

MODUL AJAR
UNIT 1 : DASAR KREASI LAKU PERAN

INFORMASI UMUM

A. IDENTITAS MODUL

Nama Penyusun :
Satuan Pendidikan : SMP
Kelas / Fase : VII (Tujuh) - D
Mata Pelajaran : Seni Teater
Prediksi Alokasi Waktu : 10 X 40 menit
Tahun Penyusunan : 2022
Elemen Mapel :

B. KOMPETENSI AWAL

Dasar laku peran utamanya adalah olah tubuh, olah suara, olah pikir, dan olah rasa. Unit satu dalam buku panduan ini menekankan pada olah pikir, olah tubuh, dan olah rasa sebagai dasar kreasi laku peran.

Konsentrasi merupakan salah satu dasar aktivitas pembelajaran olah pikir yang berkaitan erat dengan penguasaan tubuh dan sukmanya. Karena itu seorang aktor pertama-tama haruslah bersedia melatih konsentrasi sebagai kemampuan utama. Dengan kemampuan konsentrasi, seorang aktor akan terbantu dalam melatih unsur-unsur kemampuan dan keterampilan lain yang juga harus dikembangkan.

Dalam kegiatan pembelajaran teater ini, konsentrasi ditempatkan sebagai kegiatan pembelajaran pertama supaya siswa sejak awal pertemuan di kelas teater telah mengenali pentingnya konsentrasi dan bagaimana teknik melatih konsentrasi. Dengan menempatkan konsentrasi sebagai pokok materi pembelajaran di awal, latihan konsentrasi dapat menjadi kegiatan pembuka dari setiap kali kegiatan pembelajaran.

Ingatan emosi merupakan pokok materi pembelajaran yang berhubungan dengan peningkatan kemampuan di ranah pengetahuan dan emosi. Pengamatan dan telaah perilaku emosi merupakan aktivitas yang membutuhkan kemampuan berpikir kritis sekaligus kecerdasan emosional untuk menguasai rasa-perasaan orang lain.

Peningkatan kemampuan di kedua ranah tidak cukup dipelajari secara teoritis dari teks, tetapi harus melalui praktek latihan untuk bisa mendapatkan konteks yang relevan. Teknik latihan yang mendasari kemampuan ingatan emosi adalah konsentrasi. Struktur awal kegiatan pembelajaran tentang ingatan emosi sama dengan struktur pembelajaran konsentrasi. Dengan demikian pada bagian materi inti saat eksplorasi kegiatannya praktis sama dengan kegiatan latihan konsentrasi.

Selanjutnya adalah materi pokok tentang tubuh sebagai penyangga kreativitas. Pembelajaran tentang tubuh menjadi penting dipahami siswa karena tubuh pemain merupakan media utama dalam teater. Jika mengibaratkan teater sebagai kain kanvas, tidak akan ada lukisan tanpa tubuh pemain. Keterampilan tubuh berhubungan dengan kemampuan sensor motorik yang sifatnya neurologis atau keterkaitan keseimbangan tubuh dengan kesehatan otak. Indikasinya, semakin terampil tubuh kita maka akan semakin seimbanglah struktur saraf dan otak kita.

Karena itu pembelajaran bersifat verbal yang berkaitan dengan pengetahuan akan mengambil porsi waktu yang tidak terlalu banyak. Karena waktu pembelajaran akan lebih banyak dipergunakan untuk latihan, siswa akan memahami langsung bagaimana mengolah tubuh sesuai

dengan tujuan untuk menjaga stamina, penguasaan keterampilan, keseimbangan, atau kelenturan.

Unit 1 tentang Olah Tubuh terdiri dari 4 pokok materi bahasan yang dijadikan 3 kegiatan pembelajaran. Masing-masing pokok bahasan direncanakan membutuhkan waktu pertemuan dua jam pelajaran atau 2X40 menit. Langkah aktivitas pembelajaran untuk tiap pertemuan dibuat dengan struktur yang sama: pemanasan dengan permainan, pembahasan pokok materi, dan penutup dengan relaksasi atau pendinginan.

C. PROFIL PELAJAR PANCASILA

Beriman, bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa, bergotong royong, bernalar kritis, kreatif, inovatif, mandiri, berkebhinekaan global

D. SARANA DAN PRASARANA

1. Buku Teks

E. TARGET PESERTA DIDIK

Peserta didik reguler/tipikal: umum, tidak ada kesulitan dalam mencerna dan memahami materi ajar.

F. MODEL PEMBELAJARAN

Blended learning melalui model pembelajaran dengan menggunakan *Project Based Learning* (PBL) terintegrasi pembelajaran berdiferensiasi berbasis *Social Emotional Learning* (SEL).

KOMPONEN INTI

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

- Mampu menjelaskan unsur-unsur dalam teori pemeranan
- Mampu menjelaskan teknik mengolah sukma dan raga sebagai penopang kreativitas laku peran seorang aktor
- Mampu menjalankan teknik konsentrasi sebagai dasar pengenalan sukma
- Mampu mengimplementasikan teknik ingatan emosi
- Mampu menjelaskan ragam olah tubuh yang dibutuhkan sebagai penopang kemampuan kreatif seorang aktor
- Mampu mengekspresikan emosi dalam gerak tubuh

B. PEMAHAMAN BERMAKNA

Pembelajaran teater pada setiap unit, selain bertujuan untuk menambah pengetahuan siswa tentang seni teater dan meningkatkan keterampilan siswa dalam bermain bermain teater, juga bertujuan untuk menguatkan perkembangan karakter siswa. Dalam Unit 1 penguatan karakter terpusat pada kesadaran siswa untuk mengenali dan meningkatkan potensi diri, diantaranya adalah:

- Mampu mengidentifikasi pentingnya menjaga keseimbangan kesehatan jasmani, mental, dan rohani
- Berupaya menyeimbangkan kegiatan fisik seperti olahraga, kegiatan sekolah, aktivitas sosial dengan teman-temannya, dan aktivitas ibadah
- Memahami pengaruh emosi pada perilakunya
- Mampu menggambarkan konsekuensi emosi terhadap perilakunya dalam konteks pembelajaran sosial
- Mampu menyusun langkah-langkah untuk mengatur perilaku di berbagai situasi agar mendapatkan penilaian yang diinginkan dari orang lain.
- Mampu mengembangkan pengendalian dan disiplin diri dalam menggunakan strategi belajar yang efektif untuk mencapai tujuan.

C. PERTANYAAN PEMANTIK

- Menanyakan materi terkait unsur-unsur dalam teori pemeranan
- Menanyakan materi terkait teknik mengolah sukma dan raga sebagai laku peran seorang aktor
- Menanyakan materi terkait teknik ingatan emosi
- Menanyakan materi terkait ragam olah tubuh yang dibutuhkan sebagai penopang kemampuan kreatif seorang aktor
- Menanyakan materi terkait cara mengekspresikan emosi dalam gerak tubuh

D. KEGIATAN PEMBELAJARAN

PERTEMUAN KE-1

Konsentrasi (2 X 40 menit)

Kegiatan Pendahuluan (10 Menit)

Memberikan salam dan sapaan kepada para siswa merupakan cara yang baik untuk membuka kegiatan pembelajaran. Sapaan ringan seorang dengan menanyakan kabar atau dalam wujud

pertanyaan-pertanyaan ringan yang menyejukkan bagi siswa akan dirasakan sebagai suatu sikap keterbukaan yang memberikan rasa nyaman. Dengan demikian suasana awal pembelajaran menjadi cair. Kelas teater menjadi ruang pembelajaran yang menyenangkan sehingga siswa merasa mendapatkan dukungan dari teman maupun dari guru.

