan, dan tingkat kelasnya, dan bagaimana langkah-langkah strategi pelaksanaannya.

Penulis menyadari bahwa makalah ini masih jauh dari apa yang dikatakan sempurna, karena keterbatasan pengetahuan serta perjalanan penulis sendiri. Oleh karena itu sangat diharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun untuk pengembangannya. Akhirnya, walaupun hanya sekilas semoga makalah ini bermanfaat adanya.

Maret 1999

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR . . . . .	i
DAFTAR ISI . . . . .	ii
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah . . . . .	1
B. Perumusan Masalah . . . . .	4
C. Tujuan dan Kegunaan Makalah . . . . .	4
D. Teknik Penyusunan Makalah . . . . .	5
E. Sistematika Penulisan . . . . .	5
<b>BAB II. ANAK CEREBRAL PALSY</b>	
A. Pengertian Anak Cerebral Palsy . . . . .	6
B. Faktor Penyebab Anak Cerebral Palsy . . . . .	7
C. Karakteristik Anak Cerebral Palsy . . . . .	9
D. Klasifikasi Anak Cerebral Palsy . . . . .	11
<b>BAB III. PENERAPAN GERAK DAN IRAMA DI DALAM</b>	
<b>KEGIATAN BELAJAR MENGAJAR ANAK CEREBRAL PALSY</b>	
A. Pengertian Gerak . . . . .	14
B. Pengertian Irama . . . . .	18
C. Gerak dan Irama . . . . .	20
D. Fungsi Gerak dan Irama . . . . .	21

E. Tujuan Gerak dan Irama . . . . .	23
F. Penerapan Gerak dan Irama pada Anak	
Cerebral Palsy . . . . .	25
G. Gerak dan Irama Bagi Anak	
Cerebral Palsy . . . . .	30
 <b>BAB IV. KESIMPULAN DAN PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan . . . . .	33
B. Penutup . . . . .	34
 <b>DAFTAR PUSTAKA. . . . .</b>	<b>35</b>

BAB I  
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada umumnya anak cerebral palsy mengalami kelainan motorik, persepsi, kelainan simbolisasi, kelainan perhatian, tingkah laku bahkan beberapa anak cerebral palsy mengalami kelainan kecerdasan. Suharso (1978:17) mengemukakan bahwa "...30 - 40 % dari semua cacat cerebral palsy memang mempunyai kecerdasan yang kurang normal". Dengan kelainan yang disandangnya anak cerebral palsy mengalami hambatan atau kesulitan dalam belajar.

Kegiatan belajar mengajar terjadi apabila subjek didik secara aktif berintegrasi dengan lingkungan belajar yang diatur oleh guru. Proses belajar mengajar yang efektif memerlukan strategi dan media atau teknologi pendidikan yang tepat, karenanya program belajar mengajar harus dirancang dan dilaksanakan sebagai suatu sistem, agar proses dan produk belajar memperoleh perhatian seimbang di dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar.

Gerak dan irama merupakan suatu media untuk menyampaikan pengajaran kepada anak cerebral palsy. Semua pelajaran dapat disampaikan melalui gerak dan irama. Dengan gerak irama kegiatan belajar mengajar akan lebih menarik anak, sehingga materi pelajaran tidak membosankan dan mudah diserap oleh anak cerebral palsy.

Sebagaimana halnya anak normal, maka anak cerebral palsy dapat dikembangkan melalui gerak dan irama yaitu mengembangkan kreativitas melalui gerak dan irama dalam kegiatan belajar mengajar sebagai usaha pengembangan kreativitas anak luar biasa di sekolah.

Kreativitas tidak timbul dengan sendirinya, kreativitas membutuhkan dorongan dan kesempatan dengan salah satu tujuan gerak dan irama sesungguhnya yaitu mengembangkan kreativitas, maka gerak dan irama tepat untuk mendorong dan memberi kesempatan kepada anak cerebral palsy.

Jadi sangat memungkinkan sekali bagi dunia pendidikan untuk memanfaatkan gerak dan irama sebagai salah satu media untuk mengembangkan kegiatan dan latihan dalam kegiatan belajar mengajar bagi anak cerebral palsy melalui kegiatan gerak dan irama yang sesuai dengan materi pelajaran. Gerak dan irama ini tidak hanya ditujukan pada aspek fisik saja tapi juga pada aspek intelektual, emosi dan sosial anak.

Kekurangmampuan anak cerebral palsy pada aspek fisik, mental maupun sosial emosinya, maka sudah dipastikan dalam mengikuti pelajaran akan mengalami hambatan dikarenakan anak merasa bosan, cepat lelah, cepat tegang baik emosi atau ototnya. Apabila anak sudah mengalami hal tersebut, maka kegiatan belajar mengajar yang dilaksanakan tidak akan berjalan dengan baik.

Dengan gerak dan irama yang telah dikemas de dalam kegiatan belajar mengajar dimaksudkan penyembuhan kondisi keadaan semula yang penuh gairah dan semangat mengikuti pelajaran.

Hal tersebut diatas sesuai dengan pendapat Slamet Riadi (1982:24) menyatakan bahwa :

Kelelahan fisik akan mengakibatkan ketegangan pada otot anak sehingga konsentrasi dan minat untuk belajar akan hilang, untuk memulihkan kondisi tersebut ke dalam kondisi belajar, aktivitas musik akan akan berfungsi sebagai stabilator karena aktivitas gerak dan irama akan menghilangkan ketegangan yang diakibatkan oleh kelelahan.

Melalui gerak dan irama, anak cerebral palsy dituntut untuk dapat menyenangkan kegiatan belajar mengajar sehingga kemampuan konsentrasi, kemampuan berfikir dan juga yang lainnya dapat berkembang dengan seoptimalnya.

