



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
REPUBLIK INDONESIA
2020



Bermain Musik dan Gerak



DIREKTORAT PAUD KEMDIKBUD 2020

Bermain Musik
dan Gerak



Judul:

Bermain Musik dan Gerak

Diterbitkan oleh:



Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan

Jalan Jenderal Sudirman
Gedung E It. 7, Senayan Jakarta 10270
Telepon: (021) 57900244

Pengarah	: Hamid Muhammad, Ph.D
Penanggung Jawab	: Dr. Muhammad Hasbi
Penyunting	: Dr. Phil Leli Kurniawati, M.Mus
Penyusun	: Dr. Muhammad Hasbi Dona Paramita, S.Psi., M.Pd
Pembahas	: Dr. Phil Leli Kurniawati, M.Mus
Ilustrator	: Zalsabila Fawaza
Penata Letak	: Arnalis
Sekretariat	: Istianingsih Rahayu, S.Pd



Daftar Isi



Daftar Isi

iii

Kata Pengantar

iv

Apa Itu Seni Musik & Gerak?

1

Mengapa Seni Musik dan Gerak Penting Bagi Anak?

2

Ada Aspek Apa Sajakah di Dalam Musik Dan Gerak?

4

Apa Saja Yang Harus disediakan Guru/Orang Tua untuk mendukung bermain musik dan gerak di sekolah/ di rumah ?

9

Beberapa Kegiatan Bermain Musik dan Gerak Yang Dapat Dilakukan di rumah / di sekolah

10

Hal-hal Apa Sajakah Yang Harus Guru/Orang Tua Lakukan, Ketika Anak Sedang Bermain Musik Dan Gerak?

14

Pertanyaan-pertanyaan dan kalimat-kalimat Yang Dapat Diajukan Guru/Orang Tua Ketika Mendampingi Anak Bermain Musik dan Gerak

15



Kata Pengantar

Sejak ditetapkannya Covid-19 sebagai pandemi pada tanggal 11 Maret 2020, Pemerintah mengeluarkan Surat Edaran Mendikbud No. 4 tahun 2020 yang menetapkan aturan belajar dari rumah (*learn from home*) bagi anak-anak sekolah dan bekerja dari rumah (*work from home*) bagi guru termasuk mereka yang bekerja di satuan PAUD. Untuk dunia pendidikan di Indonesia kondisi ini merupakan hal yang tak terduga bagi guru, orang tua, dan anak. Guru, orang tua, dan anak-anak tiba-tiba harus mencari cara agar proses belajar tetap berjalan meskipun mereka di rumah dalam jangka waktu yang tidak tentu.

Sebagian satuan PAUD masih tetap dapat melaksanakan proses pembelajaran dengan memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi (TIK). Pada sebagian satuan PAUD yang lain, mengalami kesulitan dikarenakan jaringan internet yang tidak stabil atau bahkan tidak ada. Pada keadaan seperti ini, peran Pemerintah untuk mendukung orang tua, guru, dan anak dalam pembelajaran di rumah menjadi sangat penting. Salah satu upaya yang dilakukan Pemerintah antara lain menyediakan materi belajar pendidikan jarak jauh (PJJ) bagi semua sasaran pendidikan mulai dari jenjang PAUD, pendidikan dasar hingga pendidikan menengah melalui tayangan televisi TVRI dan berbagai sumber belajar daring seperti: Rumah Belajar, PAUD Pedia, Anggun PAUD, dll.

Namun dalam implementasinya, pelaksanaan PJJ tidak selalu berjalan mulus, khusus dalam pendidikan anak usia dini masih banyak keluhan dari guru mengenai kesulitan dalam mengoperasikan computer, mengakses jaringan internet, internet tidak stabil, kesulitan mengkomunikasikan pesan ke orangtua, kesulitan menyusun perencanaan pembelajaran yang sederhana dan sesuai untuk diterapkan anak di rumah melalui orangtua, dan juga kesulitan guru dalam melakukan penilaian terhadap hasil belajar anak di rumah. Di sisi lain, keluhan juga datang dari orangtua, yaitu kesulitan mendampingi anak belajar karena belum paham caranya, tidak biasa menggunakan teknologi digital untuk pembelajaran anak, tidak memahami maksud pesan yang disampaikan guru, dll.