Suasana cair yang menyenangkan merupakan kesempatan yang kondusif bagi guru untuk mengajak siswa mulai kegiatan pembelajaran. Pada sesi pengantar guru cukup menyampaikan tujuan dan materi pokok kelas teater selama jam kegiatan pembelajaran. Materi pokok pada jam pembelajaran kali ini adalah tentang unsur-unsur pemeranan dimulai dari konsentrasi sebagai unsur utama. Sedangkan tujuannya secara khusus agar siswa mengenali konsentrasi sebagai elemen kemampuan seorang aktor. Di samping itu siswa mampu mengetahui teknik meningkatkan kemampuan konsentrasi.

Siswa perlu diperkenalkan terlebih dahulu pengertian umum tentang pemeranan dan unsur-unsur yang menentukan yaitu olah sukma dalam hal ini adalah konsentrasi dan ingatan emosi, olah tubuh dan olah suara. Masing-masing unsur memiliki teknik tersendiri yang akan dilatih dan dibahas pada beberapa kali pertemuan di jam pelajaran teater. Konsentrasi, ingatan emosi dan olah tubuh akan menjadi satu rumpun kegiatan. Sedangkan olah suara dan ekspresi akan menjadi pokok materi di rumpun yang lain. Sesudah itu, lanjutkan dengan memberikan penjelasan bahwa kegiatan pembelajaran pertama dalam pelajaran teater akan dibuka dengan mengenal konsentrasi sebagai unsur utama pemeranan.

Kegiatan Inti (90 Menit)

Eksplorasi

Latihan konsentrasi dimulai dari kemampuan menguasai tubuh. Cara berikut merupakan salah satu pilihan yang bisa digunakan untuk latihan.

- Langkah awal adalah menguasai raga dengan mengambil posisi duduk bersila dengan posisi kaki dilipat bersilang. Dalam yoga posisi tersebut disebut posisi lotus. Posisi lotus diyakini bermanfaat mengalirkan oksigen lebih lancar ke otak dan seluruh tubuh. (Siswa yang belum bisa duduk dalam posisi lotus bisa mulai dengan duduk bersila biasa)
- Posisi punggung tegak supaya perut tidak terlipat sehingga peredaran pernafasan tetap lancar.
- Pejamkan mata, arahkan perhatian untuk mengatur ritme pernapasan mulai dengan menarik udara sedalam-dalamnya melalui hidung kemudian keluarkan udara dari mulut dengan kedua bibir terbuka tipis.
- Untuk permulaan membangun ritme pernapasan bisa dilakukan dengan menghitung dalam hati saat membuang udara dari lubang kedua bibir. Lakukan beberapa kali sampai merasa ritme napas sudah terbangun tanpa harus dengan menghitung.
- Lakukan latihan awal ini selama kurang lebih lima menit, sebelum kemudian perlahan buka mata.

Pengalaman latihan tahap awal akan menentukan langkah perbaikan untuk latihan berikut. Setelah latihan tahap awal selesai, sebaiknya siswa diberi kesempatan untuk saling berbagi pengalaman. Dengan demikian, siswa dapat saling memetik pelajaran dari perasaan yang dialami sesamanya, serta mengidentifikasi hambatan umum yang dialami siswa dalam mengosongkan pikiran.

- Lanjutkan dengan latihan tahap berikutnya, yaitu melatih konsentrasi dengan memusatkan perhatian pada suatu objek tertentu.
- Kembali bersiap mengambil posisi lotus. Atur ritme pernafasan sampai merasa rileks.
- Arahkan fokus perhatian pada angin yang menyentuh kulit. Rasakan belai angin yang menyentuh kulit mulai dari bagian ujung kepala, perlahan turun per sentimeter ke bagian

samping kepala, ke kuping, tengkuk, lanjutkan terus sampai ke ujung jari tangan, kemudian bergerak lagi sampai ke ujung kaki. Lakukan berulang kali selama kurang lebih lima menit. Setiap kali selesai satu tahap atau variasi latihan lanjutkan dengan sesi berbagi cerita atau berdiskusi ringan:

- *Bagaimana perasaannya selama latihan?*
- *Apakah sudah bisa mengatasi bayangan yang menguasai pikiran?*
- *Apa tantangan atau kesulitan yang dihadapi?*

Untuk latihan konsentrasi berikutnya bisa dilakukan dengan latihan pemusatan perhatian pada objek imajiner.

Pemaknaan

Bagi seorang aktor konsentrasi merupakan kemampuan utama yang harus dikuasai. Seorang aktor adalah pemeran atau dikenal juga dengan istilah pemain watak karena kemampuannya memerankan watak tokoh dalam suatu lakon. Seorang aktor dapat memerankan watak tokoh dengan baik dan meyakinkan karena aktor tersebut memiliki kemampuan konsentrasi. Melalui konsentrasi seorang aktor dapat menguasai sukma tokoh yang diperankan, yaitu gesturnya, emosinya, pikirannya, imajinasinya, dan sikapnya.

Sama seperti unsur pemeranan lain seperti olah tubuh dan olah suara, demikian juga konsentrasi merupakan kemampuan pemeranan yang tidak bisa diandaikan akan berkembang dengan sendirinya. Seorang aktor barangkali memiliki bakat untuk melakukan peran. Konsentrasi merupakan keterampilan emosional, mental yang hanya bisa dikuasai dengan latihan intensif dan terus menerus.

Baik kiranya kalau guru mengajak siswa terlibat aktif menggunakan daya pikirnya untuk merumuskan pengertiannya tentang konsentrasi berdasarkan pengalamannya selama latihan. Libatkan siswa dalam pembahasan bersama dengan menjawab pertanyaan panduan diskusi berikut:

- *Apa yang dimaksud dengan konsentrasi?*
- *Apa pentingnya konsentrasi bagi seorang pemeran atau aktor?*
- *Bagaimana cara seorang aktor melatih konsentrasi?*

Dari hasil pembahasan bersama guru bisa mulai menyampaikan pokok pengertian tentang konsentrasi dan pentingnya konsentrasi bagi seorang aktor.

Mengenai penjelasan pentingnya kedudukan latihan konsentrasi bagi seorang aktor bisa diberikan analogi latihan bagi seorang atlet profesional. Ibarat seorang atlet, latihan sudah merupakan bagian dari dinamika kehidupannya sehari-hari. Seorang atlet, anggaplah atlet bulu tangkis, sekalipun sudah pernah menjadi juara masih tetap menekuni latihan dengan jadwal waktu yang ketat, tetap dan berkelanjutan.