Pada kenyataannya sebagian guru kurang memperhatikan penggunaan media gerak dan irama dalam kegiatan belajar mengajar, padahal gerak dan irama ini merupakan salah satu perangsanga agar anak merasa senang dengan apa yang dipelajarinya.

Mengingat hal tersebut diatas, maka saya susun makalah ini dengan harapan agar dapat dimanfaatkan sebagai masukan untuk meningkatkan kemampuan guru-guru dalam menciptakan dan menerapkan gerak dan irama kepada anak cerebral palsy. Karena guru sebagai komponen pendidikan yang sangat dominan, maka dengan meningkatnya kemampuan atau mutu guru akan meningkat pula kemampuan murid khususnya anak cerebral palsy.

## B. Rumusan Masalah

Agar makalah ini mudah dipahami dan dimengerti maka penulis merumuskan masalah tersebut sebagai berikut :

1. Siapakah anak cerebral palsy itu ?
2. Apa gerak dan irama tersebut ?
3. Bagaimana penerapan gerak dan irama di dalam kegiatan belajar mengajar ?

## C. Tujuan dan Kegunaan Makalah

### 1. Tujuan Makalah

Adapun tujuan yang hendak dicapai di dalam makalah ini adalah :

- a. Untuk mendapatkan gambaran umum gerak dan irama dapat diterapkan dalam kegiatan belajar mengajar.
- b. Untuk mendapat gambaran tentang penerapan gerak dan irama di dalam kegiatan belajar mengajar anak cerebral palsy.

### 2. Kegunaan Makalah

Setelah makalah ini selesai, diharapkan :

- a. Dapat memberikan masukan bagi pendidik anak cerebral palsy bahwa gerak irama dapat diterapkan ke dalam kegiatan belajar mengajar.
- b. Dapat dipergunakan oleh guru anak cerebral palsy atau guru kelas untuk mengembangkan pendekatan belajar mengajar dalam menggunakan gerak dan irama sebagai media.



#### D. Teknik Penyusunan Makalah

Dalam penyusunan makalah ini, penulis menggunakan teknik studi literatur artinya semua hal yang disampaikan dalam makalah ini berdasarkan beberapa sumber dari berbagai disiplin ilmu yang berkaitan dengan gerak dan irama dalam penerapan kegiatan belajar mengajar untuk anak cerebral palsy.

#### E. Sistematika Penulisan

BAB I berisi : pendahuluan merupakan bab yang mengungkap mengenai latar belakang makalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan serta teknik penyusunan makalah.

BAB II berisi : mengenai pengertian anak cerebral palsy, faktor penyebab anak cerebral palsy, karakteristik anak cerebral palsy, klasifikasi anak cerebral palsy.

BAB III berisi tentang : pengertian dan ruang lingkup gerak pengertian dan ruang lingkup irama, pengertian gerak dan irama, penerapan gerak dan irama di dalam kegiatan belajar mengajar anak cerebral palsy.

## BAB II

### ANAK CEREBRAL PALSY

#### A. Pengertian Anak Cerebral Palsy

Cerebral palsy adalah suatu kecacatan yang berkaitan dengan sikap tubuh dan gerak yang disebabkan oleh karena kerusakan otak yang sedang dalam tahap perkembangan (dibawah usia 5 tahun) dan tak bersifat progresif. misalnya cedera kepala yang mengakibatkan kerusakan otak akibat kecelakaan anak pada umur 3 tahun mengakibatkan anak cerebral palsy.

Pengertian anak cerebral palsy dapat ditinjau secara etiologi dan segi pathologis.

##### a. Segi Etiologi

Pengertian cerebral palsy ditinjau dari segi etiologi berasal dari dua perkataan yaitu cerebral yang berasal dari kata "cerebrum" yang berarti "otak", dan palsy yang berarti kekakuan (Viola E. Cardweil.t.th : Suharso,1982) maka secara harfiah istilah cerebral palsy dapat berarti kekakuan yang disebabkan oleh karena sebab-sebab yang terletak di dalam otak.

##### b. Segi Pathologis

Menurut American Academy of Cerbral Palsy (AACP) dalam Viola E. Cardweil (t.th) chw cerebral palsy adalah berbagai perubahan yang abnormal pada organ gerak atau fungsi motor sebagai akibat dari adanya kerusakan atau cacat, luka atau penyakit pada jarin-

gan yang ada didalam rongga tengkorak. Sedangkan dalam buku pendidikan Anak Cerebral Palsy karangan A. Salim (13:1996) cerebral palsy adalah :

suatu cacat yang sifatnya gangguan-gangguan atau kelainan-kelainan dari fungsi otot dan urat syaraf (neuromuscular disorder) dan yang disebabkan oleh karena sebab-sebab yang terletak didalam otak.

Di samping itu gangguan otot dan urat syaraf tersebut kadang-kadang masih juga terdapat gangguan-gangguan yang mengenai panca indera (sensory disorder) gangguan-gangguan yang mengenai ingatan (mental disorder) serta gangguan perasaan dan psikologis (psychological disorder).

## **B. Faktor Penyebab Anak Cerebral Palsy**

Menurut Hendrik Blum (1974), banyak faktor yang berpengaruh terhadap status kesehatan seseorang yang dikelompokkan ke dalam 4 faktor, yaitu (1) Faktor hereditas dan pembawaan, (2) Faktor lingkungan fisik, sosial, kultural dan pendidikan (3) Faktor pelayanan dan fasilitas kesehatan, serta (4) Faktor perilaku individu dan masyarakat.

Sebagaimana telah diketengahkan sebelumnya bahwa faktor-faktor penyebab cerebral palsy sangat kompleks baik faktor yang bersifat langsung maupun tidak langsung.

