



Modul Melampaui Tradisi: Revitalisasi Lenong sebagai Model untuk Pengajaran Kesenian Betawi



Tahun Terbit

2024

Modul Melampaui Tradisi: Revitalisasi Lenong sebagai Model untuk Pengajaran Kesenian Betawi

Disusun oleh:

Nilla Sari Dewi Iustitiani

Kontributor:

- Jose Rizal Manua
- Yohanes
- Dede Permana
- Femia Ayu Azhari
- H. Zahrudin Ali Al Batawi
- A. Sauggi
- Saiful Bahri
- Jaenur
- Beryl
- Angga
- Ardian Kris P
- Chris
- Peppy
- Ahmad Maulana
- Nicholas Indra Nurpatricia
- Yohana Ratrin H
- Gisela Agica



PUSAT KETANGGUHAN DAN
PEMBANGUNAN KELUARGA
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya



Modul ini memiliki hak cipta.

Penggunaan sebagian atau seluruh isi manual ini harus menyebutkan nama penulis.

Kutipan yang disarankan adalah:

Iustitiani, N.S.D. 2024. Modul Melampaui Tradisi: Revitalisasi Lenong sebagai Model untuk Pengajaran Kesenian Betawi. Unika Atma Jaya, Jakarta

Kata Sambutan



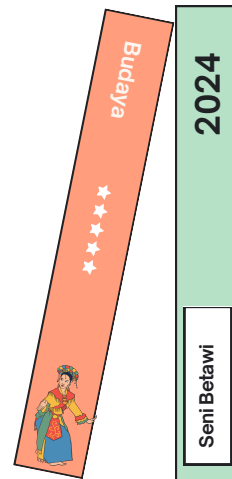
Kata Sambutan



Kata Sambutan



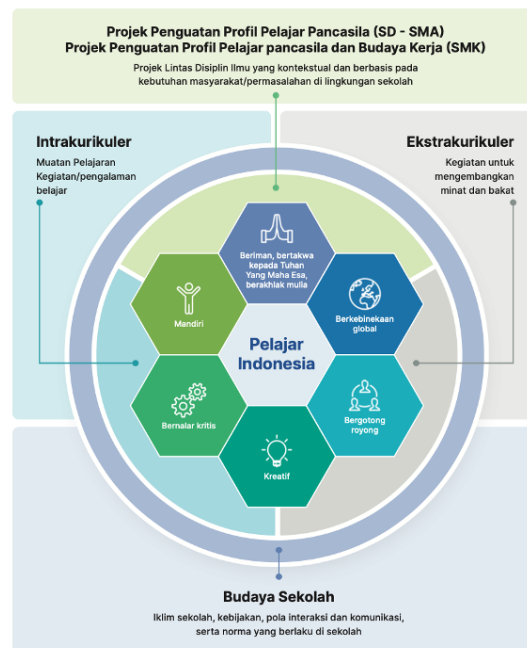
Daftar Isi



iii		Kata Sambutan
vi		Daftar Isi
1		Pengantar
3		Revitalisasi Lenong
6		Filosofi Kesenian Betawi
14		Modul Melampaui Tradisi
24		Gambang kromong
35		Pantun
39		Maen Pukul
46		Tari
66		Dramaturgi dan Estetika dalam Lenong
84		Lenong: Persiapan pertunjukan - latihan gabungan
90		Rambu-rambu
91		Rekomendasi Pelaku Seni
93		Daftar Pustaka
95		Lampiran: Bahan bacaan

Gambaran Umum

Peraturan Pemerintah Nomor 57 Tahun 2021 tentang Standar Nasional Pendidikan menjadi acuan pengembangan kompetensi lulusan peserta didik di Indonesia dan kurikulum pendidikan di satuan pendidikan. Sejak tahun 2021, beberapa satuan pendidikan mulai menerapkan kurikulum merdeka dalam proses pembelajaran. Kurikulum yang digunakan terdiri dari kegiatan intrakurikuler, Proyek Pengembangan Profil Pelajar Pancasila (P5), dan ekstrakurikuler. P5 digunakan untuk melatih para peserta didik untuk menggali isu nyata yang ada di lingkungan sekitar mereka dan berkolaborasi untuk memecahkan masalah tersebut. P5 dirancang untuk menjawab kebutuhan kompetensi peserta didik yang dibutuhkan, dengan enam dimensi kunci, yaitu: 1) Beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, dan berakhlak mulia; 2) Berbhinekaan global; 3) Bergotong royong; 4) Mandiri; 5) Bernalar kritis; dan 6) Kreatif. Keenam dimensi tersebut menunjukkan bahwa P5 tidak hanya fokus pada kemampuan kognitif para peserta didik saja, tetapi juga pada suka dan perilaku sesuai dengan jati diri bangsa Indonesia.



Gambar 1. Gambaran Penerapan Profil Pelajar Pancasila di Satuan Pendidikan
Sumber: Panduan Pengembangan Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila

Penerapan P5 menggunakan pendekatan pembelajaran berbasis proyek (project-based learning), yang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk belajar dalam situasi yang tidak formal, fleksibel, interaktif, dan juga terlibat langsung dengan lingkungan sekitar. Para peserta didik diminta untuk melakukan investigasi, memecahkan masalah, dan mengambil keputusan. Mereka diharapkan dapat menghasilkan produk dan/atau aksi dalam periode waktu yang sudah ditentukan.

Mengacu pada tujuan P5, program revitalisasi Lenong dilihat mampu untuk menjawab tujuan yang ingin dicapai oleh P5. Program revitalisasi Lenong sudah dijalankan dan diujicoba dalam kurun waktu antara bulan Agustus 2022 hingga Maret 2024. Ujicoba yang dijalankan kemudian menghasilkan Model “Melampaui Tradisi: Revitalisasi Lenong sebagai Model Pengajaran untuk Kesenian Betawi”. Model tersebut diterjemahkan menjadi modul pengajaran ini. Model ini bukan hanya mampu menjawab tujuan P5 saja, tetapi juga menjawab kebutuhan Pemerintah DKI Jakarta untuk melestarikan Budaya Betawi.

Model dan modul ini dikembangkan bersama-sama antara pelaku seni dari berbagai lembaga, yaitu Pusat Ketangguhan dan Pembangunan Keluarga (PKPK) Fakultas Psikologi Unika Atma Jaya, Padepokan Ciliwung Condet (PCC), Bapak Jose Rizal Manua (teater), Sanggar Purnama (pantun), Sanggar Ruang Condet (lenong), Gitarda Studio (gambang kromong), Jelantika Nusantara (tari Betawi), Sanggar Si Khodrat (maen pukul), Perguruan Pencak Silat Deprok (maen pukul) dan Yayasan Super 8MM (foto, video, dan film). Serta meminta masukan dari instansi pemerintahan (Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Administrasi Jakarta Timur dan Suku Dinas Kebudayaan Kota Administrasi Jakarta Timur) dan beberapa satuan pendidikan.

Sebagai model dan modul yang sudah diujicoba, model dan modul ini sudah terlihat manfaatnya bagi para anak muda dan pelaku seni yang ikut terlibat dalam program ini.

“setelah aku mengikuti MAP menurut ku (proyek P5) kurang banget, tapi sebelum aku ikut MAP, di proyek P5 itu yang temannya betawi menurut aku udah bagus tapi setelah aku mempelajari MAP kurang bagus karena ga nyambung nari nya juga..” (Q, perempuan, kaum muda, 23 Januari 2024)

“di MAP tuh mereka mengangkat konsep diskusi, saling mengutarakan pendapat satu sama lain, terus disitu juga dapat teman baru, kenalan baru, dan disitu aku juga belajar menghargai satu sama lain, menghormati satu sama lain, jadi gak cuma dalam hal kesenian saja, tapi dalam hal sosial nya juga” (G, perempuan, kaum muda, 26 Januari 2024)

“kalau dilihat dari anak-anak kemarin belajar silat, sama... dia banyak nanya. Ini salah satu kelebihan dari mereka salah satu adalah adab. Adabnya dia sama guru tuh sangat amat luar biasa” (R, laki-laki, pelaku seni, 16 Januari 2024)

Melihat manfaat tersebut, maka diharapkan model dan modul ini dapat diterapkan di satuan pendidikan atau sanggar-sanggar kesenian Budaya Betawi. Dengan menerapkan model dan modul ini, maka diharapkan peserta bukan hanya belajar mengenai kesenian Betawi saja, tetapi juga adanya pengembangan karakter mereka, meningkatkan partisipasi anak muda, dialog antara anak muda dengan pelaku seni dan pengampu kepentingan, serta menciptakan ruang yang aman, nyaman, dan menyenangkan bagi anak muda.



Penjelasan

Lenong adalah salah satu bentuk seni tradisional dari Betawi yang sudah dikenal sejak awal abad ke-20. Sebagai salah satu seni teater rakyat, Lenong bukan hanya sebagai sarana hiburan tetapi juga memberikan pendidikan kepada masyarakat. Salah satu jenis seni Lenong adalah Lenong Preman, merupakan pertunjukan yang didalamnya terdapat unsur komunikasi dua arah antara pelakon dan penonton.¹ Unsur komunikasi inilah yang kemudian menjadi salah satu kekuatan dari Lenong terutama dalam menciptakan ruang dialog untuk mengangkat isu-isu sosial yang ada dalam kehidupan sehari-hari. Contohnya Lenong yang dilakukan di Kalibaru, Cilincing, digunakan untuk mengangkat isu perkawinan anak.²

Pemerintah DKI Jakarta melakukan berbagai upaya untuk melestarikan Budaya Betawi, salah satunya dengan membuat kebijakan yang mengatur tentang pelestarian Budaya Betawi, yaitu Peraturan daerah (Perda) Provinsi DKI Jakarta Nomor 4 Tahun 2015 tentang Pelestarian Budaya Betawi dan kemudian diturunkan menjadi Peraturan Gubernur DKI Jakarta Nomor 229 tahun 2016 tentang Penyelenggaraan Pelestarian Kebudayaan Betawi.

Sayangnya, dalam implementasi pelestarian Budaya Betawi, masih ditemukan adanya tantangan yang harus dihadapi. Menurut beberapa pelaku seni, seni pertunjukan dari Betawi belakangan ini semakin monoton, sehingga kurang diminati oleh anak muda dan minim terekspos di kalangan masyarakat. Tantangan ke depan yang akan dihadapi oleh seni Lenong adalah bagaimana membuat sebuah pertunjukan terutama yang membutuhkan interaksi antara pelakon dan penonton, khususnya dalam bentuk digital.

Sejumlah pelaku seni, anak muda, dan orang tua berdiskusi mencoba menjawab tantangan tersebut. Diskusi tersebut menghasilkan beberapa kesepakatan, yaitu menambahkan elemen atau hal yang baru sehingga membuat Lenong memiliki kesan kuat, modern, tetapi tanpa meninggalkan pakem-pakem dalam Lenong yang sudah ada. Pertunjukan Lenong akan menggabungkan sejumlah bentuk budaya Betawi yaitu lenong, gambang kromong, pantun, tari dan maen pukul. Kedua, untuk menarik minat anak muda, maka Lenong perlu memaksimalkan kekuatannya dalam melibatkan anak muda secara aktif dalam seni pertunjukan Lenong. Ketiga, membuat pertunjukan Lenong dalam bentuk yang berbeda, yaitu secara daring dan luring, serta penggunaan multimedia agar bisa terus mengikuti perkembangan dunia digital. Ketiga hasil diskusi tersebut kemudian dikembangkan menjadi sebuah model, yang disebut Model “Melampaui Tradisi”. Pengembangan model ini juga didukung oleh pemerintah daerah Provinsi DKI Jakarta, khususnya Kota Administrasi Jakarta Timur

¹ Saputra, Y.A., dalam ‘Lenong Betawi’.

² Ramadhan, F, dalam ‘Lenong Penolak Kawin Anak’.



Gambar 2. Model Melampaui Tradisi
 Ilustrasi oleh: Wahyu Sugianto

Model yang dibangun menggambarkan lima tahapan sebelum sampai pada pertunjukan Lenong. **Tahapan pertama** adalah mengumpulkan dan berdiskusi dengan pelaku seni Betawi (lenong, tari, pantun, gambang kromong, dan maen pukul) untuk bersama-sama mendiskusikan dan merancang keseluruhan kegiatan yang akan dilakukan sampai pada saat pertunjukan. Seluruh kegiatan dirancang agar aman, ramah, dan menyenangkan bagi anak muda. **Tahap kedua** adalah melakukan audisi bagi anak muda yang tertarik untuk terlibat dalam pertunjukan Lenong ini. Dalam proses audisi juga akan diujai sejauh mana anak muda memiliki pengetahuan tentang berbagai bentuk budaya Betawi, khususnya Lenong. Pasca audisi, **tahap ketiga** adalah latihan seni budaya Betawi yang mencakup lenong, gambang kromong, maen pukul, tari dan pantun. Anak muda yang terlibat dalam program ini akan belajar tentang semua bentuk budaya Betawi tersebut, baik dari aspek pengetahuan dan keterampilan atau praktik. Tujuannya agar mereka memahami filosofi di balik berbagai bentuk budaya yang ada, tetapi juga bisa secara konkret mengembangkan keterampilan berkaitan dengan bentuk-bentuk budaya tersebut. **Tahap keempat** adalah melatih anak muda dalam aspek dramaturgi dan estetika. Hal ini juga menjadi bagian dari revitalisasi Lenong, agar para pemain Lenong bisa memperkuat karakter dan penampilan mereka lewat penguasaan dasar-dasar teater dan estetika. **Tahap kelima** adalah anak muda merancang persiapan pertunjukan secara partisipatif. Mereka sendiri yang membangun naskah dan mengatur hal-hal teknis dalam pertunjukan. Naskah yang dikembangkan berasal dari isu atau permasalahan yang mereka temui sehari-hari dan menggunakan hasil penelitian untuk memperkuat cerita. Peran seniman atau orang dewasa lain adalah mendampingi dan secara rutin membuka dialog untuk membantu anak muda dalam mempersiapkan pertunjukan.

Dalam proses yang panjang ini, hal yang juga penting adalah pendampingan atau dukungan psikososial serta pengembangan karakter. Anak muda yang terlibat dalam program ini diberikan kesempatan untuk melakukan aktivitas bersama, berkonsultasi dengan psikolog atau konselor, secara rutin menyampaikan evaluasi dan refleksi mereka selama menjalani latihan, serta melakukan berbagai aktivitas untuk mengenal diri dan orang lain. Hal ini menjadi penting agar mereka dapat belajar untuk menjalin relasi yang positif dengan orang lain serta menciptakan suasana yang aman dan menyenangkan bagi semua pihak yang terlibat. Untuk dapat membangun hal ini, orang tua juga diajak untuk bertemu agar dapat bersama-sama mendiskusikan peran dan dukungan yang bisa diberikan orang tua kepada anak-anaknya agar bisa menjalani keseluruhan proses dengan lancar.

Seluruh aktivitas dalam program ini didokumentasikan dalam bentuk foto dan video serta akan dibuat film dokumenter yang menggambarkan keseluruhan tahapan dari awal hingga pertunjukan berlangsung. Dokumentasi ini dibuat oleh sekumpulan anak muda yang telah sama-sama berlatih cara mendokumentasikan kegiatan dalam bentuk foto dan video serta pembuatan film dokumenter. Selama proses pendokumentasian ini, anak muda akan selalu didampingi oleh seniman dalam bidang foto, video dan film.



Filosofi Kesenian Betawi

Lenong

Lenong Betawi berkembang sejak awal abad ke-20 setelah terinspirasi dari kesenian Gambang Kromong yang sudah berkembang lebih dulu sejak tahun 1920-an. Dalam sejarahnya, ada dua versi cerita terkait asal usul seni Lenong. Versi pertama berasal dari Cina, yang kemudian dikembangkan di Betawi oleh orang keturunan Cina peranakan. Pengaruh budaya Cina dapat dilihat dari penggunaan Gambang Kromong dalam pertunjukannya. Versi kedua adalah seni Lenong berasal dari Persia yang kemudian menyebar di daerah Sumatera. Lalu muncullah teater seperti Lenong di Riau pada tahun 1886 yang kemudian dibawa ke Betawi oleh Abdul Malik³. Terlepas dari asal usulnya, Lenong adalah seni teater atau pertunjukan yang digunakan untuk menghibur masyarakat. Awalnya, kesenian Lenong dipertunjukan dari kampung ke kampung dan diadakan di lapangan terbuka tanpa panggung dan ketika pertunjukan berlangsung, beberapa pelakon akan mengitari penonton untuk meminta sumbangan (sawer). Seiring dengan perkembangan, kesenian Lenong kemudian dipertunjukan untuk memeriahkan suasana pesta (misalnya perkawinan, khinatan, hari besar nasional, dll).⁴ Seni Lenong bukan hanya digunakan sebagai sarana hiburan saja, tetapi juga sarana pendidikan bagi masyarakat. Dalam pertunjukannya, Lenong biasanya disertai dengan dekor yang disesuaikan dengan cerita yang ingin disampaikan.