Demikian juga dengan aktor. Sekalipun seorang aktor sudah dikenal profesional dengan pengalaman bertahun-tahun menekuni pemeranan, tidak akan mengabaikan latihan. Tujuan latihan bukan untuk sekedar bisa, tetapi pembiasaan, membiasakan otak bawah sadar merekam, mengingat sehingga ketika pada saat kemampuan atau keterampilan itu dibutuhkan secara intuitif otak bawah sadar mengirimkan sinyal hasil rekamannya.

Dalam kaitannya dengan elemen capaian profil Pelajar Pancasila latihan konsentrasi yang intensif akan mengembangkan rasa kepercayaan diri dan kemandirian siswa. Siswa secara perlahan terbiasa untuk bisa lebih fokus pada hal-hal yang utama harus dilakukan.

Kegiatan Penutup (10 Menit)

Setelah tidak ada lagi siswa yang bertanya dan semua pokok materi sudah tersampaikan dengan baik aktivitas pembelajaran tentang konsentrasi bisa diakhiri. Seperti pada saat pembukaan

dimana guru dan siswa menciptakan suasana cair yang menyenangkan, demikian pula pada akhir kegiatan pembelajaran perlu diciptakan suasana yang mengesankan. Suasana yang mengesankan bisa diciptakan dengan bertepuk tangan bersama sambil meneriakkan yel-yel yang menjadi kebanggaan kelas teater.

PERTEMUAN KE-2

Ingatan Emosi (2 X 40 menit)

Kegiatan Pendahuluan (10 Menit)

Menciptakan awal pembelajaran yang menggembirakan merupakan tugas pertama guru teater. Kegembiraan bisa diciptakan dengan melakukan tindakan sederhana seperti memberikan sapaan salam, sambil menanyakan kabar para siswa hari ini. Dengan menciptakan kegembiraan guru mencairkan jarak dirinya dengan para siswa. Baik juga siswa diajak sambil lalu mengingat pengalaman pembelajaran materi teater, tentang konsentrasi.

Pokok materi konsentrasi memiliki keterkaitan erat dengan pokok materi ingatan emosi. Karena itu saat menyampaikan tujuan dan materi pokok pembelajaran tentang ingatan emosi, guru dapat sambil menjelaskan keterkaitan konsentrasi sebagai dasar latihan ingatan emosi. Dalam pengantar guru perlu juga mengingatkan pada para siswa bahwa untuk memahami dengan benar pengertian tentang ingatan emosi, siswa perlu mengalami kegiatan mengingat emosi melalui latihan. Karena itu penting bagi siswa untuk memperhatikan benar-benar setiap langkah dalam latihan ingatan emosi.

Kegiatan Inti (90 Menit)

Eksplorasi

Sebelum menjelaskan tentang ingatan emosi dan bagaimana langkah-langkah latihannya, ajak siswa untuk secara spontan mengekspresikan emosi. Guru berperan untuk memandu siswa dalam latihan ekspresi emosi spontan dengan memberikan aba-aba. Pada latihan ini siswa diminta berdiri dengan mengambil jarak antara siswa satu dengan yang lain. Guru mengajak siswa untuk tenang dan bersiap mendengarkan instruksi guru. Siswa mengekspresikan emosi yang diinstruksikan guru.

Guru : “Gembira!” (semua siswa mengekspresikan emosi gembira dengan caranya masing-masing)

Guru : “Kecewa!” (semua siswa mengekspresikan rasa kecewa dengan caranya masing-masing)

Guru : “Sedih!” (semua siswa mengekspresikan rasa sedih dengan caranya masing-masing)

Guru : “Marah!” (semua siswa mengekspresikan rasa marah dengan caranya masing-masing)

Guru : “Bengis!” (semua siswa mengekspresikan kebengisan dengan caranya masing-masing)

Jika perlu latihan ekspresi emosi spontan bisa diulang-ulang beberapa kali sampai guru memastikan semua siswa sudah berusaha melakukan. Lanjutkan dengan berbagi (*sharing*) cerita pengalaman. Berikan kesempatan kepada siswa untuk menceritakan bagaimana perasaannya atau kesannya terhadap latihan yang baru saja dijalani.

- *Bagaimana perasaan/kesanmu dengan latihan ekspresi emosi spontan?*
- *Apa yang ada dalam pikiran siswa ketika diminta mengekspresikan emosi tertentu?*
- *Apa kesulitan yang dihadapi siswa ketika secara spontan diminta mengekspresikan emosi tertentu?*

Setelah menganggap sesi berbagi cerita sudah cukup, guru mengajak siswa untuk mengapresiasi usahanya dengan bertepuk tangan bersama. Guru kemudian mengajak siswa untuk bersiap latihan ingatan emosi dimulai dengan mengambil sikap duduk dalam posisi lotus. Kemudian mengajak siswa untuk masuk dalam keheningan dengan mulai mengatur ritme

pernapasan. Sebaiknya seluruh proses pada tahap latihan ini dilakukan tidak lebih dari 10 menit.

Pada saat siswa mulai masuk pada keheningan guru menuntun pikiran siswa, *“Sekarang cobalah untuk mengingat pengalamanmu dalam suatu peristiwa dimana kamu merasa sangat sedih. Entah mungkin karena dikhianati, dibuat sakit hati oleh teman, oleh saudara, oleh guru atau oleh siapa saja. Ingatlah bagaimana reaksimu, bagaimana perasaan sedihmu saat itu.”*

Berikan waktu yang cukup bagi siswa untuk konsentrasi mengingat perasaan sedih yang pernah dialami. Perlahan-lahan supaya tidak mengganggu keheningan, guru mengulang instruksinya, menuntun lagi pikiran siswa untuk mengingat perasaan sedih yang pernah dialami.

Masih dalam posisi hening, guru melanjutkan instruksinya, *“Rasakan kembali rasa sedih yang pernah kamu alami itu. Hidupkan kembali rasa sedihmu itu. Sekarang silakan mengekspresikan kembali kesedihan itu. Keluarkan lagi kesedihanmu saat itu.”*

Guru mulai memperhatikan perubahan gestur, mimik, sikap, gerak tubuh masing-masing siswa. Kalau sebagian siswa sudah menunjukkan tanda-tanda perubahan-perubahan sesi latihan bisa diakhiri dengan perlahan-lahan kembali pada posisi rileks dengan mengatur ritme pernapasan.

Variasi latihan ingatan emosi bisa dilakukan dengan menelaah emosi orang lain, tokoh atau pahlawan. Untuk memudahkan siswa berlatih mengingat emosi pahlawan sebaiknya cerita emosional diambil dari kisah pahlawan yang sedang menghadapi konflik batin yang jelas. Salah satu referensi yang bisa digunakan adalah kisah pengkhianatan anak buah Cut Nyak Dien yang menyebabkan pahlawan dari Aceh kemudian ditangkap tentara kolonial dan dibuang ke pengasingan. Siswa bisa melatih ingatan emosi Cut Nyak Dien yang sedih, kecewa, marah karena tahu telah dikhianati anak buah kepercayaannya sendiri. Referensi lain adalah ingatan emosi pahlawan Diponegoro saat dijebak dan ditangkap oleh Jenderal Van De Kock.