Faktor tidak langsung

1. Kelahiran prematur.
2. Kehamilan kembar.
3. Berat badan lahir rendah dan terlalu berat.
4. Usia ibu waktu mengandung.
5. Faktor komplikasi saat hamil.
6. Faktor komplikasi saat melahirkan.

a. Faktor penyebab sebelum kelahiran meliputi :

- (1) Kelainan hereditas.
- (2) Kelainan bawaan.
- (3) Gangguan lingkungan pada saat kelahiran.

b. Faktor penyebab yang terjadi pada saat kelahiran.

- (1) Prematur Anoxia.
- (2) Pendarahan otak bayi.

c. Faktor penyebab yang terjadi pada proses pertumbuhan dan perkembangan, meliputi :

- (1) Penyakit infeksi.
- (2) Trauma.
- (3) Kecelakaan salah bentuk pendarahan.
- (4) Keracunan.
- (5) Anoxia.
- (6) Perkembangan yang terlambat.

Penyebab cerebral palsy banyak sekali, gangguan sudah dapat terjadi semasa bayi dalam kandungan, pada saat dilahirkan dan pada saat sesudah dilahirkan

sampai umur 4 tahun. Penyakit yang sering di jumpai ialah TBC pada bungkus otak (meningitis), radang otak (ensephalitis) dan ada juga kasus cerebral palsy setelah serangan penyakit morbili dan bentuk rejan (pertusis) yang berat, kejang-kejang yang terus menerus untuk jangka waktu lama dapat menyebabkan gangguan suplai zat asam pada otak yang akhirnya menimbulkan kerusakan otak.

### C. Karakteristik Anak Cerebral Palsy

Yang dimaksudkan dengan karakteristik anak cerebral palsy adalah ciri-ciri atau gejala-gejala yang tampak ada pada diri anak cerebral palsy.

1. Karakteristik cerebral palsy ditinjau dari jumlah anggota badan yang berkelainan.
  - (a) Kelumpuhan pada satu anggota gerak.
  - (b) Kelumpuhan pada dua anggota gerak.
  - (c) Kelumpuhan pada tiga anggota gerak.
  - (d) Kelumpuhan pada empat anggota gerak.
2. Karakteristik cerebral palsy ditinjau dari gejala pergerakan otot.
  - (a) Gerakan otot yang kaku (rigia).

Penyandang cerebral palsy yang memiliki gerakan otot yang kaku bila ia sedang berjalan, maka gerakannya mirip dengan gerakan robot.

(b) Ada kekejangan otot (spastik).

Penyandang cerebral palsy yang menunjukkan gerakan yang otot-ototnya mengalami kekejangan dapat terjadi baik pada sebagian gerakan atau seluruhnya.

(c) Ada gerakan yang tidak disadari (Atetoid).

Penyandang cerebral palsy yang menunjukkan gerakan yang tidak disadari mereka tak menunjukkan gejala kekakuan maupun kekejangan.

(d) Ada gangguan koordinasi dan keseimbangan (Atoksia).

Sebagian anak cerebral palsy ada yang menunjukkan gejala gangguan koordinasi dan keseimbangan atau atoksia.

(e) Ada gerakan gemetar (tremor).

Istilah tremor berasal dari bahasa latin, yang dalam bahasa Indonesia berarti gemetar yaitu gerakan halus yang biasanya ada pada tangan atau jari-jari tangan.

(f) Gejala campuran.

Disamping ke lima karakteristik penyandang cerebral palsy sebagaimana diuraikan diatas, sering juga dikemukakan penyandang cerebral palsy yang menunjukkan gejala gangguan gerakan campuran, misalnya : rigid dan spastik.

## D. Klasifikasi Anak Cerebral Palsy

### 1. Spastik

Pada jenis ini mekanika dari inhibitory atau penahan atau penghambat tidak berfungsi semestinya sehingga sistem otot mengalami hypertonia. Dan pada saat mencoba mengadakan aktivitas mengakibatkan luapan impulse-impulse yang akan menambah spasticity dan menghalangi gerakan. Pada penderita ini jika sistem voluntary movementnya kalau dapat timbul akan bersifat kejut/kasar (jerk movement) lambat dan tidak terkontrol. Bagi penderita yang berbentuk hemiplegia menunjukkan gejala-gejala yang mirip dengan hemiplegia dewasa. Biasanya lengan selalu terfiksir kebadan, elbow semi flexi lengan bawah pronasi, tungkai terfiksir pada posisi dimana lutut ekstensi disertai dengan external rotasi dan kakinya platar flexi, kalau berjalan, penderita akan condong kesamping anggota badan yang sehat dan mengayunkan kaki keluar dalam bentuk lingkaran.

### 2. Atetoid

ATETOID timbul sebagai akibat adanya gangguan pada corpus striatum. Dan gejala yang mencolok adalah INVOLUNTARY movement gerakan diluar kehendak. Sifat gerakannya asing, sering menimpa pada tangan, tapak tangan dan lengan. Dan kalau ada sesuatu yang bersifat mengejutkan penderita mengambil posisi yang aneh,

gerakan tadi hilang atau menjadi ringan kalau anggota yang bersangkutan dalam keadaan istirahat/rest. Tapi akan muncul atau bertambah keras kalau berusaha mengadakan gerakan voluntary.

### 3. Ataxia

Type ini lebih jarang dijumpai dan biasanya tidak berat. ATAXIA disini kebanyakan dalam bentuk cerebral ATAXIA. Dimana keseimbangan terganggu, sistem ototnya hypotonic, Anak dapat mengalami mistagmus/oscillaci bola mata kalau melihat kesamping. Sebagian dari jenis ini mengalami gangguan mental. Type ini gangguan pada keseimbangan, anak kalau berjalan sempoyongan seperti orang mabuk, dan gejala ini mulai tampak pada saat anak mulai berjalan.