Berdasarkan berbagai masukan mengenai yang dialami guru dan orangtua, maka Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini melaksanakan fasilitasi bekerja dari rumah melalui pelaksanaan kegiatan Bimbingan Teknis Daring bagi Guru, Mitra, dan Penilik PAUD. Salah satu materi yang disajikan dalam pelatihan daring tersebut adalah Bermain Musik dan Gerak. Buku Saku ini merupakan pegangan pendidik dalam Bermain Musik dan Gerak melalui panduan beberapa pertanyaan.



Apa Itu Seni Musik & Gerak?

Anak secara alami senang menikmati musik dan bergerak. Sejak dapat mendengar di dalam kandungan, alunan musik yang diperdengarkan mampu merangsang syaraf-syaraf otak pada bayi. Seiring bertambahnya usia, anak dapat bereaksi dengan gerakan sederhana mengikuti irama musik. Di usia 2-3 tahun anak dapat bergerak mengikuti musik walaupun gerakan yang dihasilkan belum teratur. Pada tahapan berikutnya, anak dapat mengikuti gerakan yang dicontohkan atau bergerak sesuai keinginannya dengan diiringi musik yang beragam.

Musik dan gerak merupakan seni yang paling akrab bagi anak usia dini, karena musik sangat dekat dengan kehidupan manusia sehari-hari. Hal ini terlihat pada penggunaan irama, aksen dan dinamika pada waktu berbahasa dan berbicara. Beberapa penelitian mempercayai bahwa seni musik dan gerak memiliki peran yang penting dalam mengembangkan seluruh potensi anak. Musik dan gerak memfasilitasi anak untuk mampu berinteraksi dengan dunia di sekitar mereka.

Kegiatan ini juga sebagai media untuk mengekspresikan diri, mengomunikasikan emosi, ide dan perasaan. Anak-anak yang kaya dengan pengalaman seni, memiliki kemampuan berpikir imajinatif, pendengaran, bahasa, fisik, kreativitas, kecerdasan akan ruang dan sosial emosinya berkembang optimal.

Kebebasan anak berekspresi juga mendukung tumbuhnya kreativitas. Namun sebaliknya jika guru/orang tua terlalu banyak memberikan instruksi yang harus diikuti anak-anak, maka kebebasan itupun tidak akan ada, bahkan akan menghilangkan dan memotong imajinasi serta kreativitas mereka.



Mengapa Seni Musik dan Gerak Penting Bagi Anak?

Kegiatan bermain musik dan gerak memiliki peran penting bagi pencapaian perkembangan anak yang optimal. Dengan kegiatan ini, anak dapat menyalurkan energi berlebih mereka, membangun keterampilan sosial dengan cara ikut berpartisipasi, memberikan ide dan membuat kesepakatan, misalnya kesepakatan dalam kelompoknya tentang gerakan dan musik yang digunakan. Seni musik dan gerak mampu mengintegrasikan aspek fisik motorik, kognitif, bahasa, sosial dan emosional terstimulasi secara bersama. Kegiatan seni musik dan gerak melibatkan seluruh fungsi indra, sehingga memperkaya rangsangan bagi syaraf-syaraf kognitif anak, karena gerak bisa menghidupkan pikiran dan musik bisa menjadi inspirasi untuk membuat gerakan lebih bermakna.

Bermain musik dan gerak merupakan sarana bagi anak untuk mengekspresikan ide, imajinasi, perasaan dan emosi mereka. Mereka dapat menciptakan nada-nada baru dan gerakan-gerakan baru tanpa takut salah, karena mereka memiliki kebebasan tersebut Musik

yang didengar atau yang diciptakan dan gerakan yang dihasilkan merupakan wadah yang strategis untuk membangun kreativitas anak.

Keterampilan motorik juga terbangun melalui kegiatan ini, motorik halus, motorik kasar juga gerakan manipulatif. Dengan bergerak dan menari, anak juga membangun kecerdasan spasial. Percaya diri, mampu mengambil keputusan sederhana, terampil memecahkan masalah sederhana, berpikir kritis, fokus dan mampu bekerjasama juga akan terasah melalui kegiatan seni musik dan gerak ini.