Seni Lenong terdiri dari dua jenis, yaitu Lenong Denes yang biasanya menceritakan cerita bangsawan atau kerajaan dengan dekor dan baju yang mewah. Pada jaman pemerintahan Belanda, Lenong Denes lebih bisa diterima karena isinya yang lebih elit dan tidak konfrontatif terhadap penguasa, sedangkan saat ini justru lebih sulit bertahan karena adanya kecenderungan pemain lenong muda tidak terlalu familiar terhadap konsep yang digunakan dalam Lenong Denes. Kedua adalah Lenong Preman yang bercerita tentang kehidupan sehari-hari jagoan, tokoh-tokoh terkenal, tuan tanah, persoalan rumah tangga, dll. Lenong Preman biasanya menciptakan adanya komunikasi dua arah, antara pelakon dan penonton.⁵ Bahasa Betawi sering kali digunakan untuk menciptakan keakraban dan tidak adanya jarak antara pelakon dan penonton. Sebagai sebuah seni pertunjukan, Lenong Betawi terdiri dari 4 bagian, yaitu teknis pertunjukan yang terdiri dari penyutradaraan, plot, struktur, dan sifat cerita. Bagian kedua adalah pertunjukan itu sendiri yang mencakup selingan dialog dan monolog, musik, nyanyi, tari, dll. Monolog biasanya digunakan untuk memperkuat dekor yang digunakan sehingga keadaan tempat yang diceritakan menjadi lebih jelas. Ketiga adalah tata pentas yang terdiri dari panggung, dekorasi, kostum, dan alat musik. Musik yang digunakan biasanya dalam pertunjukan Lenong adalah Gambang Kromong. Bagian yang keempat adalah struktur organisasi dan keuangan pertunjukan.⁶

3 Haryanto, R., dalam 'Kisah Asal-Usul Lenong Kesenian Betawi'.

4 Karim, F.A, dalam 'Mengenai Lenong, Seni Teater Betawi'.

5 Saputra, Y.A., dalam 'Lenong Betawi' ; Haryanto, R., dalam 'Kisah Asal-Usul Lenong Kesenian Betawi'.

6 ibid.

Struktur pertunjukan dalam Lenong Betawi terdiri dari 3 bagian, yaitu pembukaan, hiburan, dan lakon atau plot.⁷ Pertunjukan Lenong akan diawali dengan musik gambang kromong yang juga berfungsi sebagai penanda bahwa akan ada pertunjukan Lenong, sehingga dapat diramalkan oleh penonton. Setelah itu diikuti oleh hiburan yang diisi dengan nyanyian dengan lagu-lagu yang berirama orkes serta diikuti dengan joget. Kemudian barulah lakon dimainkan. Lakon dimainkan berdasarkan skenario yang terbagi menjadi beberapa babak (drip). Drip pertama adalah pendahuluan yang mengantarkan cerita. Dialog-dialog yang terjadi antara pelakon merupakan permasalahan yang akan dipecahkan. Drip kedua adalah pertemuan kedua kelompok yang bermasalah, sehingga pada bagian ini cerita menjadi semakin jelas. Drip ketiga adalah pemecahan masalah. Tidak jarang beberapa pertunjukan menggunakan skenario yang tidak terlalu ketat, sehingga memungkinkan para pelakon untuk melakukan improvisasi dan menyebabkan penonton menjadi tertarik. Pada beberapa pertunjukan bahkan ada yang tidak menyelesaikan narasinya karena ada beberapa adegan yang memakan waktu dan antusias para penonton yang memberikan sawer. Beberapa pertunjukan Betawi yang ditampilkan secara tidak utuh telah menjadi pola, sehingga pertunjukan tersebut memiliki “sesuatu” yang tersembunyi di dalam cerita.

Dualisme dan konflik yang ada dalam cerita tampaknya menjadi aturan yang harus berlaku pada pertunjukan seni Betawi. Cerita yang tidak diselesaikan ada dalam ideologi Betawi, pertama narasi-narasi yang digunakan dalam cerita menempatkan orang miskin ke dalam golongan baik. Sehingga ketika ada tokoh miskin yang jahat, maka itu akan menyalahi ideologi yang ada. Ideologi kedua adalah bahwa setiap orang memiliki tempatnya sendiri-sendiri, misalnya sebagai orang miskin yang baik atau sebagai orang kaya yang jahat. Maka dalam cerita yang digunakan, sebaiknya tidak menyalahi hal tersebut. Ketiga, ideologi Betawi mengharuskan mereka yang kaya dan jahat harus kalah dan kemenangan ada pada mereka yang miskin dan baik.⁸

Mereka yang terlibat dalam pertunjukan Lenong terdiri dari panjak⁹ (pemain Lenong), ronggeng¹⁰ (penari), bodor, pemusik, pendekar, dan sutradara. Biasanya para pemain Lenong memiliki keahlian bermain silat, khususnya aliran silat Bekasi (misalnya silat Cimande, Cikalong, Kelabang Nyebrang, atau Cingkring). Lenong Denes justru menggunakan tinju, gulat, dan main anggar (pedang), dibandingkan silat.

7 *ibid.*; Probonegoro, N.K., dalam ‘Teater Lenong Betawi: Studi Perbandingan Diakronik’.

8 *ibid.*

9 Panjak artinya laki-laki.

10 Ronggeng artinya perempuan.

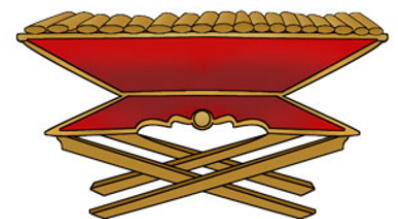
Gambang Kromong

Gambang Kromong adalah alat musik yang berasal dari Betawi, tetapi pada awalnya alat musik ini dipimpin oleh komunitas Tionghoa. Sehingga ada pengaruh budaya Tionghoa di dalam penggunaan alat musik gambang kromong, yaitu gambang, kromong, kongahyan, tehyan, sukong, ningnong, suling, gendang, kecrek, dll.¹¹ Dalam kata lain, gambang kromong merupakan akulturasi antara budaya Betawi dan Tionghoa yang berpadu dalam irama musik. Biasanya, alat musik gambang kromong digunakan pada perayaan suku Betawi (misalnya pernikahan, upacara ritual) dan sebagai hiburan. Umumnya, gambang kromong digunakan sebagai pengiring pertunjukan Lenong, tari cokek, dll.

Sejak tahun 1930-an, alat musik gambang kromong sudah banyak digunakan dalam pertunjukan-pertunjukan.¹² Pada tahun 1937, alat musik gambang kromong dimainkan dengan tangga nada 'Tshi Che' dan lagu China. Saat ini, alat musik gambang kromong menggunakan tangga nada slendro dan lagu tradisional Betawi. Gambang kromong juga menggunakan nada pentatonis (lima nada) yang selaras dengan salendro, khas Tionghoa atau mandalungan. Nama pentatonis ini memiliki nama dalam bahasa China, yaitu liuh (sol/G), u (la/A), siang (do/C), che (re/D), dan kong (mi/E).¹³ Gambang kromong merupakan alat musik yang dikenal dapat memadukan musik barat dan China. Sehingga dalam perkembangannya, gambang kromong sering dimodifikasi dengan alat musik modern, yaitu gitar, bas, organ, drum, terompet, dan saksofon.¹⁴ Perpaduan ini berdampak pada perubahan nada dari pentatonik menjadi diatonik.¹⁵

Ada beberapa jenis alat musik dalam gambang kromong, yaitu:¹⁶

Gambang
Alat musik yang memiliki resonator dan berbentuk seperti perahu. Bagian atasnya terpasang bilah-bilah yang bentuknya empat persegi panjang. Ada 18 buah bilah yang dapat dibagi menjadi dua gembyang (oktaf), dimana nada rendahnya adalah liuh (a) dan nada paling tinggi yaitu siang (c). Bilah-bilah tersebut memiliki panjang sekitar 29-58 cm dan dikunci dengan paku di bagian atas resonator. Teknik memainkannya dengan cara dipukul dengan menggunakan dua buah kayu yang panjangnya sekitar 30-35 cm dan ujungnya bulat berlapis kain.



Sumber:
<https://sientongbetawi.blogspot.com/2013/07/>

11 Khairul Z., dalam 'Alat Musik Gambang Kromong Asal Betawi Beserta Filosofinya'.

12 Haliza, S, dalam 'Sejarah Gambang Kromong, Alat Musik & Perkembangannya'.

13 Indonesiakaya.com, 'Gambang kromong kolaborasi etnik dalam khazanah musik betawi', <<https://indonesiakaya.com/pustaka-indonesia/gambang-kromong-kolaborasi-etnik-dalam-khazanah-musik-betawi/>> diakses pada 24 Januari 2024.

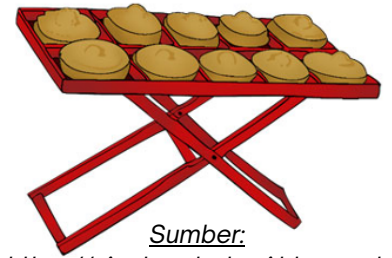
14 Khairul Z., dalam 'Alat Musik Gambang Kromong Asal Betawi Beserta Filosofinya'.

15 Indonesiakaya.com, 'Gambang kromong kolaborasi etnik dalam khazanah musik betawi', <<https://indonesiakaya.com/pustaka-indonesia/gambang-kromong-kolaborasi-etnik-dalam-khazanah-musik-betawi/>> diakses pada 24 Januari 2024.

16 Khairul Z., dalam 'Alat Musik Gambang Kromong Asal Betawi Beserta Filosofinya'; Haliza, S, dalam 'Sejarah Gambang Kromong, Alat Musik & Perkembangannya'; ibid.

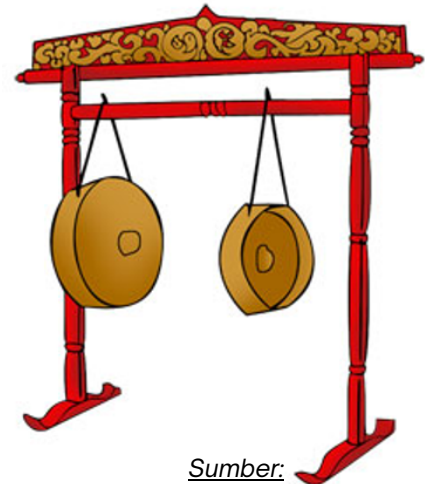
Gambang Kromong

Kromong Alat musik seperti bonang dengan 10 buah pencon yang terbuat dari kuningan dan disusun 2 baris dalam sebuah rak yang terbuat dari kayu.



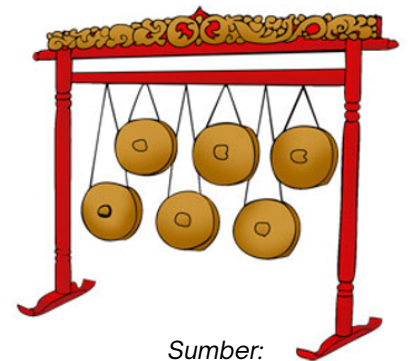
Sumber:
<https://sientongbetawi.blogspot.com/2013/07/>

Gong dan kempul Alat musik yang terbuat dari kuningan, logam, dan perunggu yang berbentuk lingkaran dan bagian tengahnya menonjol. Ukuran yang cukup besar, sekitar 85 cm, membuat gong harus digantung pada gawangan kayu yang berukir motif bunga, sulur, ular naga, dll. Gong berfungsi sebagai penentu irama dasar. Sedangkan kempul yang berukuran 45 cm berfungsi sebagai pembatas ritme melodi. Gong dan kempul dimainkan dengan cara dipukul dengan menggunakan tongkat kayu yang ujungnya bulat dengan dilapisi kain.



Sumber:
<https://sientongbetawi.blogspot.com/2013/07/>

Gong enam Alat musik yang terdiri dari enam gong yang memiliki susunan nada 3-1-6-2-1-5



Sumber:
<https://sientongbetawi.blogspot.com/2013/07/>

Kecrek Alat musik yang terbuat dari lempengan-lempengan logam yang disusun di atas papan kayu. Kecrek berfungsi untuk mengatur irama sehingga dapat menimbulkan efek bunyi tertentu. Cara memainkannya dengan cara dipukul menggunakan palu atau tongkat yang terbuat dari kayu.



Sumber:
https://dtechnoindo.blogspot.com/2018/04/alat-musik-tradisional-betawi-provinsi.html#google_vignette

Gambang Kromong

Suling

Alat musik yang terbuat dari bambu kecil. Suling biasanya dimainkan bersama dengan kongahyan agar menghasilkan nada yang indah. Cara memainkan suling yaitu ditiup dengan cara sejajar dengan mulut.



Sumber:
<https://www.alatmusik.id/musik/Alat-Musik-Khas-Betawi/>

Gendang

Alat musik yang terbuat dari kayu berbentuk silinder berongga yang kembang di bagian tengah, bagian kedua pangkalnya ditutup dengan kulit binatang. Alat musik ini berfungsi sebagai pengatur irama yang memimpin permainan. Gendang dimainkan dengan cara dipukul.



Sumber:
https://dtechnoindo.blogspot.com/2018/04/alat-musik-tradisional-betawi-provinsi.html#google_vignette

Ningnong

Alat musik yang berfungsi untuk mengatur irama tertentu. Alat musik ini terdiri dari dua buah piringan logam yang masing-masing memiliki garis tengah 10 cm dan berada di sebuah bingkai kayu bertingkat satu. Memainkan ningnong dengan cara dipukul menggunakan tongkat basil kecil yang dilakukan bergantian kiri ke kanan sesuai irama. Alat musik ini saat ini sudah jarang digunakan. Ningnong dimainkan dengan cara ditabuh atau digunakan pada lagu-lagu pobin.



Sumber:
https://dtechnoindo.blogspot.com/2018/04/alat-musik-tradisional-betawi-provinsi.html#google_vignette

Kongahyan

Alat musik yang mirip dengan rebab tetapi ukurannya lebih kecil. Alat musik ini berdawai dua yang direntangkan pada tempurung berlapis kulit dan memiliki leher kayu panjang. Kongahyan berfungsi sebagai pembawa melodi dan ornamen lagu yang bervariasi. Cara memainkannya dengan digesek.



Sumber:
https://dtechnoindo.blogspot.com/2018/04/alat-musik-tradisional-betawi-provinsi.html#google_vignette

Gambang Kromong

Sukong

Alat musik yang terbuat dari batok kelapa sebagai wadah resonansi dan kayunya sebagai pembentang senar. Busur yang digunakan untuk menggesek terbuat dari bahan alam seperti rambut kuda jantan berwarna putih. Fungsinya sebagai pembawa melodi, sama seperti kongahyan.



Sumber:
<https://www.alatmusik.id/musik/Alat-Musik-Khas-Betawi/>

Pantun

Tradisi lisan dengan larik tanpa susunan tertentu dikenal dengan pantun Betawi. Pantun Betawi merupakan perkembangan dari pantun Melayu pada abad ke-17 dan 18 dan juga pantun Gujarat pada abad ke-15. Ciri khas pantun Betawi terletak pada penggunaan bahasa Betawi dengan pilihan kata dan unsur bunyi yang menyenangkan, spontan, dan tulus, dengan pola yang lebih modern.

