

UPAYA PERBAIKAN TEKNIK PERNAPASAN DAN RESONANSI DENGAN METODE KECERDASAN KINESTETIS PADA PADUAN SUARA DI SMK NEGERI 1 TEMPEL

IMPROVEMENT EFFORTS OF RESPIRATORY AND RESONANCE TECHNIQUE WITH KINESTHETIC INTELLIGENCE METHOD IN THE CHOIR AT SMK NEGERI 1 TEMPEL

Oleh: odhi pratama, fbs universitas negeri yogyakarta, email: odhipmaizan@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memperbaiki teknik pernapasan diafragma dan resonansi melalui metode kecerdasan kinestetis pada paduan suara di SMK Negeri 1 Tempel. Alat ukur penelitian ini menggunakan lembar evaluasi prestasi belajar. Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas hasil, proses, demokrasi, katalistik, dialogis dan *rater*. Adapun teknik analisis data yang dilakukan dengan cara mengolah skor aspek-aspek penilaian yang terdapat dalam penilaian tes praktik teknik pernapasan diafragma, resonansi dan *phrasering*. Hasil penelitian pada pra siklus menunjukkan nilai rata-rata evaluasi prestasi belajar sebesar 26,41, siklus I sebesar 51,43 dan siklus II sebesar 73,46. Pada akhir penelitian dengan nilai rata-rata kelas 73,46 (Baik) dan seluruh responden (100%) telah berhasil mencapai kriteria keberhasilan tindakan. Pembelajaran paduan suara dengan metode kecerdasan kinestetis dapat memperbaiki teknik pernapasan dan resonansi maupun meningkatkan prestasi belajar paduan suara di SMK Negeri 1 Tempel.

Kata kunci : teknik pernapasan, resonansi, paduan suara, kecerdasan kinestetis

Abstract

This study aims to improve diaphragmatic breathing and resonance technique through kinesthetic intelligence methods in the choir of SMK Negeri 1 Tempel. This research uses evaluation sheets learning achievement as the measuring instrument. This research uses the validity of results, processes, democracy, catalytic, dialogic and rater. The data analysis technique is done by processing the score of the aspects in the assessment test, which are assessment of the test technique of diaphragmatic breathing practice, resonance and phrasering. The results of the research on pre-cycle shows the average score of the learning evaluation is 26.41, the first cycle is 51.43 and the second cycle is 73.46. At the end of the research, the average score class is 73.46 (good) and all the respondents (100%) has successfully achieved the success criteria of action. Learning the chorus with kinestetis intelligence methods not only may improve breathing techniques and resonance, but also improve the learning achievement of the choir at SMK Negeri 1 Tempel.

Key words : breathing technique, resonance, choir, kinesthetic intelligence

PENDAHULUAN

Paduan suara sudah menjadi bagian penting dalam berbagai kegiatan sekolah. Seperti upacara yang ada di sekolah, acara perpisahan, dan bahkan kegiatan lomba di luar sekolah mulai dari tingkat regional, nasional hingga internasional. Bernyanyi dalam paduan suara tentunya tidak sembarang bernyanyi dan harus

mencapai kompetensi bernyanyi yang baik dan benar. Ada beberapa unsur yang diperlukan dalam olah vokal, yaitu sikap badan, pernapasan, pengucapan, resonansi, *phrasering*, dan ekspresi.

Teknik pernapasan dan resonansi merupakan teknik dasar dalam bernyanyi yang belum mendapat perhatian khusus oleh kalangan awam. Anggota tubuh yang berperan aktif dalam kegiatan bernyanyi adalah diafragma yang menjadi modal

utama pernapasan ketika seseorang bernyanyi, begitu juga halnya bernyanyi dalam paduan suara.

Pernapasan diafragma menjadi pondasi utama dalam kegiatan bernyanyi. Selain itu, teknik resonansi juga sangat dibutuhkan dalam proses produksi paduan suara, karena ruang resonansi membantu penyanyi untuk menambah volume, ketebalan, dan jernihnya suara.