Dari pembahasan di atas, maka dapat disimpulkan manfaat dari kegiatan seni musik dan gerak adalah sebagai berikut;

- Meningkatkan kemampuan anak berpartisipasi dalam kelompok.
- Mengembangkan keterampilan sosial.
- Sebagai sarana positif untuk mengekspresikan perasaan anak.

- Membangun konsep diri dengan berbagi/menampilkan musik dan gerakan (tarian) sesuai dengan keinginan diri/budayanya.
- Melatih kemampuan menyimak, misalnya menyimak perubahan tempo, nada dan melodi.
- Membangun kesadaran anak akan gerakan, posisi dan sadar ruang (spatial).
- Membangun kreativitas dan imajinasi.
- Mengenalkan kosakata baru melalui lagu yang dinyanyikan.
- Mengajak anak bereksplorasi tentang sebab akibat Terhadap perubahan bentuk musik dan pola gerakan.
- Mengembangkan motorik kasar dengan gerakan dan tarian.
- Mengembangkan motorik halus dengan bermain musik dan gerakan jari.
- Meningkatkan keseimbangan, koordinasi, kesigapan, kelenturan otot dan gerakan tubuh anak.
- Mendorong gerak pikir dan rasa.
- Membangkitkan semangat dalam jiwa anak.
- Musik dan gerak dapat memberikan kepuasan rohaniah dan jasmaniah pada anak, misalnya rasa kagum, gembira).



Foto Dokumentasi Dit. PAUD

Ada Aspek Apa Sajakah di Dalam Musik Dan Gerak?



Beberapa aspek dalam seni musik dan gerak yang perlu diketahui adalah sebagai berikut;

a. **Dinamika yaitu keras (nyaring) dan halus (lembut) suara**

Dinamika merupakan tingkat kekerasan dan kelembutan suara atau alat musik yang dimainkan, anak dapat diajak bernyanyi, bergerak/menari dan memainkan alat musik dengan menggunakan dinamika yang bervariasi. Pemahaman terhadap dinamika bisa dilakukan dengan permainan memukul alat musik perkusif, misalnya dengan alat musik rebana dan jimbe.

Berikut ini adalah contoh permainan praktis yang bisa dimainkan oleh anak, guru maupun orang tua.

- **Kegiatan 1** : Guru memukul alat musik tersebut dengan pelan secara teratur kemudian anak bergerak/ berjalan jinjit mengikuti irama permainan tersebut. Guru boleh memberi stimulus ilustrasi berjalan seperti kucing mengendap-endap atau binatang lainnya yang bisa menggambarkan gerak pelan.
- **Kegiatan 2** : Guru memukul alat musik tersebut dengan keras secara teratur sesuai dengan irama kemudian anak berjalan dengan langkah lebar mengikuti irama permainan tersebut. Guru boleh memberi stimulus ilustrasi berjalan seperti jalan raksasa atau binatang gajah dan sebagainya.
- **Kegiatan 3** : Guru memberi kesempatan pada orang tua dan atau anak untuk melakukan kegiatan 1 dan 2.
- **Kegiatan 4** : variasi permainan keras lembut secara bergantian masing- masing selama 4 ketuk kemudian



ikuti dengan gerak sesuai dengan dinamika tersebut secara bergantian pula.

- **Kegiatan 4** : guru membedakan dua teknik permainan alat musik jimbe dan rebana. Jimbe dimainkan dengan dinamika keras dan rebana dimainkan lembut/pelan. Lalu anak bergerak mengikuti permainan tersebut. Ulangi beberapa kali dengan pola yang sama sampai anak memahami bagaimana perbedaan dinamik yang diekspresikan melalui alat musik dan gerak.



JIMBE



REBANA

- **Improvisasi gerak**

Dengarkan contoh karya musik di bawah ini, lalu berilah stimulus pada anak untuk menggambarkan musik tersebut dengan mengekspresikan seperti gerak seekor srigala. Pada dinamik pelan, srigala mulai bangun dari tidurnya selanjutnya anak melakukan improvisasi gerak mengikuti alur dinamik dari karya tersebut.