Pakem pada pantun Betawi adalah pantun yang terdiri dari 4 baris. Baris 1 dan 2 merupakan sampiran. Baris 3 dan baris 4 merupakan isi. Pantun Betawi biasanya digunakan untuk mengungkapkan perasaan dan nasihat yang terkait dengan etika, moral, adab, sopan santun, ajaran agama, hingga kritik sosial.¹⁷

Maen Pukul

Maen pukul merupakan permainan dengan kontak fisik dengan atau tanpa senjata. Kata main yang digunakan dalam maen pukul menandakan adanya aspek kesenangan ketika memainkannya. Artinya, maen pukul adalah silat masyarakat Betawi yang merupakan permainan, dan bukan untuk menunjukkan kehebatan fisik atau sifat jago.¹⁸ Silat maen pukul muncul karena adanya upaya dari masyarakat Betawi untuk melawan penjajah saat itu, tetapi tetap didasari dengan unsur agama. Filosofisi yang digunakan dalam maen pukul adalah silat yang banyak menggunakan kaki atau tendangan untuk mempertahankan diri, menjaga keluarga, dan membela orang lain yang membutuhkan. Dulu, maen pukul tidak menggunakan senjata dan hanya kontak fisik tangan saja, tetapi seiring dengan perkembangan, mulai ada gerakan tendangan. Dengan kata lain, maen pukul digunakan untuk menjaga diri bukan sebagai bela diri. Bela diri menekankan unsur melawan, sedangkan jaga diri menekankan menjaga keselamatan diri dan orang-orang di sekitar. Salah satu hal positif yang bisa dipelajari dari maen pukul adalah menghargai sesama dan yang lebih tua.

¹⁷ Dinas Kebudayaan DKI Jakarta, dalam 'Pantun Betawi: Sejarah dan Ciri Khasnya'.

¹⁸ Senibudayabetawi.com, 'Tradisi Maen pukul Betawi', <<https://www.senibudayabetawi.com/6237/tradisi-maen-pukulan-betawi.html>>, diakses pada 24 Januari 2024.

Maen pukul bukan hanya mengandung aspek silat saja, tetapi juga aspek mental spiritual, seni, bela diri, dan olahraga. Seiring dengan perkembangannya, saat ini terdapat sekitar 317 aliran dari sekitar 100-200 pecahan aliran dari empat aliran inti. Empat aliran tersebut didasari pada karakter dan bentuk maen pukul yang mengandalkan gerakan cepatan, baik pukulan, tendangan, maupun serang-bela.¹⁹

Diperkirakan sejak abad ke-16, masyarakat Betawi sudah menggunakan seni silat sebagai pertunjukan dalam acara-acara penting, seperti pesta kawinan atau khitanan. Hal ini yang membuat maen pukul bukan hanya berfungsi sebagai ilmu bela diri saja, tetapi sudah menjadi produk sosial dan seni budaya yang ada dalam kehidupan sehari-hari. Bahkan pada jaman dahulu, anak-anak Betawi diwajibkan bisa sholat dan maen pukul. Biasanya anak-anak Betawi akan berlatih maen pukul setelah belajar mengaji. Sayangnya, saat ini tradisi maen pukul sudah hampir punah karena tidak banyak anak muda yang mau belajar maen pukul.²⁰

Tari

Tarian Betawi merupakan asimilasi dari berbagai macam budaya, misalnya Melayu, Arab, Cina, Portugis, India, dll. Tari Betawi menggunakan musik pengiring yang riang serta gerakan-gerakan yang dinamis.²¹ Salah satu seni tradisional Betawi adalah tari lenggang Nyai, yang bercerita tentang perjuangan perempuan Betawi.

Nama tari Lenggang Nyai diambil dari kata lenggang yang berarti lenggak-lenggok dan kata Nyai diambil dari cerita Nyai Dasimah. Tari Lenggang Nyai menceritakan dan menggambarkan karakter Nyai Dasimah. Tari Lenggang Nyai banyak menggunakan gerakan-gerakan yang lincah, yang menggambarkan gadis Betawi yang ceria dan luwes.²² Kelincahan dalam tari lenggang terlihat dari gerakan tubuh, kaki, dan tangan para penari yang bergerak secara dinamis. Gerakan dari satu sisi ke sisi lain menggambarkan kebingungan Nyai Dasimah saat akan mengambil keputusan, memilih padangan hidupnya.²³

Baju yang biasa digunakan dalam tari lenggang adalah busana yang menggunakan perpaduan unsur budaya Cina dan Betawi yang ditandai dengan warna terang, misalnya hijau atau merah terang. Pada bagian kepala, dihiasai mahkota yang identik dengan budaya Cina. Dalam pertunjukan, tarian ini diiringi dengan musik tradisional Betawi, yaitu gambang kromong. Tari Lenggang Nyai biasa digunakan untuk menyambut tamu penting, acara adat, perayaan, hingga festival budaya.²⁴

¹⁹ ibid.

²⁰ Kusumo, R., 'Tradisi Maen Pukulan, Seni Bela Diri Orang Betawi untuk Lawan Kompeni'.

²¹ Maulida, P., 'Tari Lenggang Nyai, Bukti Perjuangan Seorang Wanita'.

²² Senibudayabetawi.com, 'Menyibak simbol tari lenggang nyai tentang perempuan betawi', <<https://www.senibudayabetawi.com/6102/menyibak-simbol-tari-lenggang-nyai-tentang-perjuangan-perempuan-betawi.html>>, diakses pada 24 Januari 2024.

²³ Maulida, P., 'Tari Lenggang Nyai, Bukti Perjuangan Seorang Wanita'.

²⁴ ibid.

Tari

Tari Lenggang Nyai memiliki unsur penting yang harus dimiliki oleh semua penari. Unsur pertama adalah wirama, yang merupakan posisi ketika penari harus menarik tarian Lenggang Nyai secara spontan dan mampu mengikuti gerakan ketika musik mengalun. Wirama bertujuan untuk menyatukan gerakan dengan tempo yang ditetapkan. Keserasian antara gerakan dan irama menjadi sebuah estetika dalam sebuah tarian. Kedua adalah wirasa, yaitu ekspresi dan wajah penari ketika membawakan tarian. Penggambaran karakter Nyai Dasimah harus bisa ditunjukkan lewat ekspresi dan wajah penari ketika sedang menari. Penghayatan ketika menari juga masuk dalam unsur wirasa, yang bertujuan agar penari dapat menyampaikan perasaan dari karakter yang ditarikan. Ketiga adalah wirupa, yaitu penampilan penari yang ditunjukkan dari ujung kepala hingga kaki para penari. Wirupa juga terlihat dari riasan yang digunakan oleh penari. Penampilan dan riasan yang digunakan harus menggambarkan karakter yang ditarikan.²⁵



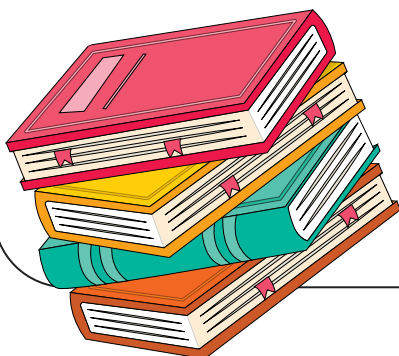
²⁵ Senibudayabetawi.com, 'Menyibak simbol tari lenggang nyai tentang perempuan betawi', <<https://www.senibudayabetawi.com/6102/menyibak-simbol-tari-lenggang-nyai-tentang-perjuangan-perempuan-betawi.html>>, diakses pada 24 Januari 2024.

Gambaran Modul

Pada bagian ini berisi mengenai gambaran proses implementasi model yang dikembangkan menjadi sebuah modul. Modul ini dikembangkan berdasarkan latihan yang dilakukan pada anak usia 11-20 tahun dan dilakukan pada setting di luar sekolah. Pelatih dalam latihan pada saat modul ini dikembangkan adalah pelaku seni yang ahli di bidang kesenian yang diajarkan.

Modul ini dapat digunakan oleh pelatih yang ingin mengajarkan kesenian Betawi pada anak usia 11-20 tahun. Penggunaan modul ini dapat dilakukan dalam setting formal - seperti sekolah, dan juga informal - seperti sanggar. Dalam pembelajarannya, modul ini menekankan pada metode eksperensial, artinya bentuk latihan pada modul ini dapat disesuaikan dengan karakteristik dan perkembangan kemampuan peserta selama latihan. Oleh karena itu, penting bagi pelatih untuk memperhatikan hal-hal berikut ini:

- Memiliki pengetahuan dan keterampilan terhadap seni yang diajarkan. Pengetahuan yang dimaksud bukan hanya berupa teori, tetapi juga termasuk filosofi dan pakem dari kesenian yang diajarkan.
- Menyapa dan berdoa sebelum dan sesudah latihan.
- Membuat suasana latihan cair, aman, dan menyenangkan bagi peserta.
- Membuka ruang diskusi antara pelatih dan peserta, termasuk antar peserta. Ruang diskusi dapat dilakukan selama proses latihan. Diskusi mencakup pendapat peserta terkait dengan latihan, apa yang sudah baik dan apa yang masih perlu ditingkatkan, tantangan yang dihadapi peserta selama latihan, dll.
- Terbuka untuk mendengarkan masukan dari peserta dan memiliki keinginan untuk memperbaiki diri berdasarkan masukan yang diberikan.
- Menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh peserta.
- Memberikan contoh konkret, baik berupa penjelasan maupun gerakan agar membantu peserta lebih memahami materi yang diajarkan.
- Membimbing, mendorong, mengarahkan, memotivasi, dan memberikan contoh agar peserta dapat lebih percaya diri.
- Dalam memberikan komentar atau masukan, pelatih perlu menggunakan kata-kata yang membangun dan tidak menjatuhkan.



Pembagian Peran

Dalam modul ini, peserta dibagi menjadi beberapa kelompok, yaitu tim panggung (yang terdiri dari pemain lenong, gambang kromong, tari), tim kreatif, tim manajemen panggung, dan tim dokumentasi. Pembagian kelompok ini didasarkan pada keinginan dari peserta. Berikut adalah peran dan tugas masing-masing kelompok:

Tim Panggung

Kelompok ini adalah mereka yang tampil di atas panggung. Kelompok ini nantinya akan dibagi lagi menjadi pemain Lenong, pemain gambang kromong dan penari. Semua yang tergabung dalam kelompok ini akan dibekali dengan filosofi, pengetahuan, dan kemampuan terkait seni lenong, gambang kromong, pantun, maen pukul, dan tari. Selain itu, mereka juga akan dibekali dengan pengetahuan dan kemampuan mengenai dramaturgi dan estetika dalam lenong. Mereka yang akan tampil sebagai pelakon akan dibekali kemampuan tambahan, yaitu akting (khususnya improvisasi, konsentrasi, pernafasan, olah vokal, olah rasa, dan imajinasi).

Tim Kreatif

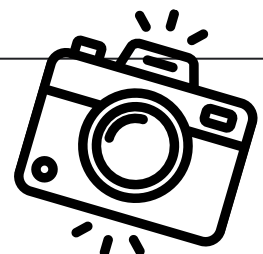
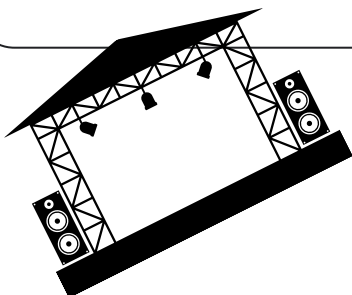
Kelompok ini adalah mereka yang memilih untuk berperan sebagai tim kreatif dan bekerja dibalik layar. Kelompok ini akan dibekali dengan pengetahuan dan kemampuan mengenai penelitian, pengambilan data, etika penelitian. Selain itu mereka juga akan dibekali dengan dramaturgi dan estetika dalam pertunjukan agar membantu mereka dalam pengembangan naskah. Kelompok ini akan mengembangkan naskah berdasarkan tema yang sudah ditentukan bersama dengan peserta lain. Pengembangan naskah dilakukan berdasarkan temuan penelitian (data di lapangan) dan pencatatan seluruh proses latihan, terutama improvisasi yang terjadi selama latihan untuk kemudian digunakan dalam pengembangan naskah.

Tim Manajemen Panggung

Kelompok ini bertanggung jawab terhadap manajemen panggung, mulai dari setting panggung, kostum, tata cahaya, dan hal-hal lain yang dibutuhkan dalam pertunjukan. Kelompok ini akan bekerjasama dengan tim pemain dan pelaku seni untuk kebutuhan pertunjukan. Kelompok ini akan dibekali dengan pengetahuan dan kemampuan terkait manajemen panggung.

Tim Dokumentasi (pilihan)

Kelompok ini adalah mereka yang memilih untuk mendokumentasikan setiap proses yang terjadi dari awal hingga pertunjukan. Kelompok ini mendokumentasikan setiap latihan dan diskusi yang terjadi. Pada saat pertunjukan, kelompok ini juga bertanggung jawab terkait dengan digitalisasi. Kelompok ini akan dibekali dengan pengetahuan dan kemampuan pengambilan gambar, editing, dan live streaming.



Pemetaan Isu

Seperti yang sudah dijelaskan pada bab sebelumnya mengenai model revitalisasi, terdapat 5 langkah yang dilakukan sebelum pertunjukan. Sebelum memasuki langkah ketiga, yaitu latihan, maka peserta perlu melakukan pemetaan mengenai tema/isu yang ingin mereka suarkan dalam pertunjukan. Pemetaan ini dilakukan melalui pembuatan pohon masalah. Berikut ini adalah langkah-langkah yang dapat dilakukan dalam melakukan pemetaan tema/isu yang ingin disuarakan. Pemetaan dapat dilakukan dengan membuat pohon masalah.

Tujuan : Peserta dapat melakukan pemetaan tema/isu yang ingin disuarakan.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : Kertas flipchart yang sudah digambar pohon, spidol, post-it.

Langkah-langkah:

1. Pelatih meminta peserta untuk duduk secara melingkar. [Jika peserta cukup banyak, maka dapat dibagi menjadi beberapa kelompok]
2. Peserta diminta untuk memikirkan isu yang ingin mereka angkat/suarakan dalam pertunjukan. Peserta diminta untuk menuliskan isu tersebut di batang pohon.
3. Setelah itu, peserta diminta untuk menuliskan sebanyak-banyaknya penyebab terjadinya isu tersebut di kertas post-it dan menempelkannya di bagian akar pohon. **Catatan: 1 kertas post-it hanya untuk 1 penyebab.**
4. Setelah itu, peserta diminta untuk menuliskan sebanyak-banyaknya dampak dari isu tersebut di kertas post-it dan menempelkannya di bagian daun pohon. **Catatan: 1 kertas post-it hanya untuk 1 isu.**
5. Peserta diminta untuk mempresentasikan pohon masalah yang sudah dibuat.
6. Jika terdapat beberapa isu yang ingin disuarakan, maka minta seluruh peserta untuk memilih salah satu. [Tidak masalah jika ternyata mereka mau mengangkat semua isu yang sudah dibuat].
7. Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. (Pendamping memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya).
8. Pelatih menutup kegiatan dan meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.

Catatan penting:

Untuk memperdalam tema/isu yang ingin diangkat, dapat dibentuk kelompok tim kreatif yang nantinya berperan untuk mendalami tema/isu tersebut dengan melakukan penelitian. Mereka perlu dibekali dengan keterampilan untuk melakukan penelitian (metode, etika penelitian, analisa data).



Pengenalan seni Betawi

Semua peserta kecuali mereka yang memilih menjadi tim dokumentasi, akan mendapatkan pelatihan semua seni (gambang kromong, pantun, maen pukul, tari, serta dramaturgi dan estetika dalam lenong). Sedangkan mereka yang memilih menjadi tim dokumentasi akan mendapatkan latihan dasar teknik fotografi dan videografi. Mereka yang akan menjadi pemain lenong/pelakon perlu mempelajari 4 seni Betawi, yaitu gambang kromong, pantun, maen pukul, dari tari karena:

1. Dengan mempelajari musik yang dilahirkan dari gambang kromong, akan mempengaruhi pemain lenong/pelakon dalam penekanan-penekanan emosi (misalnya sedih, gembira, atau marah). Ungkapan emosi dalam lenong cukup berbeda dibandingkan emosi dalam seni pertunjukan lainnya, itu sebabnya latihan mengenal dan menguasai gambang kromong perlu dipelajari oleh pemain lenong/pelakon agar kenal dramaturgi kebetawiannya.
2. Dengan mempelajari pantun, akan membantu pemain lenong/pelakon untuk menguasai dialeg/logat Betawi, termasuk penekanan intonasi dalam melontarkan dialog-dialognya.
3. Dengan mempelajari maen pukul, pemain lenong/pelakon akan semakin mudah memasuki karakter sebagai orang Betawi secara detail. Maen pukul akan membantu gesture para pemain lenong/pelakon, terutama dari cara berdiri, melangkah, menunjuk, berpaling, dsb.
4. Dengan mempelajari gerakan tarian Betawi, akan mempengaruhi gesture seorang pemain lenong/pelakon (terutama perempuan). Hal ini akan terlihat pada saat berdialog, dimana gerakan refleks dari anggota tubuh dan ekspresi wajah akan berbeda dengan orang yang tidak mempelajari tarian Betawi.