### 4. Tremor

Cerebral palsy jenis tremor letak kelainannya pada substantia nigra. Gejal yang tampak pada diri penderita adanya getaran-getaran kecil (ritmis) yang terus menerus pada mata, tangan, atau pada kepala. Getaran yang terus menerus pada anggota tubuh tersebut dapat mengganggu fungsinya, seperti getaran pada mata menyebabkan anak tidak dapat melihat dengan jelas, kabur. Demikian pula getaran-getaran pada kepala dan tangannya dapat mengganggu konsentrasi dan menulis/aktivitas lain yang menggunakan kepala dan tangannya.



## 5. Rigid

Cerebral palsy jenis rigid terjadi akibat adanya pendarahan di dalam otak. Gejala penderita ini tampak jelas, yaitu adanya kekakuan pada seluruh anggota gerak, tangan dan kaki sehingga sulit di bengkokan leher dan punggung mengalami hiperektensi yaitu tegang yang sangat . Dengan demikian cerebral palsy jenis rigid selama hidupnya selalu tergantung pada orang lain.

### BAB III

## PENERAPAN GERAK DAN IRAMA DI DALAM KEGIATAN BELAJAR MENGAJAR ANAK CEREBRAL PALSY

### A. Gerak dan Irama

#### 1. Pengertian Gerak

Gerak tidak bersifat materiil tetapi merupakan suatu bagan/skema yang dapat dimengerti oleh akal budi kita, organisme yang hidup terutama hewan dan manusia, membutuhkan kekayaan gerak yang besar untuk menyalurkan penumpukan energi secara eksplosip. Penyaluran proses setiap makhluk hidup itu akan berbeda, umpamanya pada tumbuhan akan berjalan berangsur-angsur. Bergson: seorang ahli filsafat Perancis mengemukakan sifat dinamis dari pada waktu, hidup merupakan rangkaian yang mengalir dari suatu peristiwa ke peristiwa lain yaitu dari masa lampau ke masa sekarang dan dari masa sekarang ke masa yang akan datang, perubahan ini akan berjalan terus. Begitu pula jalan pikiran kita, yang dapat mengikuti perubahan suatu masa ke masa yang lain, sehingga dapat terus menerus menciptakan sesuatu yang baru.

Gerak merupakan suatu syarat hidup, gerak merupakan alat untuk membantu kita berpindah dari satu relasi ke relasi yang lain, sehingga ruang itu menjadi milik kita. Gerak adalah menunjukkan adanya suatu respon terhadap stimulus, sehingga dapat disimpulkan

bahwa gerakan itu sewaktu yang berubah atau terjadinya sesuatu yang berpindah, gerak terjadi pada semua ganda dengan bervariasi.

## 2. Proses Terjadinya Gerak

Gerak manusia terdiri dari gerak yang disadari dan gerak reflek. Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut :

### a. Gerak yang disadari.

Gerak ini dimulai dari adanya stimulus/rangsang gerak diterima oleh receptor (panca indera) diteruskan ke otak melalui syaraf sensoris. Di otak, rangsang tersebut diolah dan akhirnya kembali ke efektor (alat-alat gerak otot) melalui motorik, sehingga terjadilah gerakan yang dikehendaki.

### b. Gerak reflek.

Gerak reflek terjadi secara spontanitas, tidak disadari. Akhirnya dimulai dari rangsang panas, dingin, lapar, silau dan sebagainya melalui syaraf sensoris ke sumsum tulang belakang (pusat motorik), lewat syaraf motorik ke efektor, terjadilah gerak reflek. Misalnya tangan yang kena panas secara reflek langsung ditarik untuk menjauhi panas tersebut. Dengan mengetahui proses jarak pada manusia, para guru dapat menciptakan stimulus untuk meningkatkan gerak yang bermanfaat, disamping itu anak cerebral palsy juga dirangsang untuk bereaksi dalam gerakannya.

Dengan mengetahui proses gerak pada manusia, para guru dapat menciptakan stimulus untuk meningkatkan gerak yang bermanfaat. Di samping itu murid juga di rangsang untuk kreasi dalam gerakannya.

### 3. Macam-Macam Gerak Manusia

a. Ditinjau dari organ yang turut bergerak, yaitu :

- Gerak Global (gross) atau gerak kasar/menyeluruh contohnya: berjalan, berlari dan sebagainya.
- Gerak halus (smooth) yaitu hanya sebagian organ yang bergerak. Contohnya: mengepal, menulis dan lain-lain.

b. Ditinjau dari pergerakan sendi :

- Flexi: mengurangi besarnya sudut antara permukaan anterior tulang-tulang yang bersendi (menekuk).
- Ektensi: Merupakan gerak untuk menambah besar sudut antara permukaan anterior tulang-tulang yang bersendi.
- Abduksi : gerakan tulang menjauhi bidang tengah tubuh.
- Rotasi : gerakan memutar pada sumbunya.
- Adduksi : Gerakan tulang mendekati bidang tengah tubuh.
- Circumduksi : gabungan antar flexi, ektensi dan aduksi.

24/10/99 - p.1 (2)

371.916  
Mur  
p.1 17

- Supinasi: gerakan lengan bawah memutar telapak tangan kearah luar.
- Pronasi : gerakan lengan bawah memutar telapak tangan kearah dalam.