Pemaknaan

Setiap siswa tentu punya kesan dan perasaan yang berbeda saat menjalani latihan konsentrasi pada ingatan emosi. Perbedaan tersebut merupakan potensi yang bisa menguatkan kepercayaan diri siswa kalau siswa bisa saling menceritakan dan mendengar pengalamannya satu dengan yang lain. Karena itu dibutuhkan waktu untuk sesi berbagi cerita pengalaman. Pada sesi berbagi cerita guru cukup berperan sebagai moderator yang mengatur pembagian giliran siswa berbagi pengalaman sambil ikut mendengarkan dengan seksama setiap cerita siswa.

Selesai siswa bercerita saatnya guru menjelaskan pengertian ingatan emosi. Di samping menjelaskan menjelaskan tentang pengertian ingatan emosi guru juga perlu menunjukkan kaitan pentingnya latihan seperti yang baru saja dilakukan siswa sebagai cara untuk mengembangkan kemampuan berlaku peran secara meyakinkan. Emosi adalah energi yang menggerakkan ekspresi tubuh dan suara seorang aktor. Tanpa emosi maka ekspresi tubuh dan suara seorang aktor akan terasa hambar, tidak menarik, dan tidak meyakinkan.

Sebelum mengakhiri jam pelajaran guru terlebih dahulu membuka kesempatan bagi siswa yang ingin menyampaikan suatu pernyataan, pendapat atau ingin bertanya terkait dengan pokok materi ingatan emosi.

Kegiatan Penutup (10 Menit)

Akhiri jam pembelajaran dengan pernyataan yang membesarkan hati siswa supaya tetap percaya diri dapat melatih kemampuannya menjadi semakin baik. Sebagai penutup ajak siswa untuk menghargai usaha yang telah dilakukan selama kegiatan pembelajaran dengan bertepuk tangan sambil bersorak gembira atau meneriakkan yel-yel yang menjadi penanda kekompakan siswa.

Olah Tubuh Stamina (2 X 40 menit)

Kegiatan Pendahuluan (10 Menit)

Kegiatan pertama yang dilakukan guru dalam memulai kegiatan pembelajaran adalah menciptakan suasana yang menyenangkan, cair atau akrab. Suasana kondusif yang menyenangkan dan akrab membantu siswa untuk lebih berani mengekspresikan dirinya, lebih percaya diri untuk berpartisipasi dalam bertanya. Setelah suasana cukup kondusif guru baru mulai menyampaikan tujuan dan pokok materi pembelajaran tentang olah tubuh untuk stamina. Pada langkah pengantar guru cukup menyampaikan apa tujuan dari pembelajaran olah tubuh stamina, tidak perlu harus menjelaskan pengertian stamina dan pentingnya stamina bagi seorang aktor.

Kegiatan Inti (90 Menit)

Permainan

Supaya sendi otot tidak tegang atau terkejut (*shock*) karena tiba-tiba dipaksa melakukan gerakan-gerakan optimal, maka sebelum melakukan olah tubuh dengan permainan terlebih dahulu diawali dengan peregangan atau pemanasan dengan melakukan gerakan-gerakan ringan terutama melemaskan otot persendian. Gerakan dimulai dari peregangan leher, sendi-sendi pada tangan mulai dari bahu, siku, pergelangan, ritmis, punggung, pinggang, kaki mulai dari selangkang, dengkul, dan pergelangan kaki. Lakukan secara ritmis bergantian beberapa kali.

Sesudah dirasa cukup ajak siswa untuk rileks sambil guru menjelaskan tentang berbagai macam jenis olahraga atau olah gerak yang bermanfaat untuk menguatkan stamina. Sebutkan beberapa contoh seperti lari-lari (*jogging*), berenang, naik sepeda, dan lainnya. Di samping jenis-jenis olahraga stamina itu, jelaskan juga permainan (*game*) tradisional yang dimainkan anak-anak dengan menggerakkan seluruh anggota tubuh merupakan bentuk olah tubuh untuk stamina.

Permainan berikut di bawah ini merupakan pilihan jenis permainan yang bermanfaat sebagai olah tubuh untuk stamina:

a) volley name

Siswa bisa dibagi beberapa kelompok sebagai grup pemain voli sesuai jumlah. Idealnya satu kelompok terdiri dari enam (6) siswa, lebih sedikit tak apa-apa. Permainan 'Volley Name' ini dengan menggunakan bola imajinatif. Perwakilan kedua group/ kelompok diminta untuk undi dengan cara suit atau pilih gambar koin pada keping mata uang. Kelompok pemenang menjadi pemegang bola. Sebagaimana dalam permainan nyata, salah seorang melakukan *serve*. Siapapun yang melempar bola harus menyebut nama lawan yang dituju. Demikian pula saat mengoper bola harus menyebut nama. Jika salah atau lupa menyebut bola resikonya si pelaku harus keluar lapangan dan kelompoknya lawan menjadi pemenang. Dengan demikian ia yang memegang bola *serve*, demikian seterusnya.

b) Ular Mengejar Ekornya

Guru meminta siswa untuk berbaris memanjang dari depan ke belakang. Masing-masing siswa memegang pundak teman yang di depannya. Idealnya satu ular tujuh (7) sampai sepuluh (10) personel. Artinya kalau satu kelas terdiri dari empat puluh (40) siswa, maka rombongan ular dibagi empat (4).

Setelah tubuh ular – atau barisan memanjang dari depan ke belakang terbentuk, guru menerangkan aturan permainan.

1. Guru menjadi penanya, murid atau ular menjawab.

Guru : Wahai ular!

Siswa : aku ular!

Guru : Di manakah kamu?

Siswa : aku di sini!

Guru : di manakah ekormu?

Siswa : Di sini!

Guru : Hati-hati, aku akan menangkapmu

Lalu guru meniup peluitnya, siswa yang menjadi kepala mengejar siswa yang menjadi ekor ular. Siswa kepala ular bertugas mengejar, siswa yang bertugas sebagai tugasnya menghindar. Siswa barisan tubuh ular menyesuaikan.

c) Hitung Empat Menurun.

Siswa dipersilakan berdiri melingkar dalam jarak setengah lencang kanan. Permainannya menghitung empat angka menurun. Dari angka empat, tiga, dua, ke satu. Caranya sebagai berikut: dimulai dari tangan kanan teracung ke udara diguncang-guncang sesuai hitungan, empat tiga dua satu. Kemudian ganti tangan kiri juga dengan hitungan, empat, tiga, dua, satu. Lalu kaki kanan diangkat secukupnya diguncang mengikuti hitungan yang sama, ganti kaki kiri dengan contoh yang sama. Diulang terus dengan angka menurun: empat, tiga, dua, satu. Sampai hitungan angka satu diakhiri dengan teriakan, “Yessss!” Tepuk tangan.

Pemaknaan

Selesai melakukan permainan dilanjutkan dengan pendinginan. Gerakan pendinginan bisa dilakukan cukup dengan berjalan mondar-mandir atau berdiri sambil menggerak-gerakan kaki. Intinya tidak disarankan sesudah tubuh diajak melakukan gerakan-gerakan berat dan intensif kemudian langsung duduk.

Manfaat pendinginan pada intinya sama dengan pemanasan sebelum melakukan gerakan inti olah gerak, yaitu supaya sendi otot tidak tegang (*shock*) karena dipaksa mendadak berhenti. Lakukan gerakan pendinginan selama 2 atau 3 menit.