Pada bagian berikutnya, akan menjelaskan mengenai langkah ketiga dalam Model “Melampaui Tradisi: Revitalisasi Lenong sebagai Model untuk Pengajaran Kesenian Betawi”, yaitu latihan kesenian Betawi. Pada bagian pertama, terdapat susunan kegiatan. Susunan kegiatan ini adalah usulan yang diberikan kepada pelatih jika ingin menggunakan modul ini. Dalam susunan kegiatan, terdapat 25 kali pertemuan (latihan) - diluar pertemuan untuk pemilihan bentuk kesenian oleh peserta dan diskusi tentang pertunjukan yang dilakukan bersama dengan tim kreatif. Seperti yang terlihat pada susunan kegiatan, latihan gambang kromong dilakukan sebanyak 13 kali pertemuan; latihan pantun dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan; latihan maen pukul dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan; latihan tari dilakukan sebanyak 13 kali pertemuan; latihan dramaturgi dan estetika dalam lenong dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan; latihan pendalaman karakter dalam lenong dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan; dan latihan gabungan sebagai persiapan pertunjukan dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan. Pada 3 kali pertemuan awal seni gambang kromong, pantun, maen pukul, tari, dan dramaturgi dan estetika dalam lenong dilakukan secara bergantian dengan tujuan agar seluruh peserta yang tergabung dalam tim panggung mendapatkan dasar dari semuanya. Khusus untuk latihan dramaturgi dan estetika, tim kreatif juga akan terlibat untuk membantu mereka dalam mengembangkan naskah. Selain itu, pada bagian susunan kegiatan juga terdapat penjelasan mengenai tujuan, peserta, dan durasi waktu yang dibutuhkan pada setiap pertemuan.

Pada bagian berikutnya adalah kegiatan, dimana pada bagian ini akan menjelaskan detail setiap pertemuan dari semua kesenian yang diajarkan. Pada setiap pertemuan akan dijelaskan mengenai tujuan, waktu, peralatan yang dibutuhkan, dan juga langkah-langkah yang perlu dilakukan oleh setiap pelatih. Bagian yang ditulis dengan miring dan beri tanda kutip (“..”) merupakan kata-kata yang dapat diucapkan oleh pelatih ketika menjelaskan kepada peserta. Bagian yang ditulis dengan tanda ‘[]’ merupakan petunjuk bagi pelatih untuk memberikan jeda waktu.

Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya, modul ini menggunakan metode eksperimental, sehingga setiap langkah dan kata-kata yang diucapkan dapat disesuaikan dengan karakteristik peserta dan perkembangan kemampuan peserta selama latihan. Pada beberapa pertemuan, terdapat box catatan, yang dapat dilakukan dan disesuaikan tergantung pada kondisi selama latihan. Modul ini juga dilengkapi dengan gambar dan juga video yang dapat membantu pelatih dan peserta untuk memahami cara bermain dan gerakan-gerakan yang dimaksud dalam modul ini.

Kegiatan

Berikut adalah susunan kegiatan yang digunakan pada modul ini.

Latihan	Pertemuan												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Gambang kromong (13 kali pertemuan)	G K . 1	G K . 2	G K . 3	G K . 4	G K . 5	G K . 6	G K . 7	G K . 8	G K . 9	G K . 10	G K . 11	G K . 12	G K . 13
Pantun (3 kali pertemuan)				P . 1	P . 2	P . 3							
Maen Pukul (3 kali pertemuan)							M P . 1	M P . 2	M P . 3				
Tari (13 kali pertemuan)							T . 1	T . 2	T . 3	T . 4	T . 5	T . 6	T . 7
Dramaturgi dan Estetika dalam Lenong (3 kali pertemuan)													
Pendalaman karakter dalam Lenong (10 kali pertemuan)													

Lenong:
Persiapan
pertunjukan
-
Latihan gabungan
(GK.9; GK.10;
GK.11; GK.12;
GK.13; T.9; T.10;
T.11; T.12; T.13;
P.6; P.7; P.8; P.9;
P.10)

Pemilihan bentuk
kesenian dan diskusi
tentang pertunjukan
(naskah, pemilihan lagu,
dan tari)

Catatan:

- Pada pertemuan 1-15, peserta akan dikenalkan oleh 4 seni Betawi dan dramaturgi dan estetika, setelah itu mereka akan diminta untuk memilih seni apa yang ingin mereka tampilkan (Lenong, Gambang Kromong, atau Tari). Pada pertemuan selanjutnya, peserta akan semakin fokus pada latihan untuk menguatkan peran mereka masing-masing pada seni yang mereka pilih (Lenong, Gambang Kromong, atau Tari).
- Selama pertemuan 1-15, tim kreatif akan mencari data terkait tema/ isu yang ingin diangkat dalam pertunjukan serta mengembangkan naskah berdasarkan temuan dan data yang didapat. Selama pengembangan naskah, tim kreatif akan didampingi dan berdiskusi dengan pelatih.
- Setelah pertemuan ke-15, tim kreatif menjelaskan mengenai naskah (alur cerita) yang sudah mereka buat dan menanyakan pendapat peserta yang lain. Setelah itu, masing-masing peserta berdiskusi untuk menentukan peran yang akan dimainkan, karakternya seperti apa, serta lagu dan tari yang akan mengiringi.
- Setiap akhir rangkaian pertemuan (misalnya gambang kromong pada pertemuan ke-3, pantun pada pertemuan ke-6, maen pukul pada pertemuan ke-9, tari pada pertemuan ke-12, dan dramaturgi dan estetika dalam lenong pada pertemuan ke-15) perlu dilakukan refleksi bersama antara pelatih dan peserta. Refleksi juga perlu dilakukan di setiap akhir pertemuan ke-16 sampai ke-25. Jika ditemukan hal-hal yang perlu mendapatkan perhatian khusus, maka sebaiknya dilakukan pendampingan secara lebih dalam (bisa dilakukan oleh konselor/psikolog).
- Pelatih dapat melakukan energizer atau kegiatan-kegiatan yang dapat menumbuhkan sikap kerjasama, kedisiplinan, saling menghargai, dll sebelum memulai latihan. Hal ini dapat dilakukan dan disesuaikan dengan kondisi dan situasi peserta.
- Pelatih dapat melakukan kegiatan bersama, misalnya outbound untuk semakin menumbuhkan sikap kerjasama, kedisiplinan, saling menghargai, dll. Hal ini dapat dilakukan dan disesuaikan dengan kondisi dan situasi peserta.

Seni	Pertemuan	Tujuan	Peserta	Durasi (dalam menit)
Gambang kromong	1	1. Peserta mengetahui sejarah alat musik. 2. Peserta mengetahui jenis-jenis alat musik gambang kromong dan cara memainkannya. 3. Peserta mengetahui teknik dasar memainkan alat musik gambang kromong.	Semua	120
	2	1. Peserta mendalami pengertian musik. 2. Peserta mengetahui jenis-jenis alat musik gambang kromong dan cara memainkannya. 3. Peserta mengetahui teknik dasar memainkan alat musik gambang kromong.	Semua	120
	3	1. Peserta mengetahui jenis-jenis alat musik gambang kromong dan cara memainkannya. 2. Peserta mengetahui teknik dasar memainkan alat musik gambang kromong.	Semua	120
	16	Peserta mendapatkan gambaran mengenai pertunjukan yang akan mereka lakukan	Pemain gambang kromong	60
	17	Peserta dapat memainkan lagu-lagu yang akan digunakan dalam pertunjukan	Pemain gambang kromong	120
	18	Peserta dapat memainkan lagu-lagu yang akan digunakan dalam pertunjukan	Pemain gambang kromong	120
	19	Peserta dapat memainkan lagu-lagu yang akan digunakan dalam pertunjukan	Pemain gambang kromong	120
	20	Peserta dapat memainkan lagu-lagu yang akan digunakan dalam pertunjukan	Pemain gambang kromong	120
Pantun	4	1. Peserta memahami tentang pakem-pakem dalam pantun. 2. Peserta mampu membuat pantun.	Semua	120

Seni	Pertemuan	Tujuan	Peserta	Durasi (dalam menit)
	5	1. Peserta memahami tentang pakem-pakem dalam pantun. 2. Peserta mampu membuat pantun.	Semua	120
	6	Peserta mampu membuat pantun	Semua	120
	7	1. Peserta mengetahui dan memahami pakem dari maen pukul. 2. Peserta memahami dan mampu melakukan jurus-jurus dasar dalam maen pukul.	Semua	120
Maen Pukul	8	Peserta dapat melakukan jurus-jurus dalam maen pukul.	Semua	120
	9	Peserta dapat melakukan jurus-jurus dalam maen pukul.	Semua	120
	10	1. Peserta mengetahui dan memahami filosofi dan pakem dari tarian budaya Betawi. 2. Peserta memahami dan mampu melakukan gerakan-gerakan dasar tari	Semua	120
Tari	11	Peserta memahami dan mampu melakukan gerakan-gerakan dasar tari	Semua	120
	12	Peserta memahami dan mampu melakukan gerakan-gerakan dasar tari	Semua	120
	16	Peserta mampu menarikan tarian yang akan digunakan dalam pertunjukan	Berdasarkan pilihan	120
	17	Peserta mampu menarikan tarian yang akan digunakan dalam pertunjukan	Berdasarkan pilihan	120
	18	Peserta mampu menarikan tarian yang akan digunakan dalam pertunjukan	Berdasarkan pilihan	120
	19	Peserta mampu menarikan tarian yang akan digunakan dalam pertunjukan	Berdasarkan pilihan	120
	20	Peserta mampu menarikan tarian yang akan digunakan dalam pertunjukan	Berdasarkan pilihan	120

Seni	Pertemuan	Tujuan	Peserta	Durasi (dalam menit)
Dramaturgi dan Estetika dalam Lenong	13	Peserta memahami dramaturgi dan estetika dalam pertunjukan.	Semua	120
	14	Peserta memahami dramaturgi dan estetika dalam pertunjukan.	Semua	120
	15	Peserta memahami dramaturgi dan estetika dalam pertunjukan.	Semua	120
Lenong: Persiapan pertunjukan	16	1. Peserta mengetahui dan memahami filosofi Lenong sebagai budaya Betawi 2. Peserta dapat melakukan teknik improvisasi yang digunakan dalam Lenong 3. Peserta dapat melakukan gimmick dalam memainkan karakternya 4. Peserta dapat menggunakan gesture tubuh dalam memainkan karakternya 5. Meningkatkan kemampuan peserta dalam perbendaharaan kata. 6. Meningkatkan kemampuan <i>public speaking</i> peserta.	Berdasarkan pilihan	120
	17	1. Peserta memahami tata cara ketika berada di panggung. 2. Peserta memahami cara berhadapan dengan penonton. 3. Peserta dapat menyampaikan pesan atau makna melalui Lenong. 4. Peserta memahami nada, tempo, ritme, power, dan instrumen yang digunakan dalam Lenong.	Berdasarkan pilihan	120
	18	1. Peserta memiliki kemampuan untuk mengekspresikan berbagai macam emosi dan kejadian. 2. Peserta memahami sejarah, pakem, dan lakon dalam Lenong.	Berdasarkan pilihan	90
	19	Peserta mampu mengembangkan plot/alur naskah untuk pertunjukan lenong	Berdasarkan pilihan	180
	20	Peserta mampu mengembangkan plot/alur naskah untuk pertunjukan lenong	Semua	180

Seni	Pertemuan	Tujuan	Peserta	Durasi (dalam menit)
Latihan gabungan	21	1. Peserta mampu mengembangkan plot/alur naskah 2. Peserta mampu menentukan cast yang akan berlakon dalam pertunjukan 3. Peserta mampu membuat setting panggung 4. Peserta mampu menentukan kostum yang akan digunakan dalam pertunjukan	Semua	120
	22	Peserta mampu menampilkan pertunjukan lenong berdasarkan plot/alur naskah yang dikembangkan	Semua	120
	23	Peserta mampu menampilkan pertunjukan lenong berdasarkan plot/alur naskah yang dikembangkan	Semua	120
	24	Peserta mampu menampilkan pertunjukan lenong berdasarkan plot/alur naskah yang dikembangkan	Semua	120
	25	Peserta mampu menampilkan pertunjukan lenong berdasarkan plot/alur naskah yang dikembangkan	Semua	120

Catatan penting:

Setelah semua peserta menjalankan latihan, perlu dilakukan gladi bersih dan kotor sebelum pertunjukan dilakukan. Gladi bersih dan kotor dilakukan dengan setting panggung yang akan digunakan pada saat pertunjukan. Bentuk pertunjukan yang ingin dilakukan dikembalikan kepada pihak yang melakukan (hybrid atau tatap muka).

Gambang Kromong

Narasumber: Dede Permana (Gitarda Studio)

Pertemuan 1

Tujuan. :

1. Peserta mengetahui sejarah alat musik.
2. Peserta mengetahui jenis-jenis alat musik gambang kromong dan cara memainkannya.
3. Peserta mengetahui teknik dasar memainkan alat musik gambang kromong.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : 1 set alat musik gambang kromong, smartphone yang ada aplikasi piano, papan tulis, spidol.

Langkah-langkah:

- Pelatih meminta peserta untuk duduk membentuk lingkaran. Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Setelah berdoa, pelatih meminta setiap peserta untuk memperkenalkan diri mereka. Perkenalan bisa dilakukan dengan menggunakan permainan sederhana. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Pelatih menjelaskan mengenai sejarah alat musik gambang kromong dan memperkenalkan jenis-jenis alat musik gambang kromong. Pelatih bertanya kepada peserta “*Apa itu Instrumen?*” Pelatih menjelaskan bahwa instrumen adalah alat untuk bermain musik.
- Pelatih menjelaskan mengenai instrumen-instrumen yang digunakan dalam gambang kromong. Pelatih memperkenalkan gambang, “*Gambang punya 18 bilah, kemudian rumah bilah. Kakinya disebutnya ancak. Gambang punya nada dari sol, sampai do, tapi tidak ada fa dan si, jadi sol, la, do, re, mi.*” Pelatih kemudian memperagakan penggunaan gambang dengan memainkan lagu Kicir-kicir.
- Pelatih memperkenalkan Kromong. “*Jumlah di kromong ada 10 pencon, tidak ada fa, dan si. Urutannya dari Do, re, mi, sol, la, do, re, mi, sol, la (beda oktaf).*” Pelatih memperkenalkan bagian-bagian dari kromong.
- Selanjutnya pelatih memperkenalkan gambang serukat, cara memainkannya sama seperti gambang. (Tangan kanan ‘sol-mi-sol’).
- Pelatih memperkenalkan sukong “*Kalau yang kecil namanya “kongahyan”, kalau yang medium namanya “tehyan”, dan yang besar namanya “sukong”. Posisi wajahnya (Batoknya) ke arah kiri pemain. Senarnya kalau asli terbuat dari buntut kuda, tapi karena sekarang sudah jarang ada, jadi pakai senar yang biasa dipakai untuk mancing. Untuk nadanya, senar depan harus nada ‘re’ dan nada belakang ‘sol’. Untuk pindah not, tambah satu jari.*”

- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap penjelasan yang diberikan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih menjelaskan not dengan alat peraga piano yang ada di smartphone. Pelatih dapat bertanya kepada peserta, “*apa yang kamu pahami tentang jarak not?*”. Pelatih menjelaskan alasan nada ‘fa’ dan ‘si’ tidak ada dalam gambang kromong, karena jaraknya $\frac{1}{2}$ atau tidak sempurna.
- Pelatih memperkenalkan Gong dan ketukannya. Posisi kempul ada di kiri pemain, gong di kanan pemain.
- Kemudian pelatih memperkenalkan gendang, “*Gendang induk – yang besar, kemudian gendang kecil disebut ‘Kulanter’.* Untuk gendang kecil yang di sebelah kanan, posisi bagian kecilnya di atas. Gendang kecil di sebelah kiri, posisinya tidur. – Ada bagian yang disebut ‘Dong’, ‘Ping’, ‘Tung’, ‘Pak’”. Bagian ‘Tung’ terdiri dari dua bagian ‘Tung 1’ yang ada di gendang sebelah kanan dan ‘Tung 2’ ”.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap penjelasan yang diberikan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih menjelaskan bahwa alat musik kromong dimulai dari bass terlebih dulu. Pelatih secara bergantian mempraktikkan cara bermain masing-masing alat musik dengan memainkan lagu ‘kicir-kicir’ dan dilihat langsung oleh peserta. Pelatih meminta seluruh peserta untuk menempati posisi pada alat musik yang ingin mereka coba mainkan. Peserta kemudian satu persatu mencoba memainkan alat musik yang sudah mereka pilih.
- Setelah semua selesai mencoba, pelatih meminta peserta untuk kembali duduk secara melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Pertemuan 2

Tujuan. :

1. Peserta mendalami pengertian musik.
2. Peserta mengetahui jenis-jenis alat musik gambang kromong dan cara memainkannya.
3. Peserta mengetahui teknik dasar memainkan alat musik gambang kromong.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : 1 set alat musik gambang kromong, papan tulis, spidol.



- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta peserta untuk duduk membentuk setengah lingkaran. Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum memulai kegiatan.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai musik (diambil dari KBBI). Pelatih menganalogikan musik sebagai sebuah ibu. *“Anak pertama disebut melodi, dimana pada melodi ada tangga nada “do re mi fa so la si do” yang disebut not. Alat musik yang ada di melodi, dimainkannya satu-satu.”* Pelatih bertanya kepada peserta, *“adakah alat musik yang dimainkannya satu-satu?”*. Pelatih menjelaskan *“anak kedua adalah harmoni, satu harmoni terdiri dari 3 nada “do mi sol”. Di harmoni “C,D,E,F,G,A,B” disebut sebagai chord/key”*. Pelatih bertanya kepada peserta, *“Di gambang kromong, alat musik apa yang masuk ke dalam harmoni?”*. [Pelatih memberikan waktu sebentar kepada peserta untuk menjawab]. Pelatih menjelaskan, *“Anak ketiga adalah ritme. Ritme tidak memiliki not ataupun chord. Ritme dimainkan dengan tempo atau irama.”*
- Pelatih memastikan semua peserta sudah memahami mengenai analogi anak yang dijelaskan, karena analogi tersebut menjadi dasar untuk memainkan gambang kromong. Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap penjelasan yang diberikan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih memperkenalkan alat musik Kongahyan. Pelatih mempraktikkan cara bermain alat musik tersebut dengan memainkan lagu ‘kicir-kicir’ dan dilihat langsung oleh peserta. Pelatih meminta kesediaan satu peserta untuk mencoba memainkan alat musik tersebut.
- Pelatih memperkenalkan alat musik kecrek. Pelatih menjelaskan bahwa alat musik kecrek mengikuti alat musik gendang karena dia alat ritmik, tetapi dengan catatan dimulai dari ritme ke-2. Pelatih mempraktikkan cara bermain alat musik tersebut dengan memainkan lagu ‘kicir-kicir’ dan dilihat langsung oleh peserta. Pelatih meminta kesediaan satu peserta untuk mencoba memainkan alat musik tersebut.
- Pelatih memperkenalkan alat musik ningnong, *“disebut ningnong karna bunyinya ningnongningnong. Alat musik ning nong mainnya lebih lambat. Alat musik itu membuat suasana lebih santai seperti di kampung.”* Pelatih mempraktikkan cara bermain alat musik tersebut dengan memainkan lagu ‘kicir-kicir’ dan dilihat langsung oleh peserta. Pelatih meminta kesediaan satu peserta untuk mencoba memainkan alat musik tersebut.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap penjelasan yang diberikan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].

- Pelatih meminta peserta untuk mencoba satu persatu alat musik yang ada. Setelah semua peserta mencoba, pelatih meminta masing-masing peserta menentukan alat musik apa yang ingin mereka mainkan.
- Pelatih meminta seluruh peserta untuk menempati posisi pada alat musik yang ingin mereka coba mainkan. Peserta kemudian diminta untuk memainkan lagu ‘kicir-kicir’ secara bersamaan dengan menggunakan alat musik yang sudah mereka pilih.
- Setelah semua selesai mencoba, pelatih meminta peserta untuk kembali duduk secara melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Pertemuan 3

Tujuan. :

1. Peserta mengetahui jenis-jenis alat musik gambang kromong dan cara memainkannya.
2. Peserta mengetahui teknik dasar memainkan alat musik gambang kromong

Durasi : 120 menit.

Peralatan : 1 set alat musik gambang kromong, papan tulis, spidol.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih meminta peserta untuk duduk membentuk setengah lingkaran dan menghadap papan tulis. Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Sebelum memulai latihan, pelatih mereview pemahaman peserta pada pertemuan 1 dan 2. “apa itu instrumen?”, “apa saja nama-nama alat musik pada gambang kromong?” [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].

- Pelatih menjelaskan bahwa gambang adalah alat penting didalam gambang kromong, alat musik lain hanya pemanis/peramai gambang kromong. Pelatih menjelaskan gambang kromong bisa mengiringi tarian, palang pintu, dan iringan lawakan. Pelatih mencontohkan teknik memainkan gambang kromong ketika mengiringi tarian, palang pintu, dan iringan lawakan.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih kemudian meminta peserta untuk mencoba memainkan lagu ‘kicir-kicir’ seperti pada latihan sebelumnya (sesuai dengan alat musik yang ingin mereka mainkan). Pelatih mengamati dan memberikan masukan kepada peserta selama mereka memainkan lagu ‘kicir-kicir’.
- Setelah semua selesai mencoba, pelatih meminta peserta untuk kembali duduk secara melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih kemudian meminta peserta untuk menempati kembali alat musik yang ingin mereka mainkan. Pelatih memberikan not lagu ‘sirih kuning’ di papan tulis. Peserta kemudian diminta untuk mencoba berlatih memainkan lagu ‘sirih kuning’. Pelatih mengamati dan memberikan masukan kepada peserta selama mereka memainkan lagu ‘sirih kuning’.
- Setelah semua selesai mencoba, pelatih meminta peserta untuk kembali duduk secara melingkar. Pelatih menjelaskan jika ada adegan yang lucu dalam pertunjukan Lenong, maka bisa memilih antara not ‘do’, ‘mi’, dan ‘sol’ untuk dimainkan. Pelatih juga menjelaskan, jika adegan pelakon masuk atau keluar panggung maka dapat diiringi dengan lagu yang dimulai dari khonghyang. Pelatih memberikan tips jika pada saat adegan, penonton tidak mendapatkan kelucuan, maka pemain gambang kromong dapat tetap memainkan gendang dengan not ‘do’, ‘mi’, atau ‘sol’ agar tidak terlalu sunyi. Pelatih menjelaskan jika pada saat di panggung, “sol, mi, sol” harus tetap dimainkan meskipun ada yang tidak mengetahui not lagu.
- Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

Jika ada peserta yang masih mengalami kebingungan dengan nada, maka pelatih perlu memberikan contoh dengan praktik langsung memainkan alat musik.

Pertemuan 16

Tujuan : Peserta mendapatkan gambaran mengenai pertunjukan yang akan mereka lakukan.

Durasi : 60 menit.

Peralatan : 1 set alat musik gambang kromong, papan tulis, spidol.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menanyakan kepada peserta, pada bagian atau adegan apa saja yang perlu diiringi oleh gambang kromong. Pelatih menanyakan apakah semua peserta masih mengingat alat musik apa saja yang ada dalam gambang kromong. Pelatih menjelaskan fungsi dari masing-masing alat tersebut di dalam pertunjukan yang akan mereka lakukan. Pelatih menjelaskan bahwa 2 alat musik yang penting di dalam pertunjukan yang akan dilakukan adalah gendang dan kongahyan. Pelatih mengingatkan agar wirama, wiraga, dan wirasa harus seirama untuk mengiringi tarian.
- Pelatih dan peserta berdiskusi mengenai tata letak posisi gambang kromong pada saat pertunjukan.
- Pelatih mengajarkan lagu-lagu yang akan dimainkan dalam pertunjukan.
- Pelatih meminta peserta duduk di depan alat musik yang ingin mereka mainkan pada saat pertunjukan. Peserta diminta untuk memainkan lagu-lagu yang akan digunakan dalam pertunjukan. Latihan dapat dilakukan beberapa kali, hingga peserta dapat memainkan lagu yang akan digunakan dalam pertunjukan. Pelatih dapat berkeliling untuk mengamati dan memberikan masukan kepada peserta selama peserta memainkan lagu tersebut.
- Setelah selesai, pelatih mengumpulkan pemain dan meminta mereka duduk melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Pertemuan 17

Tujuan : Peserta dapat memainkan lagu-lagu yang akan digunakan dalam pertunjukan.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : 1 set alat musik gambang kromong, papan tulis, spidol.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Peserta diminta untuk menyusun alat musik gambang kromong sesuai setting yang nanti akan digunakan pada saat pertunjukan. Pelatih menekankan bahwa tata letak alat musik gambang kromong perlu memperhatikan posisi duduk penonton, artinya pemain gambang kromong menghadap kepada penonton.
- Peserta diminta untuk menghafal posisi duduk mereka, karena posisi tersebut yang akan digunakan pada saat pertunjukan.
- Sebelum memulai latihan memainkan gambang kromong, pelatih kembali mengingatkan peserta mengenai not-not dalam lagu yang akan dimainkan dalam pertunjukan.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap penjelasan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- [Jika diperlukan] Pelatih dapat memainkan kembali lagu yang akan dimainkan dalam pertunjukan sambil menyanyikan not pada lagu tersebut.
- Setelah itu peserta diminta untuk memainkan lagu-lagu yang akan dimainkan dalam pertunjukan. Pelatih dapat berkeliling untuk mengamati dan memberikan masukan kepada peserta selama peserta memainkan lagu tersebut.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Setelah itu peserta diminta untuk memainkan 1 lagu yang akan dimainkan dalam pertunjukan. Pelatih dapat berkeliling untuk mengamati dan memberikan masukan kepada peserta selama peserta memainkan lagu tersebut.
- Peserta kemudian diminta untuk berlatih lagu-lagu yang akan dimainkan dalam pertunjukan kembali sebanyak 3 kali.
- Setelah selesai semua, pelatih mengumpulkan pemain dan meminta mereka duduk melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.

- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Pelatih dapat mengajarkan improvisasi pada saat memainkan lagu-lagu yang dilatih.
- Pelatih mengingatkan kepada pemain gendang untuk memastikan semua pemain siap terlebih dahulu baru mulai memukul gendang. Cukup dengan memberikan kode tanpa suara dan posisi semua pemain harus hening.

Pertemuan 18

Tujuan : Peserta dapat memainkan lagu-lagu yang akan digunakan dalam pertunjukan.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : 1 set alat musik gambang kromong, papan tulis, spidol.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini. Pelatih menjelaskan bahwa pada latihan hari ini, peserta akan berlatih lagu yang akan digunakan untuk mengiringi penari. Sehingga dalam memainkan lagu tersebut, harus mengikuti gerakan para penari.
- Pelatih menjelaskan bahwa pada bagian intro, musik gambang dan kromong harus lebih aktif dimainkan. Pada intro terdapat not 5-5-5 yang harus dimainkan secara bersama-sama.
- Pelatih memberikan contoh memainkan intro dengan menggunakan gendang dan gambang.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].

- Pelatih meminta peserta untuk mulai mencoba memainkan lagu yang digunakan untuk mengiringi tarian. Pelatih dapat berkeliling untuk mengamati dan memberikan masukan kepada peserta selama peserta memainkan lagu tersebut.
- Pelatih menekankan bahwa pemain gendang adalah 'kapten'. Kapten berperan untuk memastikan semua pemusik sudah lengkap dan siap untuk memainkan alat musiknya masing-masing. Seluruh pemusik harus mengikuti instruksi dari kapten.
- Peserta diminta untuk berlatih memainkan lagu pengiring tarian lagi hingga lancar. Pelatih dapat berkeliling untuk mengamati dan memberikan masukan kepada peserta selama peserta memainkan lagu tersebut.
- Peserta dapat beristirahat selama 10 menit sebelum lanjut latihan dengan lagu berikutnya.
- Setelah lancar, pemain diminta untuk berlatih memainkan lagu-lagu yang akan dimainkan dalam pertunjukan secara berulang-ulang hingga lancar. Pelatih dapat berkeliling untuk mengamati dan memberikan masukan kepada peserta selama peserta memainkan lagu tersebut'.
- Setelah selesai semua, pelatih mengumpulkan pemain dan meminta mereka duduk melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Jika ada peserta yang masih salah dalam memainkan alat musik, maka pelatih dapat memberikan contoh memainkan alat musik tersebut.

Pertemuan 19

Tujuan : Peserta dapat memainkan lagu-lagu yang akan digunakan dalam pertunjukan.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : 1 set alat musik gambang kromong, papan tulis, spidol.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.

- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Peserta diminta untuk berlatih memainkan lagu-lagu yang akan dimainkan dalam pertunjukan lagi hingga lancar. Pelatih dapat berkeliling untuk mengamati dan memberikan masukan kepada peserta selama peserta memainkan lagu tersebut.
- Pelatih kemudian menawarkan kepada peserta, lagu apa yang masih ingin mereka latih.
- Peserta kemudian berlatih memainkan lagu yang masih belum lancar mereka mainkan. Pelatih dapat berkeliling untuk mengamati dan memberikan masukan kepada peserta selama peserta memainkan lagu tersebut.
- Peserta dapat beristirahat selama 10 menit sebelum lanjut latihan dengan lagu berikutnya.
- Peserta diminta untuk coba memainkan lagu mellow dengan satu ketukan di setiap akhir lagu.
- Pelatih kemudian menawarkan kepada peserta, lagu apa yang masih ingin mereka latih.
- Peserta kemudian berlatih memainkan lagu yang masih belum lancar mereka mainkan. Pelatih dapat berkeliling untuk mengamati dan memberikan masukan kepada peserta selama peserta memainkan lagu tersebut.
- Setelah selesai semua, pelatih mengumpulkan pemain dan meminta mereka duduk melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Pelatih perlu mengingatkan peserta agar tidak salah ketukan, karena akan mempengaruhi performer yang lain, misalnya penari.
- Pelatih perlu mengingatkan bahwa jika terjadi kesalahan pada 1 pemusik, maka pemusik yang lainnya bisa ikut salah juga. Pelatih memberikan tips agar ketika memainkan alat musik sambil dirasakan irama dan musiknya.

Pertemuan 20

Tujuan : Peserta dapat memainkan lagu-lagu yang akan digunakan dalam pertunjukan.
Durasi : 120 menit.
Peralatan : 1 set alat musik gambang kromong, papan tulis, spidol.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Peserta diminta untuk berlatih memainkan semua lagu yang akan dimainkan dalam pertunjukan lagi hingga lancar. Pelatih dapat berkeliling untuk mengamati dan memberikan masukan kepada peserta selama peserta memainkan lagu tersebut.
- Peserta dapat beristirahat selama 10 menit sebelum lanjut latihan dengan lagu berikutnya.
- Peserta diminta untuk berlatih memainkan lagu yang akan dimainkan untuk mengiringi tarian hingga lancar. Pelatih dapat berkeliling untuk mengamati dan memberikan masukan kepada peserta selama peserta memainkan lagu tersebut.
- Setelah selesai semua, pelatih mengumpulkan pemain dan meminta mereka duduk melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Pelatih perlu mengingatkan peserta agar tidak salah ketukan, karena akan mempengaruhi performer yang lain, misalnya penari.
- Pelatih perlu mengingatkan bahwa jika terjadi kesalahan pada 1 pemusik, maka pemusik yang lainnya bisa ikut salah juga. Pelatih memberikan tips agar ketika memainkan alat musik sambil dirasakan irama dan musiknya.