<https://www.youtube.com/watch?v=IsGho4eM3Q4&list=RDqjracXGTtDU&index=6>

B.Tempo menunjukkan lambat atau cepatnya lagu

Tempo merupakan ukuran kecepatan birama lagu. Secara sederhana, tempo dibagi tiga, yaitu lambat, sedang dan cepat. Anak dapat diajak bernyanyi, bergerak/menari dan memainkan alat musik dengan menggunakan tempo yang bervariasi. Misalnya anak membunyikan alat musik atau bergerak mengikuti detak jarum jam. Pertama-tama ikuti satu detik dengan satu bunyi atau satu gerak kemudian kecepatan bertambah dalam satu detik ada dua bunyi atau gerakkan lalu kecepatan semakin bertambah dengan memainkan empat bunyi atau melakukan empat gerakan dalam satu detik. Berikut contoh kegiatan

dan link dengan variasi tempo yang dapat digunakan oleh guru dan orang tua ;

- Lagu Halo-halo Bandung atau lagu-lagu mars. Jadi sambil bernyanyi dan bisa sambil jalan di tempat. <https://www.youtube.com/watch?v=HyJ9cEI9U7Y>
- Lagu Kupu-kupu yang Lucu. Ini bisa diperankan oleh orang tua dan anak. Misalnya Orang tua jadi bunganya, lalu anak2 jadi kupu2 <https://www.youtube.com/watch?v=P4iKEWHFp0g>
- Iringi bunyi jarum jam tersebut dengan lompat, berjalan dan berlari. Atau bisa dengan dengan permainan tepuk (lambat sedang dan cepat). <https://www.youtube.com/watch?v=dXGVS12R3uM>.
- <https://www.youtube.com/watch?v=dXGVS12R3uM>



C. Nada (pitch) adalah tinggi atau rendah dalam sebuah lagu

Nada merupakan ukuran tinggi dan rendah dalam sebuah lagu. Hal ini biasa diidentifikasi melalui tangga lagu. Ajak anak bernyanyi, bergerak/menari dan memainkan alat musik dengan menggunakan/mengikuti nada yang bervariasi. Dengan menyanyikan susunan nada-nada dimulai dari nada rendah ke nada tinggi atau sebaliknya. Boleh dicoba dengan menyanyikan tangga nada secara benar (do re mi fa so la si do) atau membunyikan nada dari rendah ke tinggi tapi tidak teratur nadanya. mengkespresikan tangga nada tersebut dengan bergerak secara perlahan dari duduk, jongkok, membungkuk, tegak, lalu berjinjit dan melompat. Berikut contoh kegiatan dan link dengan variasi nada yang dapat digunakan oleh guru dan orang tua ;

- <https://www.youtube.com/watch?v=njwsFK-xwy8> memainkan lagu yamko rambe dengan botol. Dapat juga dipraktekkan dengan posisi duduk, jongkok dan berdiri. Duduk untuk nada rendah, jongkok sedang dan berdiri untuk nada tinggi.



D. Timbre

Timbre adalah warna suara. Timbre merupakan kualitas suara yang unik yang dihasilkan oleh alat musik atau suara yang berbeda-beda. Anak dapat belajar mengenal timbre dari benda-benda disekitar, minta anak untuk mengambilnya dan membunyikannya. Misalnya anak membedakan warna suara botol kosong yang dipukul oleh sendok dengan kertas koran yang dibentang-bentangkan. Berikut contoh kegiatan dan link dengan timbre yang dapat digunakan oleh guru dan orang tua;

- Mainkan bagian-bagian tubuh yang bisa mengeluarkan bunyi yang berbeda
- Iringi “sayang semua” dengan 3 iringan timbre yang berbeda dari bunyi tubuh kita. (tepuk,jentik jari,bunyi vocal) dst...
- Membedakan warna suara botol kosong yang dipukul oleh sendok dengan kertas koran yang dibentang-bentangkan.
- Warna suara botol kosong diekspreskan dengan gerakan kepala sedangkan warna suara koran dengan melompat

- Saksikan dengan anak2 video ini gerak tom and jerry diceritakan dengan permainan berbagai alat musik.
<https://www.youtube.com/watch?v=19piJKYvBFU>