Selesai pendinginan guru mulai mengajak siswa untuk membahas pokok pembelajaran tentang olah tubuh untuk stamina dan pentingnya stamina bagi seorang aktor dalam pemeranan. Diskusi bisa dimulai dengan sejenak mengajak siswa mengingat ulang pengertian tentang aktor, pemeranan dan laku peran.

- *Apa artinya aktor teater?*
- *Apa yang dimaksud dengan pemeranan?*
- *Apa artinya laku peran (acting)?*

Karena sifatnya hanya mengingat ulang, pembahasan tidak perlu mengambil waktu terlalu lama. Setelah dirasa cukup bisa dilanjutkan dengan pembahasan tentang stamina.

- *Apa yang dimaksud dengan stamina?*
- *Bagaimana olah tubuh bisa menjaga stamina?*

Bisa jadi siswa merasa masih terlalu asing dengan istilah “stamina” sehingga tidak ada siswa yang menjawab pertanyaan. Kalau benar begitu maka guru baru memulai menjelaskan pengertian stamina yaitu kekuatan atau energi tubuh. Salah satu unsur yang menyumbang kekuatan tubuh adalah ketersediaan oksigen pada otak. Akibat otak kekurangan oksigen diantaranya sulit konsentrasi, tidak fokus atau malas. Olahraga ringan dapat membantu memperlancar peredaran darah dan oksigen ke otak. Struktur olah tubuh untuk stamina bisa dilakukan mulai dengan pemanasan atau peregangan, kemudian dilanjutkan dengan gerakan-gerakan inti berupa olahraga ringan seperti jalan santai, jalan cepat, atau lari-lari kecil (*jogging*) dengan ukuran yang konstan atau ajek selama, kemudian diakhiri dengan pendinginan, bergerak ringan. Permainan seperti yang dipraktekkan baru saja merupakan cara lain melakukan olah tubuh untuk menguatkan stamina.

Kegiatan Penutup (10 Menit)

Sekitar lima menit sebelum waktu kegiatan pembelajaran habis, ada baiknya diberikan kesempatan kepada siswa untuk menanyakan hal yang belum dipahami dari penjelasan tentang olah tubuh untuk stamina. Jika memang tidak ada yang bertanya atau guru sudah selesai menjawab pertanyaan, sampaikan kepada siswa jam pelajaran teater sudah selesai dan ajak siswa untuk mengakhiri aktivitas pembelajaran dengan menyerukan yel-yel atau bersorak gembira sambil bertepuk tangan.

PERTEMUAN KE-4

Olah Tubuh Keterampilan (2 X 40 menit)

Kegiatan Pendahuluan (10 Menit)

Sampaikan salam dan sapa para siswa dengan pertanyaan-pertanyaan ringan tentang kabar kesehatan, semangat dan sebagainya. Bisa juga sapaan ringan sambil mengajak siswa mengingat sejenak materi pembelajaran sebelumnya tentang olah tubuh untuk stamina. “Masih ingat apa yang kita pelajari pada pertemuan kemarin?” Pertanyaan dimaksudkan sebagai sapaan keakraban, tidak dimaksudkan untuk menguji ingatan siswa. Karena itu jawaban siswa harus diapresiasi, tidak untuk dinilai. Ketika suasana sudah cukup cair dan akrab guru bisa mulai menyampaikan tujuan pembelajaran dan materi tentang olah tubuh untuk keterampilan.

Jika sekolah memiliki hall, aula atau halaman yang cukup luas ajak siswa keluar kelas untuk olah tubuh dengan permainan yang digunakan dalam olah tubuh stamina: **Volley Name, Ular Mengejar Ekornya, Hitung Empat Menurun, atau permainan lain yang sudah disiapkan.** Jika tidak memungkinkan di luar ruang, guru perlu menyiasati dengan menciptakan ruang kelas sebagai ruang bermain yang leluasa. Caranya dengan meminggirkan kursi dan meja belajar ke tepi ruang kelas dengan demikian ruang tengah kelas menjadi terbuka tanpa halangan. Guru juga perlu mencari jenis permainan yang bisa dimainkan di dalam ruangan kelas yang tidak terlalu luas.

Kegiatan Inti (90 Menit)

Latihan Olah Tubuh Keterampilan

Selesai permainan untuk pemanasan lanjutkan dengan mengajak siswa untuk melatih olah tubuh keterampilan dengan bermain. Permainan yang bisa dipilih diantaranya adalah teknik berguling, lompat harimau (dengan properti matras dan halang rintang), memainkan tongkat/toya, lompat tali, permainan lempar tangkap bola tenis (bisa juga dengan bola kertas yang digulung/diremas seukuran bola tenis kemudian diikat karet atau tali).

Beberapa permainan berikut bisa juga dipilih sebagai latihan olah tubuh keterampilan:

- **Permainan lempar tangkap bola.**

Siswa dibagi dua kelompok. Dua kelompok itu saling berhadapan. Anggota kelompok A melempar bola ke anggota kelompok B, anggota kelompok mengembalikan dan ditangkap kembali dan seterusnya.

- **Menghindar dari tembakan bola.**

Siswa berpasangan. Masing-masing membawa bola. Masing-masing berdiri berhadapan dalam jarak tertentu. Aturan mainnya, masing-masing bergantian menjadi penembak dan menjadi sasaran. Siswa yang menjadi penembak harus melemparkan bola ke arah siswa yang menjadi sasaran. Siswa yang menjadi sasaran harus bisa menghindari lemparan bola lawannya atau menangkis bola. Guru berperan memberi aba-aba untuk menembak.

(perlu diingatkan untuk para siswa penembak bahwa selang waktu antara satu bola dengan bola yang lain relatif cepat dan terukur, tidak boleh lambat dari satu lemparan ke lemparan lainnya. Boleh menembak ke arah kepala dengan kecepatan terukur di mana siswa sasaran bisa meresponnya.)

Pemaknaan

Selesai waktu untuk latihan olah tubuh keterampilan siswa kembali berkumpul, duduk bersama. Sambil relaksasi guru bisa meminta kesediaan beberapa siswa berbagi cerita pengalamannya, perasaannya mengikuti permainan keterampilan. Dari cerita perasaan dan pengalaman tersebut guru bisa mengambil pokok-pokok cerita yang dapat dikaitkan dengan pengertian tentang pentingnya keterampilan bagi seorang aktor. Bisa juga guru menyampaikan pertanyaan terkait dengan materi pokok olah tubuh keterampilan. Ajakan kepada siswa untuk membahas pokok materi dimaksudkan untuk memotivasi siswa untuk berani berpartisipasi, percaya diri dalam menyampaikan pendapat. Pertanyaan berikut dapat dijadikan panduan untuk diskusi:

- *Ada yang bisa jelaskan, apa yang dimaksud keterampilan?*
- *Apa hubungannya keterampilan dengan olah tubuh?*
- *Mengapa keterampilan penting bagi aktor?*

(Berikan kesempatan sebanyak mungkin siswa untuk menjawab. Karena tujuan utamanya untuk memotivasi keberanian siswa berpartisipasi aktif maka guru tidak perlu menilai jawaban dengan salah dan benar, sebaliknya sampaikan terimakasih kepada setiap siswa yang berani menjawab. Keberanian berbicara lebih utama dibandingkan jawaban siswa)

Diharapkan dari gagasan siswa muncul yang jawaban yang benar atau sekurangnya mendekati kebenaran teoritik tentang pokok materi pembelajaran. Karena itu dalam diskusi guru perlu mencatat poin-poin jawaban siswa. Poin jawaban tersebut bisa dijadikan jalan masuk (*entry point*) bagi guru untuk mulai menjelaskan tentang keterampilan tubuh dan hubungannya dengan laku peran seorang aktor. Berikan penjelasan ringkas artinya gerakan keterampilan tubuh dan pentingnya keterampilan tubuh bagi seorang aktor.