Untuk melakukan hal tersebut, tentunya tidak hanya kecerdasan musikal yang dibutuhkan. Kecerdasan kinestetis juga sangat berperan penting dan sangat dibutuhkan dalam mengatur pikiran dalam bernyanyi. Kecerdasan kinestetis merupakan keahlian menggunakan seluruh tubuh untuk menyampaikan ide, perasaan, dan keterampilan menggunakan anggota tubuh dalam menyampaikan gagasan dan emosi saat bernyanyi.

Akan tetapi hal ini belum banyak diketahui dan diterapkan dengan baik dalam paduan suara sekolah. Banyak guru musik yang belum mengetahui kapan dan bagaimana menggunakan teknik pernapasan dan resonansi. Seperti paduan suara di SMK Negeri 1 Tempel. Guru sebagai pelatih hanya berorientasi pada aransemennya, pembagian suara, suara yang bulat dan lantang. Guru di sekolah tersebut sudah mampu menjelaskan beberapa teori teknik dalam bernyanyi, akan tetapi masih belum mengerti bagaimana cara melatih teknik pernapasan dan resonansi. Hal ini juga terbukti saat peserta didik di SMK Negeri 1 Tempel bernyanyi. Paduan suara sekolah tersebut yang sudah banyak memenangi beberapa kejuaraan masih menggunakan pernapasan dada dan belum memanfaatkan ruang

resonansinya. Hal ini terlihat pada bahu yang terangkat ketika menghirup napas dan suara yang terdengar gaduh. Hal tersebut dialami oleh hampir seluruh peserta paduan suara saat observasi awal (pembelajaran ansamble musik sekolah). Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya perbaikan teknik pernapasan dan resonansi dengan metode kecerdasan kinestetis untuk paduan suara di SMK Negeri 1 Tempel.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang dilakukan (*Classroom Action Research*). Peneliti melakukan secara kolaboratif dan partisipatif, artinya peneliti tidak melakukan penelitian ini sendiri melainkan bekerjasama dengan guru mata pelajaran Seni Budaya (Seni Musik) SMK Negeri 1 Tempel.

Peran peneliti adalah sebagai perancang pembelajaran, pelaksana, dan pengamat proses pembelajaran, sedangkan guru bertindak sebagai kolaborator yang membantu melaksanakan kegiatan pembelajaran. Peneliti dan guru mata pelajaran bersama-sama melakukan evaluasi untuk menentukan kegiatan perbaikan yang akan dilaksanakan.

Tahapan Penelitian

Tahapan yang akan dilalui dalam penelitian tindakan kelas pada dasarnya ada empat, yaitu menyusun rancangan tindakan (*Planning*), pelaksanaan tindakan (*Acting*), pengamatan (*Observing*) dan refleksi (*Reflecting*).

Tempat dan Setting Penelitian

Kegiatan penelitian tindakan kelas dalam paduan suara ini dilaksanakan di SMK Negeri 1 Tempel, Sleman, Yogyakarta. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret 2016. Jumlah anggota paduan suara yaitu 25 orang yang merupakan siswi kelas X dan XI. Paduan suara sejenis ini terdiri dari 15 sopran dan 10 alto.

Kolaborator Penelitian

Penelitian ini dilakukan bersama-sama dengan kolaborator yang merupakan Guru Musik SMK Negeri 1 Tempel yaitu Ibu Pramuhastuti, S. Pd. Kolaborator sangat diperlukan dalam penelitian karena guru menjadi *partner* yang membantu peneliti saat penelitian.