#### 4. Tujuan Gerak Manusia

Pada dasarnya gerak manusia itu adalah untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Hidup ini membuat sesuatu organisasi tersendiri dimana terlihat keseimbangan anatara pembangunan dan perombakan disertai pembuangan zat-zat yang tidak terpakai lagi. Terlihat juga potensi kerja untuk disalurkan kepada proses-proses yang dibutuhkan dan berguna untuk disalurkan kepada proses-proses yang dibutuhkan dan berguna untuk hidup. Tujuan gerak manusia dapat diperinci sebagai berikut :

- a. Untuk menyalurkan penumpukan energi yang berlebihan.
- b. Untuk berpindah tempat.
- c. Untuk melakukan kegiatan hidup sehari-hari.
- d. Sebagai alat komunikasi.
- e. Untuk sosialisasi.

#### 5. Elemen-Elemen Gerak

##### a. Ruang

Untuk melakukan gerak, membutuhkan ruangan. Pengertian tentang ruang lambat laun mengalami bermacam-macam perubahan, pada mulanya dipertahan-

kan pengertian bahwa ruang itu harus riil dan memiliki batas-batas. Pendapat kemudian mengatakan, bahwa ruang dapat dibagi-bagi sampai minimal. Dalam menciptakan gerak dan irama, seluruh ruangan harus digunakan. Pengaturan gerak dalam ruangan hendaknya bervariasi agar tidak monoton.

#### b. Waktu

Gerak membutuhkan waktu, waktu yang murni, seperti juga ruang, tidak dapat diukur. Sejak manusia berfikir tentang masa yang lampau dan masa yang akan datang, maka ia sudah membuat waktu dibawah perintah pemikirannya gerakan yang lemah gemulai membutuhkan waktu yang lebih lama dibanding gerak yang keras menghentak.

#### c. Tenaga

Untuk dapat bergerak memerlukan tenaga. Dengan berbagai cara makhluk hidup dapat mengumpulkan tenaga dan menggunakannya melalui perbuatan yang berubah-ubah dan tidak nampak. Dalam menciptakan gerak dan irama, para guru harus mempertimbangkan kesesuaian gerak dengan tenaga yang dibutuhkan.

### B. Irama

Sebagai pengertian umum, irama adalah suatu susunan peristiwa yang secara teratur diulang misalnya peristiwa bunyi atau suara yang sasarannya ialah waktu, seperti

bunyi jam, bunyi titik air hujan, ketukan-ketukan dari pola ukuran waktu dalam intervalnya.

Bunyi yang teratur dapat membantu seseorang membedakan antara waktu diri sendiri dan waktu yang tak terhingga. Kelanjutan dari perbedaan waktu memungkinkan kita untuk menggabungkan peristiwa yang berturut-turut kedalam satuan-satuan/units, bila aksen dipergunakan. Unit-unit semacam ini merupakan jenis struktur irama yang tingkatnya lebih tinggi dari pada urutan peristiwa-peristiwa yang hubungannya kurang teratur. Sudah sewajarnya bahwa seseorang ingin mengenal dan mengulang susunan peristiwa-peristiwa dan aksenlah yang mempermudah dia untuk mengenal dan mengulang struktur irama yang khusus itu. Menurut berbagai pengamatan ada tiga pengalaman irama :

1. Struktur irama yang berkaitan dengan pendengaran (Audiotory) yang mempunyai susunan peristiwa waktu ialah bunyi/suara.
2. Struktur irama yang berkaitan dengan penglihatan atau visual dan terdiri dari susunan peristiwa ruang.
3. Struktur irama yang berkaitan dengan pengamatan/perceptive ialah susunan peristiwa gerak tubuh. Di sini-lah peristiwa-peristiwa bersangkutan pada waktu dan ruang. Disini aksen memberi susunan irama pada gerakan manusia, dimana terjadi bermacam-macam tingkat tenaga selama pelaksanaan pola gerak.

Untuk pelajaran gerak dan irama, pengalaman yang perceptive ialah yang terpenting karena semua gerak mempunyai dasar ruang dan waktu yang saling berkaitan.

### C. Gerak dan Irama

Antara manusia dan irama, begitupun antara manusia dan musik terdapat ketegangan-ketegangan yang menantang manusia untuk bergerak. Hal ini bisa spontan, bisa juga dilakukan dalam tugas, tetapi bisa juga sebagai perbuatan vital. Semua ini tergantung pada waktu, tempat, ruang dan kebudayaan dimana itu berlangsung.

Pada dewasa ini perangsang untuk mengungkapkan gerak makin lama makin kurang sekali, karena di dalam dunia yang beradab ada tekanan-tekanan misalnya: seorang dewasa tidak lagi berjingkrak-jingkrak bila ia gembira, karena hal ini tidak dianggap normal, tetapi anak-anak kecil masih mengikuti desakan hatinya akan melakukannya. Begitu pula bila ia mendengar musik, ia akan menggerak-gerakkan badannya karena ia senang bergerak dan senang musik.

Irama adalah dasar dari melodis, karena irama memberikan kemungkinan untuk menuju ke melodi yang harmonis. Melodi/lagu terdiri atas deretan nada-nada yang tersusun. Irama yang lebih dinamis terdiri atas suara yang berturut-turut. Melodi merupakan suatu rancangan nada-nada dari masa yang lampau dan nada-nada



yang akan datang, sehingga coraknya dapat terlihat. Sebuah melodi yang akan mencurahkan batin kita kepada gerak lagu itu. Suara yang memiliki suatu rangka susunan nada-nada adalah melodi. Hal ini tidak tampak pada hewan. Siulan burung yang berkisar dari suatu nada ke nada yang lain, tidak mempunyai bagian permulaan dan bagian akhir sehingga tidak merupakan satu kesatuan, juga tidak memiliki melodi. Pada melodi ada dua aspek ialah aspek yang ritmis, karena dengan tanpa elemen lain dapat mencapai efek melodi. Fungsi melodi dapat memperkuat irama sehingga terjadi suatu tenaga yang menimbulkan aktivitas gerak dan perasaan senang.