- *Ajak siswa untuk mencari contoh aktor yang berlaku peran dengan keterampilan khusus, seperti parkour, bermain pedang, melompat, laga dan lainnya. (Untuk sekolahan yang siswanya sudah biasa atau akrab dengan film/bioskop guru bisa menyebutkan aktor film yang mahir menggunakan keterampilan tubuh.)*

Kegiatan Penutup (10 Menit)

Sebelum jam pelajaran berakhir sebaiknya diberikan kesempatan kepada siswa untuk menanyakan hal yang belum jelas dipahami dari penjelasan tentang olah tubuh untuk keterampilan. Jika memang tidak ada yang bertanya atau guru sudah selesai menjawab pertanyaan, sampaikan kepada siswa jam pelajaran teater sudah selesai dan ajak siswa untuk mengakhiri aktivitas pembelajaran dengan menyerukan yel-yel atau bersorak gembira sambil bertepuk tangan.

PERTEMUAN KE-5

Olah Tubuh Keseimbangan Dan Kelenturan (2 X 40 menit)

Kegiatan Pendahuluan (10 Menit)

Awali kegiatan kelas dengan menciptakan suasana gembira dengan menyapa para siswa, mengajak siswa bersorak meneriakkan yel-yel. Bisa juga sapaan ringan sambil mengajak siswa mengingat sejenak materi pembelajaran sebelumnya tentang olah tubuh untuk keterampilan. Ketika suasana sudah cukup cair dan akrab guru bisa mulai menyampaikan tujuan pembelajaran dan materi tentang olah tubuh untuk keseimbangan dan kelenturan. Perlu dijelaskan pada pengantar hubungan antara keseimbangan dan kelenturan tubuh. Tubuh yang lentur akan memudahkan Pokok pengertian Pada sesi pengantar perlu disampaikan juga struktur kegiatan selama waktu pembelajaran yang dimulai dengan olah tubuh pemanasan (*warming up*), latihan olah tubuh, dan pembahasan pokok materi. Pengantar cukup disampaikan tidak lebih dari 5 menit sebelum dilanjutkan dengan kegiatan pemanasan.

Kegiatan Inti (90 Menit)

Gerakan untuk pemanasan sekaligus bisa menggunakan gerakan ringan untuk kelenturan tubuh. Untuk menjelaskan artinya kelenturan, berikan ilustrasi tentang lenturnya tanah liat yang mengikuti kemauan sang pematung. Aktor ibarat tanah liat yang tubuhnya lentur untuk mengekspresikan pikiran dan emosi dalam gerak tubuh.

Gerakan kelenturan tubuh bisa tetap dilangsungkan di kelas dengan terlebih dahulu menggeser meja dan kursi belajar ke pinggir dinding kelas sehingga siswa bisa lebih leluasa melakukan gerakan tubuh di bagian tengah kelas. Jika sekolah memiliki aula kecil atau halaman sekolah yang cukup luas sebaiknya latihan olah tubuh keseimbangan dan kelenturan dilakukan di luar kelas.

Selesai mempersiapkan tempat, lanjutkan dengan melakukan latihan gerakan kelenturan tubuh. Di bawah ini disajikan beberapa contoh aktivitas kelenturan tubuh yang diadopsi dari posisi yoga dan permainan untuk kelenturan tubuh. Keduanya bisa dipergunakan bersamaan, bisa dipilih tergantung dari kebijaksanaan guru.

Child Pose

Lakukan dengan duduk bersimpuh kemudian condongkan badan ke depan sampai kening menyentuh lantai. Julurkan kedua tangan ke depan menyentuh lantai. Tahan posisi dalam hitungan 2 X 8 kemudian tarik kedua tangan ke samping, tegakkan badan, kembali lagi ke posisi duduk bersimpuh. Ulangi gerakan yang sama sampai 5 kali.

Downward Facing Dog

Lanjutkan posisi Child Pose dengan posisi Downward Facing Down. Mulailah dengan posisi Child Pose dengan tangan ke depan menyentuh lantai, kali ini kedua telapak tangan dengan kelima jari terbuka tertelungkup menyentuh lantai. Angkat perlahan pantat ke atas, telapak kaki menempel sepenuhnya di lantai sehingga posisi tubuh membentuk segitiga. Tahan posisi dalam hitungan 2X8, kemudian gerakan kebalikannya, turunkan pinggul hingga posisi duduk bersimpuh dengan tangan masih menyentuh lantai. Kembali ke posisi Child Pose tahan sampai hitungan 2X8. Ulangan gerakan kedua posisi tersebut sekurangnya sampai 4X8 hitungan.

Cobra Pose

Mulailah dengan posisi Downward Facing Dog, kemudian perlahan gerakkan tubuh ke depan tahan dengan kedua tangan sehingga posisi tubuh sejajar dengan lantai, perlahan turunkan tubuh sehingga dalam posisi tengkurap. Kepala menghadap ke depan dan posisi tangan dalam posisi tetap. Selanjutnya perlahan angkat/dorong dada ke atas sampai pada posisi terakhir tahan sampai hitungan 2x8. Lahan turunkan dada, kembalikan tubuh dalam posisi tertelungkup 1X8 hitungan. Ulangi lagi posisi cobra sampai beberapa kali.

Rangkaian posisi

Sekarang rangkai posisi dari mulai Child Pose, Downward Facing Dog, ke Cobra Pose. Ulangi perlahan-lahan sampai beberapa kali.

Pilihan permainan

Kalau waktu untuk latihan kelenturan masih mencukupi, olah tubuh kelenturan bisa dilanjutkan dengan latihan kelenturan dengan permainan. Permainan berikut di bawah ini bisa juga dipergunakan sebagai pilihan, juga bisa digunakan sebagai permainan untuk mengisi waktu sela dalam pembelajaran pokok materi lain. Berikut beberapa permainan latihan kelenturan tubuh:

a) Permainan membuat patung;

Bagi siswa dalam kelompok (bisa sampai 6 atau 7 anggota). Salah seorang siswa dari kelompok menjadi bahan patung dari tanah liat. Siswa yang lain dalam pasangannya bertindak sebagai pematung.