Prosedur Penelitian

Perencanaan

Perencanaan dilakukan setelah melihat fakta yang terjadi di sekolah dan menetapkan kondisi pada observasi awal. Mengamati berbagai permasalahan yang terjadi di sekolah dan memikirkan solusi tepat untuk permasalahan yang diteliti. Lalu menemukan rancangan tindakan penelitian yang dilaksanakan saat penelitian tindakan kelas. Peneliti menemukan masalah tentang teknik pernapasan dan resonansi yang hampir terjadi pada setiap penyanyi paduan suara di SMK Negeri 1 Tempel. Sehingga peneliti merumuskan rencana solusi seperti tertawa terbahak-bahak, melingkarkan area perut dengan tangan maupun jari, dan menghitung detik napas untuk melatih pernapasan diafragma. Sedangkan

untuk melatih teknik resonansi peneliti merumuskan rencana solusi yaitu *humming* dengan getaran huruf *n*, *m*, dan *ng*.

Tindakan

Tahapan tindakan merupakan pelaksanaan dari rancangan yang telah dibuat pada tahap perencanaan. Tindakan ini dibantu oleh kolaborator. Pelaksanaan tindakan didasari dari Rancangan Perencanaan Pembelajaran (RPP) yang telah disiapkan sebelumnya. Segala aktifitas pada setiap pertemuan dilakukan dengan langkah-langkah yang sudah dirinci pada tiap RPP. Alokasi waktu penelitian pada siklus I yaitu 4 x pertemuan sedangkan siklus II dilakukan 3 x pertemuan. Kedua siklus terdiri dari 2 kali pelaksanaan RPP dan 1 kali tes (refleksi) pada setiap siklus. Pelaksanaan tiap RPP pada masing-masing pertemuan adalah 1 x 60 menit.

Observasi

Tahapan observasi dilaksanakan sepanjang penelitian pada semua siklus. Observasi ini bertujuan untuk merekam segala aktifitas dan perubahan suasana yang terjadi dalam pembelajaran. Observasi ini direkam dengan catatan lapangan yang dilakukan oleh peneliti dan dibantu rekan sejawat.

Refleksi

Refleksi dilakukan pada pertemuan keempat pada siklus I dan pertemuan ketiga pada siklus II. Tahapan refleksi merupakan tahapan yang dilaksanakan menggunakan lembar evaluasi prestasi belajar yang sudah dibuat. Refleksi

berguna untuk mengkaji apa yang sudah dan belum terjadi pada proses pembelajaran. Sehingga peneliti dapat memutuskan perlu atau tidaknya perbaikan. Hasil evaluasi tersebut menjadi acuan untuk menentukan langkah dan tindakan berikutnya.

Teknik Pengumpulan Data

Pra Penelitian (*Preliminary Research*)

Dalam penelitian ini pra penelitian yang dimaksudkan adalah meliputi pencarian informasi dan data dari sekolah yang ada di SMK Negeri 1 Tempel khususnya siswi dan guru musik yang menjadi objek penelitian. Sehingga peneliti harus mengerti tentang tanda-tanda awal permasalahan yang ada dari data pada paduan suara di sekolah dan meninjau lokasi penelitian. Peneliti telah menemui guru musik SMK Negeri 1 Tempel dan berdiskusi mengenai ketersediaan data pra penelitian. Lalu guru memberikan dua lembar kertas yang merupakan hasil rekap nilai paduan suara. Hasil penilaian dilakukan oleh guru kepada paduan suara untuk mendata kemampuan bernyanyi dan musikalitas paduan suara. Rekap nilai tersebut berisi tiga aspek penilaian yaitu solfegio, ketepatan melodi lagu, dan *phrasing*. Peneliti tertarik dengan aspek penilaian ketiga yaitu *phrasing* yang menunjukkan nilai rata-rata kelas sebesar 40,41 dari rentang nilai 0 – 100.

Observasi

Observasi yaitu digunakan untuk mengamati berbagai masalah yang ada dalam kegiatan pelatihan yaitu mengidentifikasi masalah dari berbagai sumber seperti guru musik maupun

pihak sekolah. Sumber tersebut mengerti bagaimana aktivitas kegiatan bermusik khususnya paduan suara di SMK Negeri 1 Tempel.