E. Harmoni

Harmoni adalah suatu urutan dari satu arah lebih nada-nada yang diubah atau diulang. Biasanya dua atau lebih bunyi musik dihasilkan secara bersama-sama untuk menghasilkan harmoni. Ini hanya berlaku pada alat musik bernada. Berikut contoh kegiatan dan link dengan harmoni yang dapat digunakan oleh guru dan orang tua;

- Mengumpulkan minimal 5 botol kosong, lalu isi dengan air yang memiliki volume berbeda. Sesuaikan bunyi botol 1 dengan nada do, botol dua dengan re, botol tiga dengan mi dan seterusnya. Lalu bunyikan botol ke satu dengan botol ke tiga secara bersamaan. Kemudian botol ke dua dengan ke empat.
- Dengarkan lagu di sini senang di sini senang pada link ini. Perhatikan nada-nada yang dinyanyikan pada ...lalalala. Pada bagian itu ada harmonisasi suara. <https://www.youtube.com/watch?v=ZuDmwz78k-Y>
- Ikuti gerak yang ada dalam video ini. <https://www.youtube.com/watch?v=jXbSCdh8vA4>



Apa Saja Yang Harus disediakan Guru/Orang Tua untuk mendukung bermain musik dan gerak di sekolah/ di rumah ?

Guru atau orang tua sebagai fasilitator dan pendamping tentu saja perlu untuk menyiapkan sarana dan prasarana untuk kegiatan bermain musik dan gerak anak. Penyiapan alat, bahan dan tempat tidaklah sulit. Untuk tempat bisa dilakukan di ruangan atau halaman yang memungkinkan anak untuk bergerak bebas. Perlu diperhatikan juga keamanan, keselamatan dan kenyamanan bagi anak.

Untuk alat dan bahan, dapat menggunakan siap pakai atau produksi pabrik dan bisa juga bahan dan alat dari alam, misalnya daun-daun kering, ranting-ranting pohon dan lain sebagainya, bahkan sangat dimungkinkan untuk menggunakan alat-alat rumah tangga, seperti panci/ tutup panci, sendok, galon atau botol-botol. Berikut adalah beberapa hal yang perlu disiapkan guru/orang tua untuk mendukung bermain musik dan gerak ;

- Siapkan area/ruang yang memungkinkan anak untuk bergerak bebas (ruang di dalam rumah/halaman)

- Sediakan alat yang dapat mengeluarkan bunyi (alat musik, tape/pemutar cd, alat rumah tangga, bahan alam dan lain sebagainya)
- Guru/orang tua memberikan anak kebebasan untuk bergerak, menari dan bernyanyi mengikuti suara atau musik
- Guru/orang tua memastikan suasana yang nyaman, santai dan mengasyikkan ketika anak sedang bergerak, menari dan bernyanyi.





Beberapa Kegiatan Bermain Musik dan Gerak Yang Dapat Dilakukan di rumah / di sekolah

A. Bermain seperti grup band

- Berikan anak-anak bahan untuk membuat alat musik atau benda-benda yang dapat mengeluarkan bunyi (kertas, alat rumah tangga, alat tulis, dll).
- Bunyikan alat-alat tersebut bersama anak dan ikutlah bernyanyi bersama anak
- Guru/orang tua/anak juga dapat berperan seperti pemimpin orchestra (dirigent)
- Eksplorasi bunyi dapat dipimpin oleh dirigent. Dirigent memberi aba-aba siapa dan main apa/ bagaimana
- Buatlah iringan lagu dari semua sumber bunyi yang telah dimainkan. Misalnya anak yang bernyanyi lalu guru/orang tua yang mengiringi atau sebaliknya



Foto Dokumentasi Dit. PAUD

B. Bermain kursi dan musik

- Susun beberapa kursi sesuai jumlah orang/anak yang ikut bermain
- Bunyikanlah music dengan alat-alat atau menggunakan alat pemutar musik
- Hentikan suara atau musik, yang kemudian anak-anak harus duduk di kursi yang disediakan, sediakan kursi sesuai dengan jumlah anak.