Aturan main: Tidak boleh ada suara (pasangan tidak boleh bicara). Siswa yang menjadi tanah liat ambil posisi bebas, sementara para pematung (anggota kelompok) bergantian satu per satu membentuk gesture patung dengan mengarahkan bagian tubuh siswa yang jadi bahan patung. Siswa bahan patung harus patuh pada kemauan setiap siswa pematung. Satu siswa pematung hanya boleh mengubah satu anggota tubuh siswa bahan patung. Misalnya, satu siswa pematung membuat satu tangan siswa bahan patung terangkat ke atas, siswa pematung berikutnya membuat telapak tangannya mengepal, siswa lain lagi membuka mulut siswa bahan patung, begitu seterusnya sampai semua siswa pematung terakhir. Lakukan bergantian sampai semua siswa dalam kelompok mendapat giliran menjadi bahan patung.

b) Setelah semua selesai, tanyakan pada siswa:

- Bagaimana pengalaman permainan patung?
- Apa yang terlintas dalam perasaan dan pikiran saat permainan?

c) Permainan Telunjuk Mata.

Aturan main : Cari pasangan (2 siswa). Satu siswa aktif, satu siswa pasangannya respon. Keduanya berhadapan dalam jarak satu lencang depan. Siswa aktif menunjuk dengan jari telunjuk tepat satu jengkal di depan mata pasangannya. Siswa aktif menggerakkan jarinya ke depan, ke belakang, ke samping, ke bawah, sambil jalan dan sebagainya sementara siswa respon harus merespon dengan mengikuti arah telunjuk jari pasangannya untuk mempertahankan jarak mata dengan jari telunjuk tetap satu jengkal. Lakukan bergantian sampai beberapa kali.

Selesai olah tubuh kelenturan atau bermain bawa siswa untuk relaksasi sejenak sambil menanyakan pengalaman, perasaan siswa mengenal gerakan kelenturan tubuh. Tambahkan juga informasi kepada para siswa referensi pola gerak tubuh kelenturan yang bisa diperoleh siswa jika siswa berminat untuk belajar mandiri kelenturan tubuh. Sekitar lima menit waktu yang cukup untuk relaksasi kemudian lanjutkan dengan memperkenalkan olah tubuh keseimbangan. Perkirakan kebutuhan waktu antara 20 menit sampai 25 menit untuk latihan olah tubuh keseimbangan.

Memasuki materi utama guru mengajarkan permainan-permainan keseimbangan, mulai dari yang bersifat kasar sampai halus. Jenis latihan gerakan tubuh keseimbangan bisa diperkaya dari berbagai sumber, untuk menambah referensi dari beberapa gerakan tubuh keseimbangan berikut:

- a) Menyadari keseimbangan tubuh : Siswa diajak untuk melakukan 'tree pose', salah satu asana dalam yoga, di mana siswa berdiri dengan satu kaki, tangan ditangkupkan di dada.
 - Dilakukan dalam hitungan kumulatif, dari mulai 1X8 hitungan, kemudian meningkat 2X8 hitungan, dan seterusnya. Tumpuan kaki bergantian, kiri dan kanan.
- b) Gerakan yang sama dengan point (a) di atas, tetapi lakukan dengan memejamkan mata.
 - (jelaskan mata ataupun telinga bisa berfungsi sebagai keseimbangan. Kehilangan salah satu fungsinya mengakibatkan keseimbangan berkurang.)
- c) Gerakan meniti jembatan kecil dengan mata terbuka. Kemudian lanjutkan meniti jembatan kecil dengan mata tertutup dengan pertolongan teman. Dua siswa di kanan kiri diminta untuk menuntun, sesekali melepaskan.
- d) Melakukan gerakan dengan tangan yang tidak terbiasa, misalnya melempar bola ke arah sasaran (ember atau kaleng) dengan menggunakan tangan yang tak terbiasa, menulis dengan tangan yang tak terbiasa

Setelah selama 25 menit mengenal gerakan olah tubuh keseimbangan lanjutkan dengan relaksasi, sebelum kemudian ajak siswa untuk duduk melingkar untuk membahas pengalaman mengenal dan melatih olah tubuh kelenturan dan keseimbangan yang menjadi pokok materi pembelajaran.

- *Bagaimana perasaannya selama berlatih?*
- *Apakah sudah paham maksudnya kelenturan dan keseimbangan tubuh?*
- *Mengapa kelenturan dan keseimbangan tubuh penting bagi seorang aktor?*

Kegiatan Penutup (10 Menit)

Sebelum kelas berakhir baik kiranya jika disampaikan bahwa olah tubuh seperti yang telah dibahas tidak hanya bermanfaat bagi seorang pemain teater, tetapi juga bermanfaat bagi setiap orang. Karena itu baik juga kalau guru berpesan supaya siswa bersedia mengolah tubuhnya di sela-sela waktu hariannya.

Akhiri pembelajaran olah tubuh dengan menciptakan suasana hening sejenak kemudian pecahkan keheningan dengan ajakan sorak bergembira sambil bertepuk tangan bersama.

E. ASESMEN / PENILAIAN

1. Apakah pembelajaran mengolah sukma dan raga menarik bagi saya? Mengapa?
2. Materi pembelajaran yang mana dari pembelajaran mengolah sukma dan raga yang paling menarik bagi saya? Mengapa?
3. Materi pembelajaran yang mana dari pembelajaran mengolah sukma dan raga yang tidak menarik bagi saya? Mengapa?
4. Pengetahuan apa yang saya peroleh dari pembelajaran mengolah sukma dan raga seorang aktor?
5. Apakah saya bisa menjelaskan pengetahuan yang sudah berhasil saya pahami dari materi pembelajaran mengolah sukma dan raga? Jelaskan.
6. Apakah saya memperhatikan dan mengikuti dengan baik proses pembelajaran olah tubuh seorang aktor?
7. Bagaimana sikap saya terhadap teman selama aktivitas pembelajaran berlangsung?

Berikut adalah form asesmen atau penilaian siswa dalam hal perkembangan penguasaan teknik konsentrasi dan penerapannya dalam kegiatan pembelajaran. Form ini diisi oleh guru pada catur wulan pertama atau akhir kegiatan Unit 1 berdasarkan catatan pengamatan harian guru terhadap setiap siswa.

Form asesmen Perkembangan Kemampuan Konsentrasi

Nama Siswa	Perkembangan Kemampuan Konsentrasi
	Menunjukkan kemampuan mempraktekkan konsentrasi dalam pembelajaran terlihat dari usahanya untuk bisa fokus mengendalikan diri pada setiap kegiatan.
	Menguasai teknik konsentrasi tapi belum menunjukkan kemauannya untuk menerapkan dalam setiap kegiatan pembelajaran
	Belum menunjukkan kemampuan menguasai teknik konsentrasi maupun pengendalian diri terlihat dari kecenderungannya mencari perhatian dalam setiap kegiatan pembelajaran.

F. PENGAYAAN DAN REMEDIAL

Setiap siswa dapat melakukan pengkayaan sendiri untuk semua unsur pemeranan yang sudah dipelajari dalam unit satu ini. Pengkayaan cukup dilakukan dengan cara mempraktekkan atau melatih sendiri di waktu-waktu senggang yang dimiliki siswa.

Setiap siswa juga dapat mencari sendiri variasi gerakan olah tubuh melalui mesin pencari Google atau kanal Youtube.