Tes

Tes merupakan salah satu upaya melihat perkembangan peserta didik dalam mencapai kompetensi teknik pernapasan dan diafragma. Tes ini dilakukan bersama-sama dengan kolaborator dan rekan sejawat menggunakan lembar evaluasi prestasi belajar yang sudah dibuat.

Catatan Lapangan

Catatan lapangan sangat dibutuhkan saat PTK ini dilakukan. Berbagai kejadian dan perkembangan saat proses tindakan dan observasi dapat dicatat dalam lembar catatan lapangan. Catatan lapangan ini berguna sebagai sumber data yang dipertimbangkan untuk menambah atau mengurangi serta mengeksplorasi tindakan saat proses pembelajaran paduan suara di SMK Negeri 1 Tempel.

Teknik Analisis Data

Penggunaan teknik analisis data pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat efektivitas suatu model pelatihan yang digunakan dalam kegiatan pelatihan paduan suara di SMK Negeri 1 Tempel yang dilakukan dengan analisis data. Teknik analisis data ini dilakukan dengan cara mengolah skor aspek-aspek penilaian yang terdapat dalam penilaian tes praktik teknik pernapasan diafragma, resonansi dan *phrasing*. Tahapan tes tersebut dimulai dari *pretest*, *posttest* siklus I, *posttest* siklus II. Menurut Arikunto

(2011 : 12) rumus untuk menghitung nilai peserta didik adalah sebagai berikut.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimum}} \times 100\%$$

Kemudian hasil yang diperoleh diterjemahkan ke dalam kriteria yang sudah ditentukan. Setelah itu dilakukan perhitungan selisih peningkatan rata-rata *pretest* dan *posttest* peserta didik dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$\text{Peningkatan} = \frac{\text{Skor Akhir} - \text{Skor Awal}}{\text{Skor Awal}} \times 100\%$$

(Sukardi, 2008: 146).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pra Siklus

Pada kegiatan pra siklus peserta paduan suara masih belum dapat melakukan teknik pernapasan diafragma dan resonansi. Sehingga hasil nilai rata-rata kelas dari evaluasi prestasi belajar dibawah 40 yang berarti masuk ke dalam kategori sangat kurang. Dari 25 peserta paduan suara hanya satu peserta yang sudah bisa menggunakan pernapasan diafragma dan resonansi dengan cukup baik. Walaupun dalam pencapaian keseluruhan soal pada evaluasi prestasi belajar belum dapat tercapai dengan baik.

Peserta paduan suara cenderung menggunakan pernapasan dada. Hal ini terlihat saat pengambilan napas yang mengakibatkan bahu peserta didik terangkat ke atas. Kemudian terdengar suara gaduh saat bernyanyi yang menandakan bahwa suara merambat ke arah leher peserta didik dan hal ini menunjukkan bahwa peserta didik belum mengetahui teknik resonansi. Selain itu, saat menyanyikan lagu “Satu Nusa Satu Bangsa”

peserta didik menyanyikan lagu tersebut dengan *phrasering* yang kurang tepat atau dengan kata lain bernapas pendek.

Melihat pada kondisi awal tersebut, produksi suara yang dihasilkan oleh peserta didik belum mencapai kriteria penilaian dalam kategori Baik (61-80). Hal ini dapat dilihat dari data-data hasil evaluasi prestasi belajar 25 responden yang merupakan anggota paduan suara SMK Negeri 1 Tempel sebelum dilakukan tindakan.

Pada tabel di bawah ini dapat dilihat bahwa banyak peserta didik yang belum mencapai kriteria keberhasilan tindakan. Hanya 1 peserta didik atau 4% dari keseluruhan peserta paduan suara yang masuk ke dalam kriteria baik. Nilai rata-rata keseluruhan peserta didik yang diperoleh yaitu 26,41 (Sangat Kurang). Hal ini berarti rata-rata keseluruhan peserta paduan suara SMK Negeri 1 Tempel belum memenuhi standar keberhasilan tindakan.