Pantun

Narasumber: H. Zahrudin Ali Al Batawi (Sanggar Purnama)

Pertemuan 4

Tujuan. :

1. Peserta memahami tentang pakem-pakem dalam pantun.
2. Peserta mampu membuat pantun.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : contoh pantun sejumlah peserta.

Langkah-langkah:

- Pelatih meminta peserta untuk duduk berbentuk lingkaran dan meminta setiap peserta untuk memperkenalkan diri mereka. Perkenalan bisa dengan menggunakan permainan sederhana. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih meminta peserta untuk duduk membentuk setengah lingkaran. Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini. Sebelum memulai kegiatan, pelatih membagikan satu pantun kepada semua peserta.
- Pelatih menjelaskan mengenai pakem pantun, "*Pakem pantun terdiri dari 4 baris. Baris 1 dan 2, merupakan sampiran, baris 3 dan baris ke 4 merupakan isi. 2 baris itu bukan pantun namun namanya "karminah".*" Pelatih menjelaskan bahwa Pantun merupakan ungkapan hati dalam bentuk karya sastra. Pelatih menekankan bahwa dalam pantun Betawi, perlu memperhatikan makna dari pantun yang disampaikan bukan hanya memperhatikan intonasi yang sama.
- Pelatih memberi contoh membuat pantun secara spontan.
- Pelatih meminta peserta untuk membuat pantun. [Pelatih memberikan waktu kepada peserta untuk membuat pantun]. Setelah semua peserta selesai membuat pantun, pelatih meminta 1-2 anak secara sukarela membacakan pantun yang sudah mereka buat.
- Pelatih memberikan apresiasi kepada peserta yang sudah bersedia membacakan pantun yang sudah mereka buat.
- Pelatih menekankan bahwa membuat pantun adalah menciptakan seni, bukan sekedar berasal dari teori. Dalam menyampaikan pantun, perlu memperhatikan intonasi, penjiwaan, dan ekspresi.
- Pelatih memberikan contoh 2-3 pantun (misalnya pantun nasehat, agama, dll). Pelatih menjelaskan mengenai jenis-jenis pantun.

- Pelatih meminta peserta untuk membuat pantun 4 baris, dengan jenis pantun apapun. Peserta dapat membuat pantun secara individu atau bersama-sama dengan temannya. Sambil peserta membuat pantun, pelatih dapat menjelaskan bahwa dalam pantun sebaiknya tidak menuliskan nama orang karena takut orang tersebut tidak terima namanya dicatut. Pelatih menjelaskan bahwa ketika menulis pantun, sebaiknya membuat isinya terlebih dahulu baru setelahnya membuat sampirannya.
- Setelah selesai, para peserta diminta untuk saling membaca dan memberikan masukan kepada pantun yang sudah dibuat oleh peserta yang lain. Setelah itu, peserta diminta untuk membaca pantun yang sudah dibuat, lalu pelatih memberikan masukan terhadap pantun yang dibuat oleh peserta.
- Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan tugas kepada peserta untuk mencoba membuat pantun di rumah masing-masing dan mengirimkan tugas tersebut kepada pelatih sebelum pertemuan berikutnya.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Pertemuan 5

Tujuan : Peserta mampu membuat pantun.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : Tidak ada

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini. Sebelum memulai latihan, pelatih bertanya apakah ada yang ingin ditanyakan atau didiskusikan oleh peserta terkait dengan pantun dan pengalaman mereka membuat pantun di rumah masing-masing. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].

- Pelatih memberikan masukan terhadap pantun yang sudah dibuat dan dikirimkan oleh peserta kepada pelatih.
- Pelatih meminta peserta untuk membuat pantun berdasarkan masukan-masukan yang sudah diberikan oleh pelatih. Setelah selesai, pelatih meminta sukarelawan untuk membacakan pantun mereka.
- Pelatih memberikan apresiasi kepada peserta yang sudah membacakan pantun mereka. Pelatih meminta peserta yang lain memberikan masukan terhadap pantun yang dibacakan oleh peserta lain. Pelatih juga memberikan masukan terhadap pantun yang sudah dibuat oleh peserta. Pelatih memberikan penjelasan bahwa membuat pantun harus sesingkat mungkin.
- Pelatih meminta peserta untuk membuat pantun kembali dan masing-masing peserta saling memberikan masukan kepada peserta yang lain.
- Setelah selesai, pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan tugas kepada peserta untuk mencoba membuat pantun di rumah masing-masing dan mengirimkan tugas tersebut kepada pelatih sebelum pertemuan berikutnya.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Pertemuan 6

Tujuan :

1. Peserta memahami tentang pakem-pakem dalam pantun.
2. Peserta mampu membuat pantun.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : contoh beberapa pantun dengan beberapa topik.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Pelatih memberikan masukan terhadap pantun yang sudah dibuat dan dikirimkan oleh peserta kepada pelatih.

- Pelatih menjelaskan bahwa tingkat kesulitan membuat pantun adalah bagaimana cara membuat pantun dengan pakem yang benar dan tujuan yang jelas, yang terpenting dalam belajar pantun adalah membiasakan diri membuat pantun.
- Pelatih memberikan contoh pantun yang benar dan salah, seperti membuat pantun dengan isi nama produk tidak diperbolehkan. Pelatih mengingatkan bahwa dalam membuat pantun, peserta harus mengetahui apa isi yang ingin dibuat, baru setelah itu membuat sampiran. Pelatih menjelaskan pentingnya terus berlatih membuat pantun agar membantu membuat pantun yang saling berkaitan.
- Peserta diminta untuk membuat pantun. Jika mengalami kesulitan, peserta dapat melihat contoh pantun yang diberikan oleh pelatih. Masing-masing peserta dapat saling memberikan masukan kepada pantun yang dibuat oleh peserta lain. Pelatih memberikan masukan kepada peserta secara perorangan.
- Pelatih meminta peserta untuk membuat pantun mengenai topik lingkungan, dari apa yang mereka lihat di sekitar tempat latihan.
- Setiap peserta diminta untuk membacakan pantun yang sudah mereka buat. Pelatih memberikan apresiasi kepada semua peserta dan memberikan komentar terhadap pantun yang sudah dibuat oleh peserta.
- Setelah selesai, pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Maen Pukul

Narasumber:

1. Achmad Sauggi (Sanggar Si Khodrat)
2. Saiful Bahri (Perguruan Pencak Silat Deprok)
3. Jaenur (Perguruan Pencak Silat Deprok)

Video gerakan maen pukul yang digunakan dalam latihan ini, dapat dilihat pada:



Pertemuan 7

Tujuan. :

1. Peserta mengetahui dan memahami pakem dari maen pukul.
2. Peserta memahami dan mampu melakukan jurus-jurus dasar dalam maen pukul.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : tidak ada.

Langkah-langkah:

- Pelatih meminta peserta untuk duduk berbentuk lingkaran dan meminta setiap peserta untuk memperkenalkan diri mereka. Perkenalan bisa dengan menggunakan permainan sederhana. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Sebelum memulai latihan, pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini. Pelatih menjelaskan bahwa peserta akan diajarkan gerakan dasar silat cingkrak.
- Pelatih menjelaskan mengenai maen pukul. Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap penjelasan yang diberikan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta peserta untuk membentuk 3 barisan (jumlah barisan dapat disesuaikan dengan jumlah peserta yang hadir).

- Pelatih meminta peserta untuk melakukan pemanasan, dimulai dari kuda-kuda kaki dan tangan ke atas, ke bawah, ke depan, ke belakang, dengan hitungan 1x8. Kemudian pemanasan dilanjutkan dengan tangan kanan dan kiri lurus ke depan dengan posisi kaki ditekuk, dengan hitungan 1x8. Selanjutnya, kaki kanan diangkat ke depan dengan hitungan 1x8, dan dilanjutkan dengan kaki kiri dengan hitungan 1x8. Lalu peserta diminta untuk melakukan kuda-kuda, dimulai dari kaki kanan ke depan, kemudian menarik badan ke belakang, dengan hitungan 1x8. Pada saat hitungan ke 8, peserta diminta untuk menahan badannya kemudian badan ditarik ke belakang, setelah itu ditahan sampai hitungan ke-5. Begitu sebaliknya dengan kaki kiri.
- Pelatih memberikan contoh gerakan pukulan, sikut, tangkap, tangkis, tendangan, tendangan silang. Setiap kali pelatih menunjukkan satu gerakan, pelatih meminta peserta untuk menirukannya. Ketika peserta meniru gerakan, pelatih berkeliling memperhatikan gerakan peserta dan memperbaiki gerakan peserta jika ada yang salah. Pelatih meminta peserta mengulangi gerakan sambil mengikuti aba-aba dari pelatih.
- Setelah itu, pelatih mempersilahkan para peserta untuk beristirahat selama 10 menit.
- Setelah selesai istirahat, pelatih meminta peserta membentuk lingkaran. Pelatih mengajarkan gerakan baru sambil memberikan contoh. Dimulai dari tangkisan, lalu kaki kanan maju ke depan, lalu tangan kiri menjadi tangkolan (siliwa) dan tangan kanan sejajar dengan dada, lalu tangan kanan menjadi tangkisan, tangan kiri di dada, lalu berubah menjadi gerakan tangan kiri sejajar di dada, gerakan berubah menjadi tangkisan silang, lalu gerakan tangkapan. Pelatih mengulangi gerakan dan meminta peserta untuk mengikuti gerakan pelatih.
- Pelatih meminta peserta untuk mengulangi gerakan tersebut sendiri. Pelatih berkeliling sambil melihat gerakan peserta. Jika ada peserta yang masih salah melakukan gerakan, pelatih memperbaiki.
- Setelah itu, peserta diminta untuk mengulang semua gerakan yang sudah diajarkan. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih menjelaskan gerakan kunci jika tangan terpelintir, yaitu cara melepas tangan terpelintir dengan badan lawan dibalik berlawanan dengan tangan.
- Pelatih mempersilahkan peserta untuk istirahat selama 10 menit.
- Setelah istirahat, peserta diminta untuk duduk melingkar. Pelatih menjelaskan bahwa maen pukul adalah seni bela diri untuk menjaga diri dan sesama, bukan untuk berkelahi. Pelatih mengingatkan pada setiap gerakan harus kuat dan jangan lembek.
- Setelah selesai, pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih meminta peserta untuk berlatih mandiri di rumah dan merekamnya. Pelatih meminta rekaman tersebut dikirimkan kepada pelatih sebelum pertemuan berikutnya.

- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Gerakan Dasar Maen Pukul



Gerakan Dasar Maen Pukul



Gerakan Dasar Maen Pukul



Catatan penting:

- Pelatih memberikan contoh setiap gerakan.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya di tengah-tengah proses mereka praktik.

Pertemuan 8

Tujuan : Peserta dapat melakukan jurus-jurus dalam maen pukul.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : tidak ada.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Setelah itu, pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Pelatih memberikan masukan terhadap video gerakan yang sudah dikirimkan oleh para peserta.
- Pelatih meminta peserta untuk berbaris menjadi 3 barisan (disesuaikan dengan jumlah peserta). Pelatih meminta peserta untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu dengan mengikuti contoh gerakan yang dilakukan oleh pelatih. Pemanasan dapat dilakukan sesuai dengan gerakan pada pertemuan sebelumnya.
- Pelatih memberikan instruksi “*pasang!*”, peserta bersiap memulai jurus yang pertama, tangan kanan di depan dengan posisi telapak tangan mengepal dan kaki kanan di depan. Lalu tangan kiri ke depan dengan posisi telapak tangan terbuka, lalu jurus tangkisan, lalu jurus selanjutnya tangkisan bawah, kemudian jurus tangkap dengan posisi tangan sejajar di dada. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih memberikan instruksi ulang jurus yang pertama “*jurus satu*”. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Setelah itu, pelatih memberikan instruksi “*jurus kedua, tangkis pukul, siliwa tangan kiri*”. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih mengingatkan peserta, “*harus hafal dan inget 1 2 3, tarik, sikut, tangkap, tangkis, tangkis silang, balik pasang seperti semula*”.
- Pelatih meminta peserta untuk mengikuti aba-aba yang diberikan. Pelatih memberikan aba aba “*pasang*”, lalu peserta memulai gerakan sikut, tangkap, tangkis, tangkis silang. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih memberikan instruksi “*siliwa tangan kiri*”. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih memberikan instruksi “*siap, jurus 1, satu dua tiga*”. Ketika pelatih memberikan aba-aba tersebut, peserta memulai kembali gerakan seperti awal. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih memberikan kesempatan peserta untuk istirahat selama 10 menit.

- Setelah selesai istirahat, pelatih memberikan contoh gerakan dengan salah satu peserta, untuk menunjukkan jurus berpasangan agar lebih jelas
- Pelatih menayakan kepada peserta *“ayo barbaris, kita sudah dapet 2 jurus kalo ditambah 2 jurus lagi sanggup ga?”*. Kemudian pelatih menjelaskan *“kalau sudah hafal baru kita naik 2 jurus lagi, kalau sudah hafal nanti bisa berpasang-pasangan.”*
- Kemudian pelatih memberikan instruksi *“ulang jurus 1 dan 2”*. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih mengajarkan jurus ketiga, *“sekarang kite terusin yang ketiga maju kaki kanan lalu bacokan siliwa tangan kiri selanjutnya tangkis mundur (silang) kaki kiri didepan kaki kanan dibelakang lalu tangkap tangan kiri sikut!”*. Pelatih memperagakan jurus ketiga dan meminta peserta untuk mengikuti gerakan pelatih. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih memberikan instruksi *“maju tangkis, bacok, siliwa tangan kiri, tangkis mundur (tangkis silang), kaki kanan ke samping, siliwa tangan kiri, tangkep, balikin sikut tangan kanan, lalu bacokan tangan kanan, siliwa tangan kiri, turun, tangan kanan tarik, gedor, angkat kaki kanan, tangan kiri di depan, lalu tangan kanan di atas, kepala tangan kiri nangkep di bawah, buang, tarik tangan kiri dan kanan geprak.”* Pelatih memperagakan jurus ketiga dan meminta peserta untuk mengikuti gerakan pelatih. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih memberikan kesempatan peserta untuk istirahat selama 10 menit.
- Setelah selesai istirahat, peserta diminta untuk mengulangi gerakan ketiga beberapa kali. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Setelah selesai, pelatih meminta peserta untuk duduk melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih meminta peserta untuk berlatih mandiri di rumah dan merekamnya. Pelatih meminta rekaman tersebut dikirimkan kepada pelatih sebelum pertemuan berikutnya.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Pelatih memberikan contoh setiap gerakan.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya di tengah-tengah proses mereka praktik.

Pertemuan 9

Tujuan : Peserta dapat melakukan jurus-jurus dalam maen pukul.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : tidak ada.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Setelah itu, pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Pelatih memberikan masukan terhadap video gerakan yang sudah dikirimkan oleh para peserta.
- Pelatih meminta peserta untuk berbaris menjadi 3 barisan (disesuaikan dengan jumlah peserta). Pelatih meminta peserta untuk berbaris menjadi 3 barisan (disesuaikan dengan jumlah peserta). Pelatih meminta peserta untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu dengan mengikuti contoh gerakan yang dilakukan oleh pelatih. Pemanasan dapat dilakukan sesuai dengan gerakan pada pertemuan sebelumnya.
- Pelatih membuat gerakan tangkisan tendangan depan lalu kaki menyilang. Pelatih meminta peserta untuk mengikuti gerakan tersebut. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih memberikan gerakan secara berulang, mulai dari jurus tangkisan, tangkapan, dan kuda-kuda. Pelatih meminta peserta untuk mengikuti gerakan tersebut. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih memberikan gerakan tangkisan ulang *“tangan ganti posisi, gebrakan, sikut, lalu tangkap tangan kiri, di bawah tangan kanan, di atas tangkep tangkisan, tendang, kaki kiri di atas, taroh di bawah, lalu kaki diputar, badan mengikuti, telapak kaki agak dijinjit”*. Pelatih menjelaskan bahwa gerakan tangkisan ulang bukan sekedar gerakan, tapi bisa dipergunakan jika peserta merasa terancam. Pelatih meminta peserta untuk mengikuti gerakan tersebut. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta melakukan gerakan, *“tangan di pinggang 1,2,3 pukul ke depan, tangan kiri gedor, tangan kanan ditarik, sikut tangan kanan, lalu tangkep, tangan kiri tangkisan, lalu tendangan kaki menyilang”*. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk istirahat selama 10 menit.