G. REFLEKSI GURU DAN PESERTA DIDIK

- Apakah cara saya memfasilitasi pembelajaran tentang unsur-unsur laku peran cukup menarik perhatian siswa?
- Apakah substansi atau pokok-pokok materi terkait olah sukma dan raga sudah bisa saya sampaikan secara jelas?
- Apakah dalam contoh praktek latihan unsur-unsur olah sukma dan raga yang saya tunjukkan sudah benar, sesuai dengan tujuan?
- Apa yang bisa saya pelajari dari pengamatan saya terhadap respon siswa selama pembelajaran mengolah sukma dan raga?
- Apakah saya cukup komunikatif dalam menghidupkan suasana pembelajaran dan mendorong siswa untuk aktif partisipatif?
- Apa kesulitan atau kendala yang menghambat saya dalam memfasilitasi aktivitas pembelajaran kali ini?
- Apakah saya cukup memberikan perhatian pada siswa yang lebih lemah, kurang antusias, mengalami banyak kesulitan?
- Apa yang harus saya perbaiki untuk pertemuan pembelajaran berikutnya?

LAMPIRAN- LAMPIRAN

Lampiran 1

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

LEMBAR KERJA SISWA

KEGIATAN SIMULASI KOMPOSISI

Tgl / Bln : _____

Nama Siswa : _____

Kelas : _____

Lampiran 2

BAHAN BACAAN GURU DAN PESERTA DIDIK

BAHAN BACAAN GURU

Meskipun materi pembelajaran terkait Unit 1 terdapat pada bagian-bagian tertentu dari buku bahan bacaan berikut, namun sebaiknya guru membaca keseluruhan materi dari buku bahan bacaan yang relevan dengan materi pelajaran Seni Teater.

- Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan RI: *Modul Pengembangan Keprofesian Berkelanjutan: Seni Budaya seni Teater SMP Terintegrasi Penguatan Pendidikan Karakter*, Jakarta 2017
- Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan RI: *Seni Budaya, SMP/MTs Kelas VII*, Jakarta, 2017
- Santoso, Trisno dkk : *Seni Teater, Untuk SMP/MTs Kelas VII, VIII, Dan IX*, Pusat Perbukuan Departemen Pendidikan Nasional, 2010
- Wariatunnisa, Alien & Yullia Hendrilianti : *Seni Teater, Untuk SMP/MTs Kelas VII, VIII, Dan IX*, Pusat Perbukuan Departemen Pendidikan Nasional, 2010
- <https://www.whanidproject.com/dasar-konsentrasi-dan-imajinasi/>
- <https://www.whanidproject.com/teater-di-sekolah-antara-pengalaman-dan-pemahaman/>

BAHAN BACAAN SISWA

- Meskipun keseluruhan jenis permainan (*game*) pada *300 Game Kreatif* tulisan Hendri Bun yang diterbitkan Gradien Mediatama, 2009, relevan sebagai bahan bacaan sekaligus referensi permainan, namun *game* yang dekat dengan materi pembelajaran Unit 1 lebih banyak tersaji di halaman 217 sampai hal 247.
- Buku *Seni Budaya SMP/MTs Kelas VII* yang diterbitkan Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan RI tahun 2017 dapat menjadi bacaan yang memperluas khasanah pengetahuan siswa tentang seni teater. Siswa tidak harus membaca keseluruhan isi buku, cukup membaca materi tentang *Unsur Pembentuk Teater* yang disajikan pada halaman 267 sampai dengan halaman 342.
- Bab 2 Bagian A tentang Mengeksplorasi Teknik Olah Tubuh pada halaman 10 sampai dengan halaman 15 dari buku *Seni Teater, Untuk SMP/MTs Kelas VII, VIII, Dan IX*, tulisan Trisno

Santoso dan kawan-kawan terbitan Pusat Perbukuan Departemen Pendidikan Nasional, tahun 2010 menyediakan pembahasan yang sesuai dengan pokok materi pembelajaran unit 1.

- Siswa dapat memanfaatkan buku *Seni Teater, Untuk SMP/MTs Kelas VII, VIII, Dan IX*, yang ditulis Wariatunnisa, Alien & Yullia Hendrilianti dan diterbitkan Pusat Perbukuan Departemen Pendidikan Nasional tahun 2010 sebagai referensi pengayaan pengetahuan. Secara khusus materi dalam buku yang relevan dengan tema materi pembelajaran Unit 1 terdapat pada Bab 8 Mengekspresikan Diri Melalui Teater pada halaman 86 sampai dengan halaman 96.

Lampiran 3

GLOSARIUM

Fisik : suatu benda yang berwujud yang terlihat oleh mata

Karakter : watak, sifat, akhlak ataupun kepribadian yang membedakan seorang individu dengan individu lainnya

Improvisasi : Melakukan dengan spontanitas dan tanpa persiapan untuk menemukan berbagai karakter sesuai peran yang dibutuhkan di atas pentas. Dengan improvisasi diharapkan muncul ide-ide kreatif dari peserta didik.

Stilisasi : pengembangan dari gerak sebenarnya. Pengembangan gerak bertujuan untuk mengekspresikan perasaan seseorang (tokoh / karakter) yang ingin dikomunikasikan kepada orang lain

Mimesis : tiruan. menirukan Gerakan untuk menirukan perilaku sesuai dengan asli (karakter) nya

Mimik : peniruan dengan gerak-gerik anggota badan dan raut muka.

Pantomimik : sebuah ekspresi yang di tunjukkan oleh seseorang di depan panggung dengan mengeluarkan gerak gerak wajah dan gerak gerak tubuh dengan perpaduan bicara dengan gerakan dan emosi

Brainstorming : bertukar pikiran / pendapat, memiliki tujuan untuk merangsang otak berpikir secara logis, spontan, dan kreatif. sebuah metode yang bisa dilakukan untuk memecahkan berbagai masalah dan menghasilkan beragam ide baru sebanyak mungkin dengan cepat

Psikologis : faktor yang berasal dari dalam individu seseorang dan unsur-unsur psikologis ini meliputi motivasi, persepsi, pembelajaran, kepribadian, memori, emosi, kepercayaan, dan sikap.

Sosiologis : sifat, perilaku, dan perkembangan masyarakat

Sukma : sebuah nurani tempat daya pikir jiwa yang membuahkan rasa

Teatrikal : Berperilaku atau melakukan sesuatu dengan cara yang dimaksudkan untuk menarik perhatian dan pada umumnya merupakan rekayasa atau hal yang dibuat-buat

Lampiran 4

DAFTAR PUSTAKA

- Anirun, Suyatna. 1998. *Menjadi Aktor, Pengantar Kepada Seni Peran Untuk Pentas Dan Sinema*. Bandung : PT. Rekamedia Multiprakarsa.
- Bun, Hendri. 2009. *300 Game Kreatif*. Yogyakarta: Gradien Mediatama.
- Harymawan, RMA. 1986. *Dramaturgi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Rendra. 1989. *Tentang Bermain Drama*. Bandung: Pustaka Jaya.
- Riantiarno, N. 2003. *Menyentuh Teater, Tanya Jawab Seputar Teater Kita*. Jakarta: 3 Books.
- Riantiarno, N. 2011. *Kitab Teater: Tanya Jawab Seputar Seni Pertunjukan*. Jakarta: Grasindo
- Sani, Asrul (penerjemah). 1980. *Persiapan Seorang Aktor* (terjemahan). Jakarta: Pustaka Jaya.