Tabel 1. Hasil Evaluasi Prestasi Belajar Teknik Pernapasan dan Resonansi pada Kondisi Awal (Pra Siklus)

NILAI RATA-RATA KETIGA RATER	
Jumlah	660,32
Minimal	13,50
Maximal	50,00
Rata-rata Kelas Kategori	26,41 (Sangat Kurang)

Siklus I

Awalnya hampir seluruh peserta paduan suara menggunakan pernapasan dada. Pada proses siklus I, hampir seluruh peserta didik mulai menggerakkan diafragmanya yang menandakan napas telah diarahkan pada pernapasan diafragma.

Namun hal ini belum dilakukan secara maksimal karena diperlukan pembiasaan dan latihan yang intensif terhadap teknik tersebut. Selain itu, beberapa peserta didik mampu mengarahkan suaranya pada fokus ruang resonansi dengan berbagai metode kecerdasan kinestetis yang telah dilakukan. Akan tetapi masih ada peserta didik belum berusaha membuka mulutnya dan belum fokus mengimajinasikan getaran suara ke dalam ruang resonansi. Sehingga terjadi percampuran suara jernih dan gaduh yang berasal dari seluruh peserta didik ketika bersama-sama melatih teknik resonansi dengan berbagai *humming*.

Tabel di bawah ini menunjukkan nilai rata-rata tes atau prestasi belajar pada siklus I adalah 51,43 dengan kategori nilai Kurang. Hal ini menunjukkan bahwa perlunya diadakan tindakan selanjutnya untuk meningkatkan prestasi belajar di SMK Negeri 1 Tempel.

Tabel 2. Hasil Evaluasi Prestasi Belajar Teknik Pernapasan dan Resonansi pada Akhir Siklus I

NILAI RATA-RATA KETIGA RATER	
Jumlah	1285,67
Minimal	35,33
Maximal	83,50
Rata-rata Kelas Kategori	51,43 (Kurang)

Siklus II

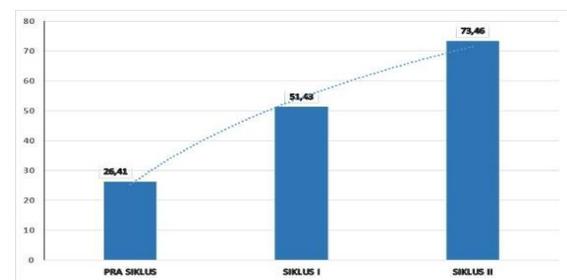
Setelah selesai tindakan sampai akhir siklus, peneliti dan kolaborator mendiskusikan hasil pembelajaran pada siklus II. Berdasarkan hasil tes pada siklus II, pembelajaran yang telah dilakukan sesuai dengan perencanaan yang sudah dibuat. Anggota paduan suara memahami bagaimana proses yang harus dilalui saat

penelitian dan telah mengalami peningkatan prestasi belajar dalam paduan suara. Hal ini terlihat setelah diadakan upaya perbaikan pada teknik pernapasan dan resonansi dengan menggunakan metode kecerdasan kinestetis. Peserta didik mampu memaksimalkan diri untuk menghirup napas melalui mulut maupun hidung dan mampu memanfaatkan pergerakan diafragmanya saat bernyanyi. Selain itu, peserta didik telah mampu merasakan getaran suara pada ruang resonansi dan mengarahkan suara pada fokus resonansi yang harus dituju.

Tabel berikut ini menunjukkan nilai rata-rata tes atau evaluasi prestasi belajar pada siklus II adalah 73,46. Jika dilihat pada tabel, masing-masing responden telah memenuhi standar keberhasilan dengan presentase 100%.