#### **D. Fungsi Gerak dan Irama**

Manusia adalah makhluk yang memiliki perasaan yang selalu menginginkan rasa senang, rasa aman, rasa gembira dan sebagainya. Keinginan-keinginan itu merupakan kebutuhan yang perlu dipenuhi. Pada gerak dan irama dapat berfungsi untuk membantu memenuhi kebutuhan jiwa. Adapun fungsi gerak dan irama untuk anak cerebral palsy dapat ditinjau dari beberapa aspek :

##### **1. Fungsi Ekspresi**

Gerak dan irama diberikan pada anak cerebral palsy dengan maksud agar dapat menimbulkan rangsangan kemauan mengekspresikan dan menyalurkan perasaannya secara lebih bebas. Gerak dan irama berguna sebagai

media penyalur emosional, sosial dan psikologi agar ketegangan-ketegangan yang mungkin ada pada anak cerebral palsy dapat hilang ataupun berkurang sehingga timbul suasana santai dan aman. Program gerak dan irama harus mampu menciptakan suatu kondisi atau suasana yang dapat diterima oleh anak cerebral palsy sehingga anak ini dapat mengungkapkan dirinya secara utuh, dan berkomunikasi. Sehingga jelas ekspresi untuk merangsang anak dalam menciptakan, melahirkan atau mencetuskan perasaan yang terpendam dalam batin anak, yang mempunyai nilai-nilai positif untuk pembinaan pengembangan dalam usaha mendidik.

## **2. Fungsi Komunikasi**

Gerak dan irama yang diberikan pada anak cerebral palsy, agar dapat dijadikan media pelayanan emosional, sosial dan psikologi untuk dapat berkomunikasi langsung dengan masyarakat dan lingkungannya. Aktivitas gerak dan irama ini dapat menghasilkan fungsi-fungsi yang menunjang kemahiran bahasa, pemahaman, perhatian, dan pemindahan dari gerak ke bunyi dan sebaliknya.

## **3. Fungsi Kreatif**

Fungsi kreatif adalah kemampuan seseorang untuk menyatakan, melahirkan dan mewujudkan suatu ide atau gagasan dalam bentuk sikap perbuatan, baik itu sifatnya menciptakan yang baru atau pembaharuan atau

perbaikan dari yang sudah ada, sebagai usaha untuk mengatasi masalah yang ada pada saat itu. Anak cerebral palsy turut dalam situasi irama yang berupa alat beraneka ragam akan mampu mengeluarkan bunyi yang enak didengar, dapat melihat gerakan tarian yang lemah gemulai melalui gerak dan irama kita mencoba menggali dan mengembangkan potensi anak cerebral palsy dalam aspek kreativitasnya, sehingga dalam perkembangan sosial emosidi lingkungannya, hal yang negatif dapat kita hindarkan.

#### **4. Fungsi Adaptasi dan Penyaluran**

Fungsi adaptasi adalah fungsi bimbingan sebagai penunjang kegiatan belajar. Kurangnya motivasi anak untuk belajar dan mengikuti latihan karena terbatasnya kemampuan untuk mewujudkan sesuatu yang diharapkan, sehingga perlu mendapatkan penyembuhan. Untuk kekurangan itu gerak dan irama yang cocok, berpengaruh positif, dan disenangi oleh anak. Sehingga pengadaptasian dan penyaluran bagi anak telah ada sarana dan medianya.

#### **E. Tujuan Gerak dan Irama**

Adapun tujuan gerak dan irama untuk anak cerebral palsy adalah sebagai berikut :

1. Meningkatkan Daya Konsentrasi Anak

Konsentrasi sangat dibutuhkan oleh setiap manusia dalam menjalankan sesuatu yang sesuai yang diharapkan. Kebanyakan anak cerebral palsy mudah sekali kehilangan daya konsentrasinya dalam menerima berbagai pelajaran. Hal ini disebabkan oleh efek sampingan dari kelainan yang ada pada anak. Oleh karena itu, dalam kegiatan gerak dan irama ini guru dapat dijadikan suatu sarana dalam meningkatkan daya konsentrasi anak.

## 2. Melatih Persepsi Anak

Dengan mendengarkan bunyi alat musik atau tepukan berirama yang mempunyai ritme teratur, anak akan terangsang memperhatikan dan menikmati dengan penuh konsentrasi. Adanya bunyi atau irama yang teratur yang didengar oleh anak akan melatih fungsi auditifnya. Didasarkan atas kemauan agar dapat membunyikan alat musik itu, maka akan menggunakan fungsi visualnya untuk melihat dan memperhatikannya.

## 3. Mengurangi Kekakuan Otot

Anak cerebral palsy kebanyakan mengalami kekakuan, kelemahan pada anggota tubuhnya terutama pada otot. Latihan dan irama diberikan untuk merangsang anak untuk menggerakkan anggota tubuhnya yang kaku atau lemah. Dengan rangsangan Gerak dan irama, anak sedikit demi sedikit mampu menggerakkan anggota tubuhnya yang kaku atau lemah itu, akan berusaha keras agar

dapat menggerakkan tubuhnya, Apabila anggota tubuh ini sering digerakan, akan dapat mengurangi atau menghilangkan kekakuan/ kelemahan otot-otot.

## **F. Penerapan Gerak dan Irama pada Anak Cerebral Palsy**

Yang akan dibahas pada bab ini adalah sebagai berikut :

### **1. Pendidikan Gerakan Dasar.**

#### **a. Tujuan Kurikuler**

- 1) Memberi fundamen kepada keterampilan gerak yang dibutuhkan dalam hidup sehari-hari.
- 2) Menambah pengetahuan tentang elemen-elemen gerak seperti ruang, waktu dan tenaga.
- 3) Mengenal seluruh bagian atau anggota tubuh, dan memberi kesadaran bahwa tubuh adalah alat gerak.
- 4) Membiasakan anak untuk mendengar dan menemukan masalah-masalah gerak yang sederhana, memikirkannya dan menemukan pemecahannya.
- 5) Meningkatkan disiplin, tanggung jawab dan keberanian mengambil inisiatif sendiri.
- 6) Meningkatkan daya kreatif.