- Setelah beristirahat, pelatih meminta 2 orang peserta untuk menunjukkan jurus 1, 2, dan 3 di depan teman-temannya. Pelatih memperbaiki jika ada gerakan peserta yang salah. Kemudian pelatih meminta 2 orang peserta lain untuk menunjukkan jurus 1, 2, dan 3 di depan peserta yang lain. Pelatih memperbaiki jika ada gerakan peserta yang salah. Demikian seterusnya sampai semua peserta mendapatkan kesempatan. Pelatih memberikan apresiasi kepada peserta yang sudah maju.
- Pelatih meminta peserta untuk duduk melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih mengingatkan peserta untuk terus berlatih secara mandiri di rumah agar semakin mengasah kemampuan maen pukul mereka.
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Pelatih memberikan contoh setiap gerakan.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya di tengah-tengah proses mereka praktik.

Tari

Narasumber: Femia Ayu Azhari (Jelantika Nusantara)

Video gerakan tari yang digunakan dalam latihan ini, dapat melihat pada:



Pertemuan 10

Tujuan. : Peserta memahami dan mampu melakukan gerakan-gerakan dalam tarian lenggang.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : lagu pengiring tari “Ondel-ondel”.

Langkah-langkah:

- Pelatih meminta peserta untuk duduk berbentuk lingkaran dan meminta setiap peserta untuk memperkenalkan diri mereka. Perkenalan bisa dengan menggunakan permainan sederhana. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Sebelum memulai latihan, peserta diminta untuk membentuk 3 barisan (dapat disesuaikan dengan jumlah peserta). Peserta diminta untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu. Pelatih meminta salah satu peserta menjadi sukarelawan untuk memimpin pemanasan.
- Setelah selesai pemanasan, pelatih memberikan penjelasan mengenai tari ondel-ondel. Gerakan pada tari ondel-ondel merupakan gerakan dasar pada beberapa tarian Betawi.

- Jika terdapat peserta laki-laki, pelatih membagi tarian menjadi 2 macam. Yang pertama pelatih mempraktikan untuk ceweknya. *“Kepala menghadap ke depan, lalu digerakan ke kiri dan kanan. Kedua tangan diayunkan kedepan secara bergantian dengan jari melentik. Kedua kaki berjalan ditempat menyesuaikan tempo. Badan agak rendah dan tegak. Gerakan dilakukan dengan hitungan 4x8+4”*. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.



- Pelatih kemudian memberikan contoh lenggang versi cowok *“Kalau cowok lebih gagah. Gerakannya, kepala menghadap ke depan, lalu digerakan ke kiri dan kanan. Kedua tangan diayun kedepan secara bergantian dengan jari mengepal. Kedua kaki berjalan ditempat menyesuaikan tempo. Badan tegak, gagah.”* Pelatih menginstruksikan kepada seluruh peserta untuk mengikuti gerakan lenggang sebanyak 4x8+4. Pelatih meminta peserta untuk mempraktikan gerakan seperti yang sudah dicontohkan pelatih. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.



- Selanjutnya pelatih menginstruksikan kepada peserta untuk mempraktikkan gerakan tersebut secara berpasangan. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.

- Pelatih memberikan gerakan kedua dan mempraktikkannya. *“Pada perempuan, gerakannya kepala menghadap sesuai arah jalan pertama ke kanan lalu menghadap depan. Diikuti arah jalan kiri dan menghadap depan lagi. Kedua tangan diayun kedepan secara bergantian dengan jari melentik, lalu tangan kanan lurus ke depan dengan tangan kiri di pinggang dan sebaliknya. Kaki berjalan ke arah kanan, lalu posisi titik dengan kaki kiri jinjit dan sebaliknya. Posisi badan tegak dan rendah. Gerakan dilakukan dengan hitungan 3x8+4”.*



- Selanjutnya pelatih mempraktikkan gerakan untuk laki-laki. *“Pada laki-laki, gerakannya kepala menghadap sesuai arah jalan pertama ke kanan lalu menghadap depan. Di ikuti arah jalan kiri dan menghadap depan lagi. Kedua tangan diayun kedepan secara bergantian dengan jari mengepal, lalu tangan kanan posisi menangkis dan tangan kiri di pinggang. Kaki berjalan ke arah kanan, lalu posisi titik dengan kaki kanan kedepan bertumpu pada tumit dan sebaliknya. Posisi badan tegak, gagah dan sedikit rendah. Gerakan dilakukan dengan hitungan 3x8+4”.*



- Pelatih meminta peserta untuk mempraktikkan. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta untuk mempraktikkan gerakan pertama dan kedua yang sudah diberikan secara bersama-sama, laki-laki mempraktikkan gerakan untuk laki-laki dan perempuan untuk perempuan. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Setelah itu, peserta diminta untuk mempraktikkan kedua gerakan dengan iringan musik.
- Pelatih mempersilahkan peserta untuk istirahat selama 10 menit.

- Saat peserta sudah selesai istirahat, pelatih mengajarkan gerakan ketiga. “Pada perempuan, gerakannya kepala melihat ke arah tangan yang di atas dan hadap sesuai tangan terbuka. Awalan tangan kanan lurus serong ke atas dan tangan kiri di pundak dengan jari melentik dilakukan bergantian. Lalu kedua tangan dibuka serong, jika hadap kanan, tangan kanan dibawah dan tangan kiri diatas dan dilakukan sebaliknya secara bergantian. Awalan kaki kanan melangkah ke arah kanan di ikuti dengan kaki kiri posisi titik kaki menjinjit. Dilakukan bergantian langkah kanan dan kiri. Lalu kaki kanan dibuka selebar bahu dilakukan sebaliknya dengan kaki kiri. Posisi badan tegak dan rendah. Pada saat posisi kedua tangan terbuka badan digerakan ke kanan dan kiri. Gerakan dilakukan dalam hitungan 4x8”.



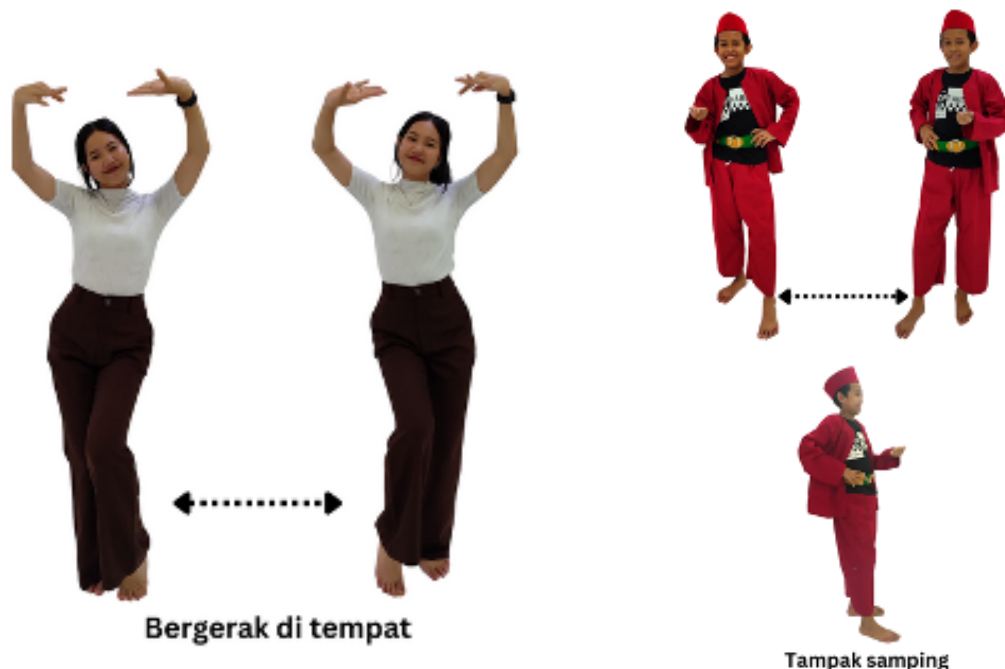
Bergerak di tempat



Beregerak di tempat

- Pelatih kemudian menjelaskan dan mempraktikkan gerakan pada laki-laki, “Gerakan pada laki-laki, kepala melihat ke arah tangan yang diatas. Awalan tangan kanan lurus serong ke atas dan tangan kiri di pundak, dilakukan bergantian. Lalu kedua tangan dibuka serong, jika hadap kanan, tangan kanan dibawah dan tangan kiri diatas dan dilakukan sebaliknya secara bergantian. Awalan kaki kanan melangkah ke arah kanan di ikuti dengan kaki kiri posisi titik 1 kaki kedepan bertumpu pada tumit. Dilakukan bergantian langkah kanan dan kiri. Lalu kaki kanan dibuka selebar bahu dilakukan sebaliknya dengan kaki kiri. Posisi badan tegak, gagah dan agak rendah. Pada saat posisi kedua tangan terbuka badan digerakan ke kanan dan kiri. Gerakan dilakukan dalam hitungan 4x8”.
- Pelatih meminta peserta untuk mempraktikkan gerakan seperti yang sudah dicontohkan pelatih. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta untuk mempraktikkan ketiga gerakan yang sudah diberikan secara bersama-sama, dengan diiringi musik. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.

- Pelatih mengajarkan gerakan keempat, baik untuk gerakan laki-laki maupun perempuan. *“Gerakan pada perempuan, kepala menghadap kanan dan kiri. Kedua tangan diangkat sejajar bahu dan pergelangan tangan diayun ke arah depan secara bergantian kanan dan kiri. Kaki berbentuk huruf “V” dengan kaki jinjit ke depan dilakukan secara bergantian kanan dan kiri. Badan tegak dan rendah dan berputar ke arah kanan. Gerakan dilakukan dengan hitungan 4x8”*. Pelatih menjelaskan dan memberikan contoh gerakan untuk laki-laki, *“Gerakan pada laki-laki, kepala menghadap kanan dan kiri. Tangan kanan posisi menangkis kedepan dengan tangan kiri di pinggang, dilakukan secara bergantian kanan dan kiri. Kaki berbentuk huruf “V” dengan kaki kedepan bertumpu pada tumit, dilakukan secara bergantian kanan dan kiri. Badan tegak, gagah dan agak rendah, lalu berputar ke arah kanan. Gerakan dilakukan dengan hitungan 4x8”*. Pelatih meminta peserta untuk mempraktikkan gerakan seperti yang sudah dicontohkan pelatih. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.



- Pelatih meminta peserta untuk mempraktikkan gerakan 1 hingga 4 secara bersama-sama, dengan diiringi musik. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta untuk duduk melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih meminta peserta untuk berlatih mandiri di rumah masing-masing dan merekamnya. Pelatih meminta peserta untuk mengirimkan rekaman tersebut kepada pelatih sebelum latihan berikutnya.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Pelatih memberikan contoh setiap gerakan.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya di tengah-tengah proses mereka praktik.
- Gerakan dengan diiringi musik akan membuat gerakan harus dilakukan dengan tempo yang lebih cepat, jika peserta mengalami kesulitan maka latihan bisa dilakukan dengan gerakan yang lebih lambat.

Pertemuan 11

Tujuan. : Peserta memahami dan mampu melakukan gerakan-gerakan dalam tarian lenggang.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : lagu pengiring tari “Ondel-ondel”.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Pelatih memberikan masukan terhadap video yang sudah dikirimkan oleh peserta.
- Sebelum memulai latihan, peserta diminta untuk membentuk 3 barisan (dapat disesuaikan dengan jumlah peserta). Peserta diminta untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu. Pelatih meminta salah satu peserta menjadi sukarelawan untuk memimpin pemanasan.
- Pelatih mengajak peserta untuk mengulangi gerakan yang sudah diajarkan pada pertemuan sebelumnya. Latihan dilakukan tanpa menggunakan musik pengiring. Selama latihan, pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Latihan selanjutnya dilakukan dengan menggunakan musik pengiring. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih mengingatkan kepada peserta untuk tersenyum selama menari.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk istirahat selama 10 menit.

- Setelah selesai istirahat, pelatih mengajarkan gerakan ke-5. Pelatih menjelaskan pada gerakan ke-5 tidak ada perbedaan gerakan antara perempuan dan laki-laki. *“Gerakan kelima, kepala menunduk lalu menghadap ke depan. Kedua tangan mengepal didepan dada, lalu dibuka serong kanan, dengan tangan kanan serong bawah dan kiri serong atas. Kaki ditekuk kebawah sampai posisi jongkok, lalu berdiri dengan kaki kanan membuka serong. Badan jongkok, lalu berdiri tegak dan agak rendah. Gerakan dilakukan dalam hitungan 4x1”*. Pelatih meminta peserta untuk mempraktikkan gerakan seperti yang sudah dicontohkan pelatih. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.



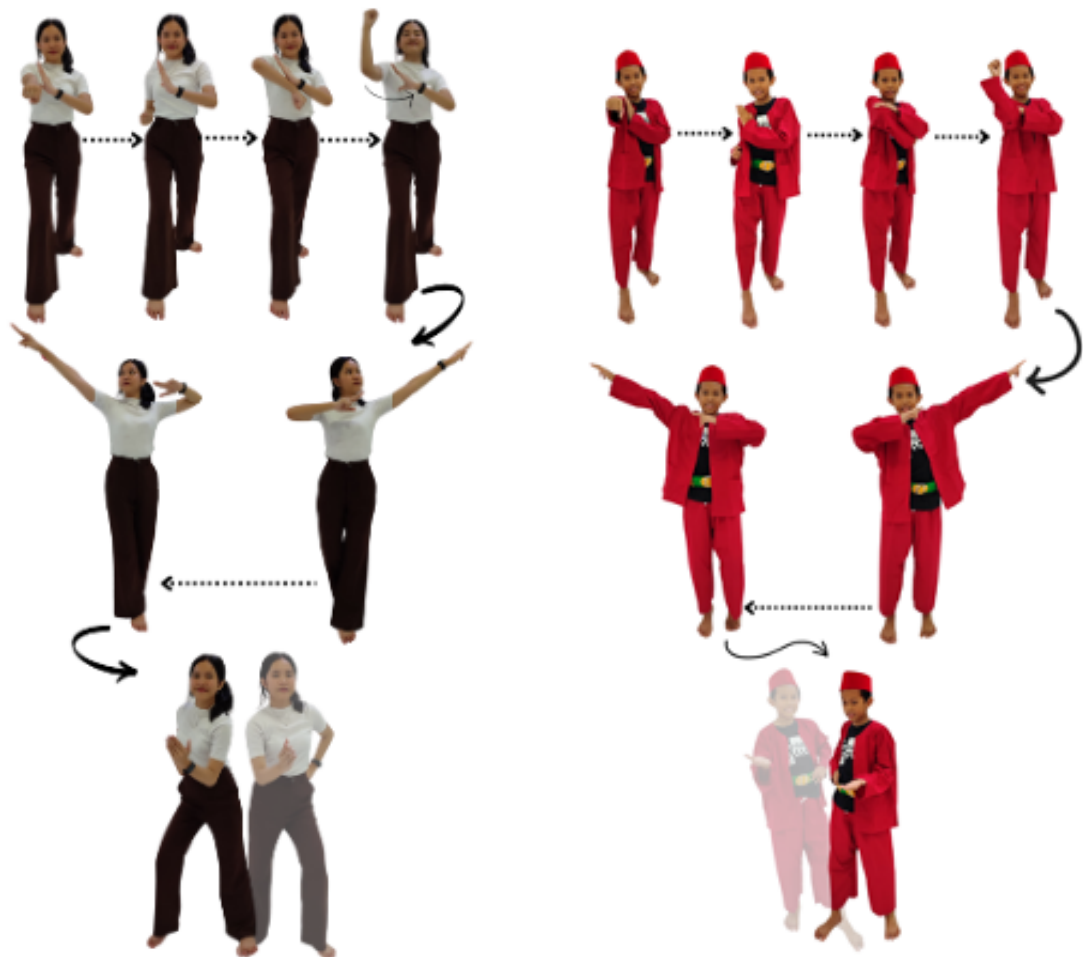
- Pelatih meminta peserta untuk menari semua gerakan hingga gerakan ke-5. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.