Tabel 3. Hasil Evaluasi Prestasi Belajar Teknik Pernapasan dan Resonansi pada Akhir Siklus II

NILAI RATA-RATA KETIGA RATER	
Jumlah	1836,48
Minimal	61,17
Maximal	93,83
Rata-rata Kelas Kategori	73,46 (Baik)



Gambar 5. Grafik Hasil Prestasi Belajar Keterampilan Bernyanyi Paduan Suara pada Pra Siklus, Siklus I, dan Siklus II Pembahasan

Pembelajaran keterampilan bernyanyi khususnya upaya perbaikan teknik pernapasan dan diafragma melalui kecerdasan kinestetis dapat meningkatkan hasil prestasi belajar paduan suara di SMK Negeri 1 Tempel. Hasil peningkatan prestasi belajar ini berbanding lurus menunjukkan keberhasilan upaya perbaikan teknik pernapasan dan resonansi. Hal ini dapat dilihat pada proses latihan, dan observasi sejak pra siklus, siklus I, dan Siklus II.

Banyak hal penting yang perlu diperhatikan dari observasi yang telah dilakukan. Pada awal pembelajaran saat tindakan siklus I, semua peserta didik terlihat antusias dan semangat meskipun beberapa waktu terbuang karena peserta didik terlambat. Namun saat di tengah pembelajaran, beberapa peserta didik masih belum serius bahkan berlarut-larut dalam suasana lucu saat proses melakukan latihan teknik pernapasan diafragma dengan tertawa terbahak-bahak. Selain itu ada beberapa peserta didik yang masih sibuk dengan urusannya sendiri seperti keluar masuk ruangan latihan dan mengobrolkan sesuatu hal selain materi pembelajaran. Terdapat beberapa peserta yang berkomentar saat peneliti belum selesai menjelaskan teknik yang akan dilakukan. Beberapa peserta paduan suara juga cenderung kurang bersemangat karena belum makan siang atau lapar. Sehingga peneliti bersama-sama kolaborator melakukan pendekatan dengan peserta didik untuk mencapai kesepakatan dan tujuan bersama. Hal-hal yang dilakukan seperti menegaskan kepada peserta didik untuk lebih serius saat pembelajaran dan memperhatikan

dengan seksama semua instruksi yang diberikan oleh peneliti maupun kolaborator. Peneliti dan kolaborator memotivasi dan memberikan pengertian kepada peserta didik bahwa kegiatan paduan suara dapat membawa peserta didik menggapai prestasi dan mendapatkan pengalaman yang lebih baik. Meskipun bukan merupakan topik utama pembahasan dalam penelitian, namun hal-hal tersebut tentunya perlu diperhatikan dalam pembelajaran vokal karena sangat membantu jalannya keberlangsungan proses dan tujuan pembelajaran.

Selanjutnya metode kecerdasan kinestetis merupakan cara-cara yang dilakukan dengan melibatkan anggota tubuh, daya imajinasi, dan keseimbangan pendengaran peserta didik saat bernyanyi. Sehingga semua peserta didik diarahkan untuk fokus dan sadar bahwa kegiatan bernyanyi benar-benar membutuhkan kecerdasan kinestetis. Metode yang dilakukan untuk teknik pernapasan seperti tertawa terbahak-bahak, melingkarkan area perut dengan telapak tangan beserta jari ketika bernapas, dan menghitung detik lamanya napas. Dalam hal ini kecerdasan kinestetis yang diharapkan adalah peserta didik mampu menggunakan, membiasakan dan memaksimalkan pernapasan diafragmanya secara sadar saat bernyanyi.

Lalu metode yang dilakukan untuk teknik resonansi yaitu *humming* yang melibatkan getaran huruf „n“, „m“, dan „ng“. Fenomena yang terjadi saat melakukan teknik resonansi adalah bergetarnya *snare drume* ketika melakukan resonansi dengan kata nu yang panjang saat ruangan tertutup yang berukuran 4x12 m. Hal ini

menunjukkan bahwa ketika ruang resonansi dimanfaatkan secara maksimal saat bernyanyi, maka akan menggetarkan beberapa alat yang memiliki ruang rambat. Namun ketika peneliti maupun peserta didik tidak memaksimalkan ruang resonansi pada tubuh dan suara terdengar gaduh maka getaran yang diharapkan seperti yang terjadi sebelumnya tidak dapat terwujud (*snare drume* tidak bergetar). Fenomena tersebut tentunya membutuhkan kecerdasan kinestetis untuk memaksimalkan getaran ruang resonansi, baik aksi maupun reaksi yang ditimbulkan dan dirasakan saat teknik resonansi digunakan.