Dapat juga dilakukan tidak menggunakan kursi. Anak bebas bergerak dan menari Ketika musik atau suara dibunyikan. Kemudian berhenti bergerak/menari ketika musik berhenti dengan berbagai posisi. Misal berdiri dengan tangan dipinggang. Intruksi ini bisa dicontohkan oleh guru dulu lalu bisa dicoba dengan ide dari anak



C. Bermain 'Ikuti saya'

- Anak bermain bersama guru/orang tua.
- Anak, guru/orang tua bergantian bergerak atau menari, yang kemudian diikuti oleh teman lainnya
- Kegiatan ini dapat juga diiringi dengan musik, bisa juga dengan membunyikan musik dari tubuh (tepuk tangan, hentak kaki, tepuk paha dll)



D. Bermain "kata Simon'..."

- Guru/ orang tua menyediakan kartu bergambar berbagai macam pose dari manusia atau hewan
- Anak bersama guru/orang tua secara bergantian memilih kartu yang kemudian diikuti pose sesuai gambar sambil mengatakan "Simon berkata....."



E. Yuk menari sesuai dengan musik yang didengar

- Guru/ orang tua menyediakan berbagai macam musik yang menggunakan harmoni, timbre, tempo, nada, dinamik yang berbeda
- Ajak anak bergerak/menari sesuai dengan harmoni, timbre, tempo, nada, dinamik yang didengar
Menarilah Bersama anak



F. Ayo berputar dan berdiri dengan satu kaki

- Guru/orang tua memutar musik
- Guru/orang tua bersama anak bernyanyi/bertepuk tangan dan berputar dalam lingkaran
- Pada saat musik berhenti, semua ikut berhenti berputar kemudian mengangkat satu kaki tanpa terjatuh
- Jangan memutar lagu terlalu lama

G. Bermain dengan permainan tradisional yang diiringi berbagai lagu dan gerak, misalnya cublak-cublak suweng, dan lain sebagainya.





Hal-hal Apa Sajakah Yang Harus Guru/Orang Tua Lakukan, Ketika Anak Sedang Bermain Musik Dan Gerak?

Dalam bermain musik dan gerak, guru atau orang tua hendaknya merespon positif ketika melihat anak tertarik dan memulai aksinya. Berikut beberapa hal yang dianjurkan untuk dilakukan guru atau orang tua ;

- Dampingi anak; ikutlah bergerak, menari dan bernyanyi
- Sepakati aturan sebelum bermain
- Tetaplah berkomunikasi efektif dan positif ketika bermain bersama anak
- Berikan pujian sesuai dengan yang anak lakukan
- Jangan mencela tarian/gerakan/nyanyian yang anak lakukan
- Guru/orang tua membunyikan alat music, alat rumah tangga dan bahan alam dengan tempo, nada, timbre, harmoni dan dinamik bergantian.
- Ajak anak untuk mengapresiasi gerakan, musik dan tari yang dia ciptakan. Ajak juga anak untuk mengapresiasi gerakan, musik dan tari orang lain/teman/adik/kakaknya

- Kenalkan anak berbagai lagu, termasuk lagu daerah/tradisional





Pertanyaan-pertanyaan dan kalimat-kalimat Yang Dapat Diajukan Guru/Orang Tua Ketika Mendampingi Anak Bermain Musik dan Gerak

Ketika mendampingi anak bermain musik dan gerak, guru atau orang tua sebaiknya merespon positif, memberikan pertanyaan-pertanyaan dan menjalin komunikasi yang interaktif. Hal ini diperlukan agar kemampuan berpikir kritis, higher order thinking (HOT), kemampuan memecahkan masalah sederhana, kemampuan menyampaikan pendapat dan ide terbangun dengan baik. Beberapa contoh pertanyaan dan kalimat penguatan yang dapat diajukan guru/orang tua untuk mengembangkan hal-hal di atas adalah sebagai berikut ;

- Yuk kita bergerak/menari mengikuti tempo/dinamik ini
- Boleh kita coba gerakan/tarian baru ?
- Musiknya semakin cepat/lambat, bagaimana kira-kira gerakan/tarian kita ya ?
- Wah, gerakan/tarianmu bagus sekali, bolehkah bunda/bu guru mengikuti ? Nanti kita bergantian ya

- Yuk kita coba pakai alat yang lain
- Kalau kita pukul lebih keras/lembut, kira-kira bunyinya jadi seperti apa ya ?
- Dan lain sebagainya





**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
REPUBLIK INDONESIA
2020**