#### **b. Tujuan Instruksional**

- 1) Meneliti dan menjelajah potensi gerak dari tubuhnya.
- 2) Mengembangkan kemampuan dalam gerakan dasar.

- 3) Memperoleh pengalaman yang berhasil dengan kemampuan masing-masing.
- 4) Menggunakan kreativitasnya.

c. Pelaksanaan

Untuk memudahkan tugas guru dalam menciptakan bahan pelajaran gerak dan irama menurut pengajaran unit, maka dalam masalah ini ditentukan 4 unit materi pelajaran.

- 1) Unit pertama : dimanakah kita dapat bergerak ?

Dasar/sifat masalah adalah ruangan.

- Bergerak dalam ruangan atau ruang bebas.
- Bergerak ke arah yang berlainan (directions).
- Bergerak di tingkat ketinggian yang berlainan (levels).
- Bergerak menurut luas dan bentuk gerak.
- Bergerak menurut pola jalan yang berlainan.

- 2) Unit kedua : apa yang dapat kita gerakan ?

Dasar/sifat masalah adalah tubuh.

- Bergerak dengan tenaga yang besar/banyak.
- Bergerak dengan tenaga ringan/sedikit.
- Bergerak dengan menggunakan daya berat dan keseimbangan.
- Bergerak dengan perubahan, perpindahan berat badan.

4) Unit keempat : Bagaimanakah kita dapat ber gerak lebih kuat.

Dasar /sifat masalah adalah kecepatan, irama, gaya.

- Bergerak dengan kecepatan, irama dan gaya.

- Bergerak dengan irama.

- Bergerak dengan gaya terikat dan bebas.

- Menciptakan rangkaian gerak (improvisasi) :

Pergantian posisi ruang.

Pergantian posisi anak.

Kesesuaian antara gerak dan iramanya.

Keseimbangan semua aspek tujuan gerak dan irama.

Perhatikan hal-hal yang tidak boleh dilakukan (kontradiksi).

Dalam melaksanakan kegiatan mengajar ada beberapa tahap yang harus ditempuh oleh para guru dan para siswa. Dengan pedoman kepada gerak dan irama hasil ciptanya, para guru akan dapat mengarahkan siswa sesuai dengan tujuan yang akan dicapai melalui gerak dan irama. Dan agar lebih jelasnya disini akan dikemukakan contoh mengajar dengan media gerak dan irama untuk mengembangkan kreativitas anak. Contohnya, guru akan mengajarkan tentang kebersihan dan kesehatan dengan media gerak dan irama. Langkah-langkahnya adalah :

- a) Mendiskripsikan kondisi saat ini: guru mengajak siswa untuk mendiskripsikan situasi yaitu tentang kebersihan di sekolahnya yang mereka lihat saat ini.
- b) Analogi langsung : siswa diajak membayangkan sekolah yang bersih karena disapu setiap hari, lantainya di pel, meja kursinya di lap, sampah dibuang pada tempatnya.
- c) Analogi personal : para siswa menjadi analogi yang telah dibayangkan, yaitu menjadi orang yang sedang menyapu, mengepel lantai, mengelap meja dan kursi, membuang sampah. Hal ini dilakukan dengan meniru gerakan orang sedang menyapu, mengepel, mengelap dan membuang sampah. Berpedoman kepada gerak dan irama yang telah diciptakan oleh guru.
- d) Konflik ditekan : berdasarkan analogi tersebut para siswa mengemukakan beberapa konflik dan dipilih satu. Bagaimana kalau sekolah tidak dibersihkan , dan apa akibatnya bagi siswa dan guru yang belajar di sekolah tersebut.
- e) Analogi langsung : para siswa mengembangkan dan menyeleksi analogi langsung lainnya berdasarkan konflik tadi. Bayangkan sekolah yang tidak dibersihkan akan berserakan sampah di mana-mana, akibatnya siswa dan guru yang belajar di



sekolah tersebut mudah terserang penyakit. Orang yang sakit tidak akan bahagia dan tak dapat belajar dengan baik. Tirukan gerakan orang yang sedang sakit, mimik wajah orang yang sakit. bagaimanakah sebaiknya ?

- f) Meninjau tugas yang sebenarnya : guru mengajak siswa meninjau kembali tugas/masalah yang sebenarnya dan menggunakan analogi tugas/masalah yang sebenarnya dan menggunakan analogi yang terakhir, dan masuk pada pengalaman Synectic, membayangkan dan menjadi orang yang sakit adalah tidak menyenangkan sebaiknya agar tidak sakit, sekolah harus selalu dibersihkan, bagaimana caranya ?

Langkah-langkah ini adalah termasuk dalam strategi menciptakan sesuatu yang baru. Setelah para siswa dapat melakukan hal tersebut, maka dapat ditingkatkan pada strategi kedua, yaitu memperkenalkan keanehan. tujuannya untuk menambah dan memperdalam hal-hal yang baru atau materi yang sulit dapat lebih dipahami. Langkahnya adalah sebagai berikut :

- a) Input tentang keadaan yang sebenarnya : guru menyajikan informasi tentang suatu topik yang baru.