Hal lain yang perlu diperhatikan ketika melakukan kedua teknik tersebut yaitu terdapat bagian yang tidak terpisahkan antara pikiran dan tubuh. Pikiran dan tubuh bekerja sama dalam melakukan metode yang diterapkan saat upaya perbaikan teknik pernapasan maupun resonansi. Sehingga peneliti maupun kolaborator memberi pengertian kepada peserta didik bahwa kedua komponen antara perintah pikiran dan tubuh harus bekerja dalam waktu bersamaan. Saat otak memberikan perintah kepada tubuh, maka tubuh harus siap dan segera melakukan perintah otak. Salah satu contoh yaitu seperti saat melakukan teknik resonansi.

Ketika memproyeksikan suara dengan kata *nu* maka bibir harus segera membentuk corong dan otak dengan sadar memerintahkan suara yang dibantu diafragma keluar fokus dan diproyeksikan pada arah rambat suara menuju ke depan wajah.

Setelah menjalani semua tahapan proses pembelajaran dengan metode ini, peserta didik mulai meyakini dan memahami akan pentingnya

usaha dalam melibatkan kecerdasan kinestetis. Peserta didik kini mampu dengan sadar akan keharusan menggunakan metode kecerdasan kinestetis saat bernyanyi.

Awalnya peserta didik merasa lucu dan tabu terhadap metode tersebut, kini mampu mengontrol diri dalam melakukan teknik pernapasan diafragma dan resonansi dengan metode kecerdasan kinestetis. Terdapat peserta didik yang semula menggunakan pernapasan dada dan suara yang dihasilkan terdengar gaduh, menjadi lebih dapat mengontrol dan memaksimalkan usahanya untuk menghasilkan suara yang lebih baik.

Pada siklus I, perlahan-lahan peserta didik mampu menggunakan pernapasan diafragmanya meskipun belum maksimal. Kemudian saat hampir menuju puncak penelitian pada siklus II, peserta didik sudah mampu memaksimalkan perkembangan diafragmanya karena banyaknya udara yang dihirup melalui pernapasan diafragma. Begitu juga penerapan teknik resonansi. Semula peserta didik enggan membuka mulut dan belum dapat merasakan getaran pada ruang resonansi, lalu dapat melakukan teknik tersebut dengan baik. Sehingga suara yang dihasilkan lebih jelas, bertenaga, dan jernih karena peserta didik mulai dapat melakukan teknik pernapasan diafragma dan resonansi dengan metode kecerdasan kinestetis. Metode tersebut membantu peserta didik untuk melatih dan membiasakan diri dalam menggunakan kecerdasan kinestetis saat bernyanyi.

Berdasarkan uraian pembahasan tersebut, peserta didik mampu meningkatkan hasil prestasi belajarnya dalam keterampilan bernyanyi melalui

teknik pernapasan diafragma dan resonansi dengan metode kecerdasan kinestetis. Peningkatan hasil prestasi belajar tersebut menunjukkan keberhasilan upaya perbaikan teknik pernapasan dan resonansi dengan metode kecerdasan kinestetis pada paduan suara di SMK Negeri 1 Tempel. Hal ini dilihat dari sebelum dan sesudah diadakannya tindakan. Peningkatan ini dilihat dari hasil tes saat pra siklus yang masuk kategori Sangat Kurang dan sudah diberikan tindakan selama dua siklus dengan hasil masuk kategori Baik. Begitu juga proses yang terlihat saat observasi dan refleksi tiap siklusnya. Oleh karena itu, penggunaan metode kecerdasan kinestetis dapat menjadi salah satu metode dalam upaya memperbaiki teknik pernapasan dan resonansi pada paduan suara di SMK Negeri 1 Tempel.

KESIMPULAN DAN RENCANA TINDAK LANJUT

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa metode kecerdasan kinestetis dalam upaya perbaikan teknik pernapasan dan resonansi dapat meningkatkan produksi suara pada paduan suara di SMK Negeri 1 Tempel. Produksi suara terdengar lebih fokus, bertenaga, jernih, dan meyakinkan yang merupakan hasil upaya perbaikan teknik pernapasan dan resonansi dengan diberikan metode kecerdasan kinestetis.

Peserta didik mampumengaktifkan daya anggota tubuhnya untuk mencapai hasil terbaik ketika proses bernyanyi. Metode yang dilakukan untuk teknik pernapasan seperti tertawa terbahak-bahak, melingkarkan area perut dengan telapak tangan beserta jari ketika bernapas, dan

menghitung detik lamanya napas. Hal ini bertujuan untuk melihat perkembangan diafragma secara optimal ketika melakukan pernapasan diafragma. Selain itu, metode kecerdasan kinestetis yang dilakukan untuk teknik resonansi yaitu *humming* yang melibatkan getaran huruf „n“, „m“, dan „ng“. Hal ini bertujuan untuk merasakan getaran-getaran ruang resonansi dan kemudian peserta didik dapat fokus memproyeksikan suaranya pada arah rambat suara yang terjadi pada getaran resonansi saat *humming*.

Setelah melakukan upaya dengan berbagai metode tersebut, peserta didik mampu melakukan teknik pernapasan dan resonansi sesuai yang diharapkan. Peserta didik mampu menggunakan, membiasakan, dan memaksimalkan pernapasan diafragma dan ruang resonansinya secara sadar saat bernyanyi yang menjadi bagian implikasi dari metode kecerdasan kinestetis.

Selanjutnya peningkatan hasil prestasi belajar dalam paduan suara di SMK Negeri 1 Tempel ditunjukkan pada hasil tes dari tiap siklus. Pada kondisi awal (pra siklus), nilai rata-rata yang diperoleh peserta didik adalah 26,41. Nilai rata-rata pada siklus I yang diperoleh peserta didik adalah 51,43 sedangkan pada siklus II yaitu 73,46. Peningkatan yang terjadi dari pra siklus ke siklus I yaitu 94,73% sedangkan dari siklus I ke siklus II yaitu 42,83%. Hasil nilai rata-rata pada akhir siklus II sebesar 73,46 menunjukkan bahwa hasil prestasi belajar masuk ke dalam kategori Baik (61-80).

Hasil peningkatan prestasi belajar ini menunjukkan keberhasilan upaya perbaikan teknik pernapasan dan resonansi dengan metode kecerdasan kinestetis pada paduan suara di SMK Negeri 1 Tempel. Sehingga, upaya perbaikan teknik pernapasan dan resonansi dengan kecerdasan kinestetis pada paduan suara di SMK Negeri 1 Tempel dapat tercapai sesuai dengan tujuan penelitian.

Rencana Tindak Lanjut

Rencana tindak lanjut dalam penelitian ini yaitu pelatih paduan suara (guru musik) akan menerapkan metode kecerdasan kinestetis dalam latihan paduan suara di SMK Negeri 1 Tempel. Hal ini perlu dilakukan karena telah terbukti

bahwa metode kecerdasan kinestetis dalam upaya perbaikan teknik pernapasan dan resonansi dapat meningkatkan produksi suara maupun prestasi belajar dalam paduan suara. Selain itu, metode ini dapat diterapkan pada paduan suara lainnya apabila dibutuhkan. Dengan demikian, metode kecerdasan kinestetis dalam paduan suara menjadi bagian penting dalam meningkatkan dan memaksimalkan produksi paduan suara.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sukardi. 2008. *Evaluasi Pendidikan Prinsip dan Operasional*. Yogyakarta: Bumi Aksara