- b) Analogi langsung : guru mengusulkan analogi langsung dan menyuruh siswa menjabarkannya.
- c) Analogi personal : guru mengajak siswa " menjadi " analogi langsung
- d) Membedakan analogi : para siswa menjelaskan dan menerangkan kesamaan antara materi yang baru dengan analogi langsung.
- e) Menjelaskan perbedaan : para siswa menjelaskan nama analogi-analogi yang tidak sesuai.
- f) Penjelasan : para siswa menjelajahi kembali kebenaran topik dengan batasan-batasan mrk.
- g) Membangkitkan analogi : para siswa memberikan analogi sendiri secara langsung dan menjelajahi persamaan dan perbedaannya.

Strategi tersebut diatas dilaksanakan dengan melalui gerak irama yang telah diciptakan oleh guru sebagai pedomannya.

#### **G. Gerak dan Irama bagi Anak Cerebral Palsy**

Anak cerebral palsy diklasifikasikan menjadi beberapa jenis berdasarkan bentuk kelainannya, dalam melaksanakan media gerak dan irama, perlu disesuaikan dengan kondisi kemampuan pada setiap jenis kelainan anak. Untuk anak cerebral palsy ini kecerdasannya terganggu, kurang dapat menyesuaikan diri, ada gangguan emosi serta tingkah laku. Hambatannya: kurang orientasi

ruangan, gangguan koordinasi, kurang sanggup menyesuaikan diri dan memecahkan masalah minder, pemalu, adanya gangguan gerakan (motorik).

Gerak dan irama yang sesuai pada anak ini adalah:

1. Lebih ditekankan pada latihan orientasi ruangan, misalkan gerakan ke samping, ke depan, ke belakang dan sebagainya.
2. Perlu latihan koordinasi, misalnya jalan di atas jalan titian, di atas meja goyang, bermain puzzle.
3. Perlu latihan spesialisasi, misalnya mengadakan permainan kelompok.
4. Perlu latihan pengenalan anggota tubuh.
5. Perlu dihadapkan beberapa masalah/hambatan agar anak dapat menyelesaikannya. Misalnya mengambil benda yang terhalang, bagaimana gerakan orang yang sedang jalan.

Adapun petunjuk untuk menciptakan gerak dan irama untuk anak cerebral palsy:

1. Jenis kelainan, kemampuan dan tingkatan kelasnya: gerakan dan iramanya kita modifikasi agar sesuai dengan jenis kelainan, kemampuan dan tingkatan kelasnya. Sehingga anak tidak akan mengalami kesulitan dalam melaksanakannya.
2. Perhatikan hal-hal yang tidak boleh dilakukan (kontra indikasinya), sebab kalau dilanggar dapat menambah berat kecacatannya. Misalnya: anak cerebral palsy tipe spastik tidak boleh melakukan gerakan duduk

bersila karena dapat menambah kekakuan pada sendi pahanya.

3. Hambatan yang ada dilatihkan agar dapat menanggulangi.
4. Berpedoman kepada tujuan, pengembangan fisik, mental, sosial, emosi dan kreativitas harus seimbang.
5. Adakan komposisi ruangan dan pergantian formasi. Sebaiknya seluruh ruangan digunakan dan diatur sedemikian rupa serta posisi formasi siswa diubah-ubah agar bervariasi.
6. Adakan variasi gerakan dan improvisasinya. Hendaknya semua bagian tubuh digerakan dengan seimbang, bagi anak yang ada gangguan gerak harus dilatihkan gerakan yang normal.
7. Buat pola gerakannya sebagai pedoman.
8. Sesuaikan antara gerakannya, situasi masalah dengan irama yang digunakan. Gerakan yang lambat perlu irama.

## BAB IV

### KESIMPULAN DAN PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Dari bahasan tersebut diatas, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Gerak dan irama merupakan pendekatan baru yang menarik untuk mengembangkan kreativitas, khususnya disini adalah kreativitas anak.
2. Kreativitas tak timbul dengan sendirinya, ini memerlukan dorongan dan kesempatan. Dorongan dan kesempatan ini akan diperoleh pada waktu mengikuti pendidikan atau pelajaran di sekolah. Sesuai dengan salah satu tujuan gerak dan irama, yaitu mengembangkan kreativitas, maka gerak dan irama tepat dilaksanakan pada anak cerebral palsy.
3. Gerak dan irama bagi anak cerebral palsy harus diciptakan oleh guru dan dimodifikasi sesuai dengan jenis kelainan, kemampuan dan tingkat kelasnya, agar tidak menyulitkan anak.
4. Dengan berpedoman kepada gerak dan irama hasil ciptaanya, para guru dapat menggunakan media ini dalam menciptakan sesuatu yang baru dan memperkenalkan keanehan.
5. Dalam melaksanakan media gerak dan irama ini, guru mengutamakan penyelesaian masalah atau hambatan pada setiap jenis kelainan anak cerebral palsy.

## B. Penutup

Demikianlah makalah gerak dan irama yang dapat penulis sajikan dalam makalah ini, semoga ada manfaatnya sebagai masukan bagi guru dan mahasiswa dalam meningkatkan kreativitas siswa melalui gerak dan irama.

## DAFTAR PUSTAKA

- Astati, 1993, Gerak dan Irama. Bandung.
- , 1985, Pedoman Khusus Terapi Musik Anak Tunadaksa. Jakarta: Depdikbud.
- Bandi Delphie, 1996, Empat dalam Satu. Bandung: Mitra-grafika.
- Musjafak Assjari, 1995, Ortopedagogik Anak Tunadaksa. Jakarta: Depdikbud.
- Salim, 1996, Pendidikan Bagi Anak Cerebral Palsy. Jakarta: Depdikbud.
- Soeharso, 1982, Ilmu Bedah Ortopaedi. Jakarta: Yayasan Essentia Medica.
- Sudirman, dkk, 1991, Ilmu Pendidikan. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sumarjo, 1985, Bina Persepsi Bunyi dan Irama.