- Kemudian pelatih menambah gerakan ke-6. Pelatih menjelaskan bahwa pada gerakan ke-6, ada perbedaan antara perempuan dan laki-laki. *“Pada perempuan, gerakan keenam adalah kepala menghadap kanan, kiri dan ke depan. Kedua tangan diluruskan kesamping sejajar bahu, dilanjut dengan tangan kanan diayunkan kebawah menuju kearah tangan kiri dan dilakukan sebaliknya dengan jari melentik. Kedua kaki terbuka selebar bahu, lalu kaki kanan melangkah titik mendekat ke kaki kiri dan dilakukan sebaliknya. Badan tegak dan rendah menghadap ke kiri dan kanan. Gerakan dilakukan dalam hitungan 3x8”*. Pelatih menjelaskan gerakan pada laki-laki, *“untuk laki-laki, gerakannya adalah kepala menghadap kanan, kiri dan ke depan. Kedua tangan diluruskan kesamping sejajar bahu, dilanjut dengan tangan kanan diayunkan kebawah menuju kearah tangan kiri dan dilakukan sebaliknya. Kedua kaki terbuka selebar bahu, lalu kaki kanan melangkah titik mendekat ke kaki kiri dan dilakukan sebaliknya. Badan tegak dan rendah menghadap ke kiri dan kanan. Gerakan dilakukan dalam hitungan 3x8”*.



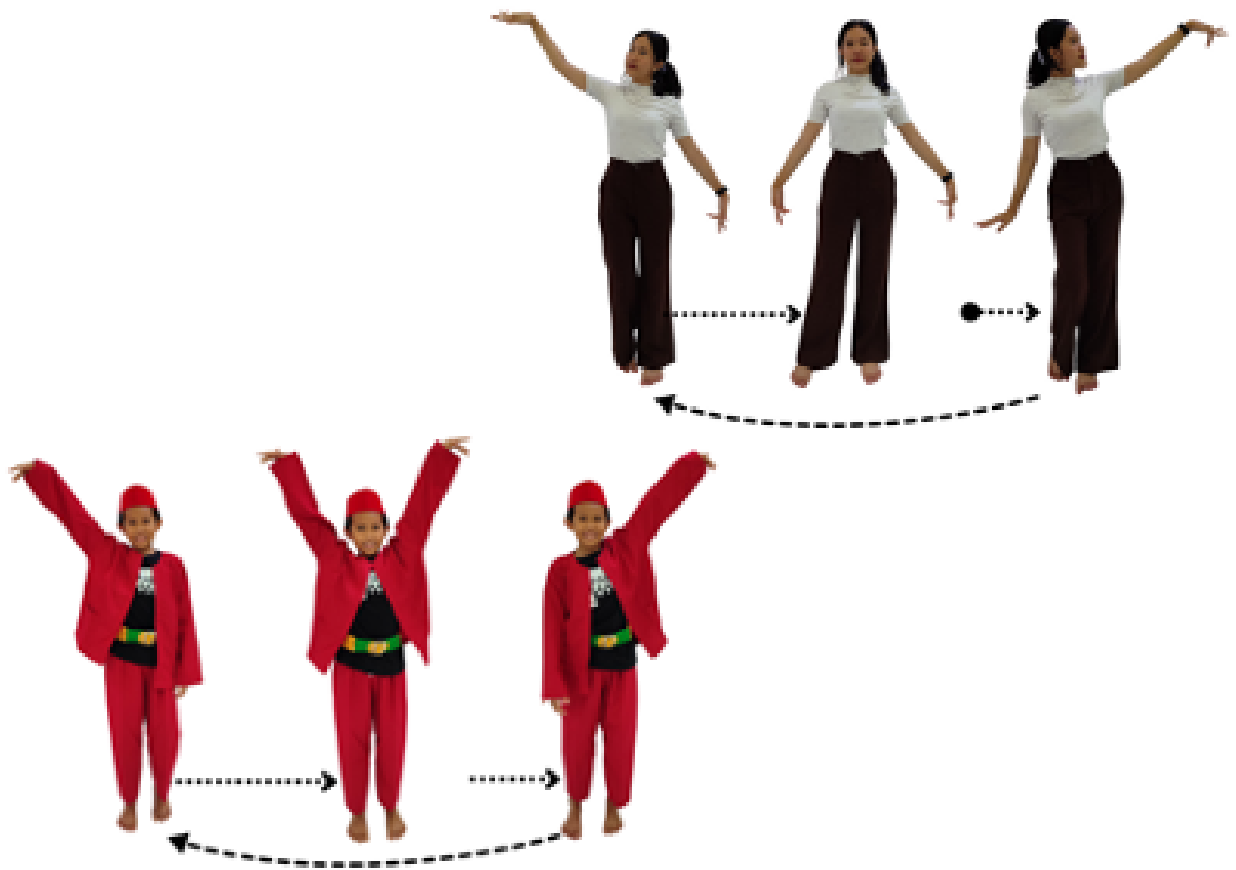
- Pelatih meminta peserta untuk mempraktikkan gerakan seperti yang sudah dicontohkan pelatih. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta untuk menari semua gerakan hingga gerakan ke-6. Pelatih meminta peserta mengulang kembali semua gerakan sebanyak 2x. Selama latihan, pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta untuk mengulangi semua gerakan, hingga gerakan ke-6 dengan diiringi musik. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk istirahat selama 10 menit.

- Setelah latihan, pelatih menambah gerakan ke-7. Pelatih menjelaskan pada gerakan ke-7 tidak ada perbedaan antara perempuan dan laki-laki. “Gerakannya adalah kepala menghadap ke arah depan. Tangan kanan mengepal kedepan, tangan kiri ditekuk depan dada, lalu tangan kanan ditarik ke belakang sejajar badan dengan posisi dibalik, lalu siku tangan kanan ditepakan ke telapak tangan kiri, lalu tangan kanan mengepal dan menangkis, lalu tangan kanan dengan 2 jari rapat kearah serong kanan atas tangan kiri ditekuk depan dada dengan 2 jari rapat (dilakukan bergantian), lalu menangkis dengan jari terbuka rapat dimulai dari tangan kanan lalu tangan kiri, dilanjut 3 gerakan silat awal. Kaki posisi kuda-kuda dengan kaki kanan di depan, lalu melangkah jinjit ke kanan dan kiri, dilanjut melangkah biasa kesamping kanan dan kiri dan kembali ke posisi kuda-kuda awal. Badan tegak, agak rendah dan gagah. Gerakan dilakukan dalam hitungan 1x8+3”. Pelatih meminta peserta untuk mempraktikkan gerakan seperti yang sudah dicontohkan pelatih. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.



- Pelatih meminta peserta untuk mengulangi semua gerakan, hingga gerakan ke-7 tanpa diiringi musik. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta untuk mengulangi semua gerakan, hingga gerakan ke-7 dengan diiringi musik. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.

- Pelatih menambah gerakan ke-8. Pada gerakan ke-8, terdapat perbedaan antara gerakan perempuan dan laki-laki. Pelatih menjelaskan dan memberikan contoh “Gerakan perempuan adalah kepala menghadap ke depan. Tangan kanan diayun perlahan dari bawah ke atas, di ikuti tangan kiri, lalu kedua tangan diayun dari bawah ke atas secara perlahan dan sebaliknya dari atas ke bawah dengan tangan melentik. Kaki kanan melangkah jinjit ke kanan dan kiri. Badan tegak agak dan sedikit rendah. Gerakan dilakukan dalam hitungan 4x8”. Pelatih menjelaskan dan memberikan contoh pada gerakan laki-laki, “kalau laki-laki, kepala menghadap ke depan. Tangan kanan diayun perlahan dari bawah ke atas, di ikuti tangan kiri, lalu kedua tangan diayun dari bawah ke atas secara perlahan dan sebaliknya dari atas ke bawah dengan telapak tangan menghadap ke atas. Kaki kanan melangkah jinjit ke kanan dan kiri. Badan tegak agak dan sedikit rendah. Gerakan dilakukan dalam hitungan 4x8”. Pelatih meminta peserta untuk mempraktikkan gerakan seperti yang sudah dicontohkan pelatih. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.



- Pelatih meminta peserta untuk mengulangi semua gerakan, hingga gerakan ke-8 tanpa diiringi musik. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta untuk mengulangi semua gerakan, hingga gerakan ke-8 dengan diiringi musik. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta untuk duduk melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.

- Pelatih meminta peserta untuk berlatih mandiri di rumah masing-masing dan merekamnya. Pelatih meminta peserta untuk mengirimkan rekaman tersebut kepada pelatih sebelum latihan berikutnya.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Pelatih memberikan contoh setiap gerakan.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya di tengah-tengah proses mereka praktik.
- Gerakan dengan diiringi musik akan membuat gerakan harus dilakukan dengan tempo yang lebih cepat, jika peserta mengalami kesulitan maka latihan bisa dilakukan dengan gerakan yang lebih lambat.
- Jika ada peserta baru, maka pelatih dapat meminta bantuan peserta lain untuk mengajarkan gerakan pada peserta baru.

Pertemuan 12

Tujuan. : Peserta memahami dan mampu melakukan gerakan-gerakan dalam tarian lenggang.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : lagu pengiring tari “Ondel-ondel”.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Pelatih memberikan masukan kepada peserta terhadap video yang sudah mereka kirimkan.
- Sebelum memulai latihan, peserta diminta untuk membentuk 3 barisan (dapat disesuaikan dengan jumlah peserta). Peserta diminta untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu. Pelatih meminta salah satu peserta menjadi sukarelawan untuk memimpin pemanasan.
- Pelatih mengajak peserta untuk mengulangi gerakan yang sudah diajarkan pada pertemuan sebelumnya (hingga gerakan ke-8). Latihan dilakukan dengan menggunakan musik pengiring. Selama latihan, pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.

- Pelatih menawarkan kepada peserta apakah ingin menambah gerakan atau tidak. Pelatih menjelaskan bahwa gerakan ke-9 sama dengan gerakan ke-1, tetapi dengan hitungan 4x1. Pelatih meminta peserta untuk mempraktikkan gerakan ke-9. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.



- Pelatih meminta peserta melakukan gerakan ke-9 dengan diiringi musik. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta melakukan gerakan dari gerakan pertama hingga gerakan ke-9 dengan diiringi musik. Latihan dimulai dengan peserta perempuan, dan peserta laki-laki mengamati. Setelah selesai, bergantian dengan peserta laki-laki. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih menjelaskan bahwa gerakan ke-10 sama dengan gerakan ke-2, tetapi dengan hitungan 3x8+4. Pelatih meminta peserta untuk mempraktikkan gerakan ke-10. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.



- Pelatih meminta peserta melakukan gerakan ke-9 dan 10 dengan diiringi musik sebanyak 1x. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta melakukan gerakan pertama hingga gerakan ke-10 dengan diiringi musik. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk istirahat selama 10 menit.
- Pelatih menjelaskan bahwa gerakan ke-11 sama dengan gerakan ke-3, tetapi dengan hitungan 4x8. Pelatih meminta peserta untuk mempraktikkan gerakan ke-11. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.



- Pelatih meminta peserta untuk mengulangi semua gerakan, hingga gerakan ke-11 tanpa diiringi musik. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta untuk mengulangi semua gerakan, hingga gerakan ke-11 dengan diiringi musik. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih menambahkan gerakan ke-12. Pelatih menjelaskan bahwa pada gerakan ke-12, tidak ada perbedaan antara gerakan perempuan dan laki-laki. “Gerakannya adalah kepala mengikuti arah badan. Kedua tangan berada dibawah disamping kanan dan kiri badan, lalu tangan ditekuk mengepal didepan dada dan membuka lurus ke atas. Kaki berjalan berputar ke kanan lalu titik, putar kiri lalu titik, putar kanan lalu titik, posisi jongkok dan melompat lalu berdiri. Badan tegak, lalu jongkok dan melompat. Gerakan dilakukan dalam hitungan 2x8”. Pelatih meminta peserta untuk mempraktikkan gerakan ke-12. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.





- Pelatih meminta peserta untuk mengulangi semua gerakan, hingga gerakan ke-12 tanpa diiringi musik. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta untuk mengulangi semua gerakan, hingga gerakan ke-12 dengan diiringi musik. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta untuk duduk melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih mengingatkan peserta untuk terus berlatih secara mandiri di rumah masing-masing.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.



Catatan penting:

- Pelatih memberikan contoh setiap gerakan.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya di tengah-tengah proses mereka praktik.
- Gerakan dengan diiringi musik akan membuat gerakan harus dilakukan dengan tempo yang lebih cepat, jika peserta mengalami kesulitan maka latihan bisa dilakukan dengan gerakan yang lebih lambat.
- Jika ada peserta baru, maka pelatih dapat meminta bantuan peserta lain untuk mengajarkan gerakan pada peserta baru.

Pertemuan 16

Tujuan : Peserta mampu menarikan tarian yang akan digunakan dalam pertunjukan.
Durasi : 120 menit.
Peralatan : musik pengiring tari (disesuaikan dengan tarian yang dipilih).

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Sebelum memulai latihan, peserta diminta untuk membentuk 3 barisan (dapat disesuaikan dengan jumlah peserta). Peserta diminta untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu. Pelatih meminta salah satu peserta menjadi sukarelawan untuk memimpin pemanasan.
- Pelatih mengajak peserta untuk mengulangi gerakan yang sudah diajarkan pada pertemuan sebelumnya (gerakan pertama hingga gerakan ke-12). Latihan dilakukan dengan menggunakan musik pengiring. Selama latihan, pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih menanyakan mengenai pembagian peran dalam pertunjukan lenong nantinya. Pelatih kemudian memberikan saran mengenai cara keluar masuk panggung bagi para penari.
- Pelatih berdiskusi dengan peserta mengenai tarian yang akan mereka tampilkan dan berdiskusi terkait kostum yang akan digunakan.
- Pelatih menjelaskan mengenai tari yang akan ditampilkan nantinya.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih memberikan contoh gerakan tari yang akan ditampilkan nantinya. Pelatih meminta peserta untuk mempraktikkan gerakan seperti yang sudah dicontohkan pelatih. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta untuk mengulangi gerakan tersebut, tetapi sambil diiringi oleh musik. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta untuk duduk melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih mengingatkan peserta untuk terus berlatih secara mandiri di rumah.

- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.
- Pelatih menutup kegiatan dengan doa dan meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.



Catatan penting:

- Pelatih memberikan contoh setiap gerakan.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya di tengah-tengah proses mereka praktik.
- Gerakan dengan diiringi musik akan membuat gerakan harus dilakukan dengan tempo yang lebih cepat, jika peserta mengalami kesulitan maka latihan bisa dilakukan dengan gerakan yang lebih lambat.

Pertemuan 17

Tujuan : Peserta mampu menarikan tarian yang akan digunakan dalam pertunjukan.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : musik pengiring tari (disesuaikan dengan tarian yang dipilih).

Langkah-langkah:



- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Sebelum memulai latihan, peserta diminta untuk membentuk 3 barisan (dapat disesuaikan dengan jumlah peserta). Peserta diminta untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu. Pelatih meminta salah satu peserta menjadi sukarelawan untuk memimpin pemanasan.
- Pelatih meminta peserta untuk menarikan tarian yang akan ditampilkan. Latihan dimulai tanpa iringan musik sebanyak 5x. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Latihan kemudian dilakukan dengan iringan musik sebanyak 5x. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.

- Pelatih meminta peserta untuk duduk melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih mengingatkan peserta untuk terus berlatih secara mandiri di rumah.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.
- Pelatih menutup kegiatan dengan doa dan meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.



Catatan penting:

- Pelatih memberikan contoh setiap gerakan.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya di tengah-tengah proses mereka praktik.
- Gerakan dengan diiringi musik akan membuat gerakan harus dilakukan dengan tempo yang lebih cepat, jika peserta mengalami kesulitan maka latihan bisa dilakukan dengan gerakan yang lebih lambat.

Pertemuan 18

Tujuan : Peserta mampu menarikan tarian yang akan digunakan dalam pertunjukan.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : musik pengiring tari (disesuaikan dengan tarian yang dipilih).

Langkah-langkah:



- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Sebelum memulai latihan, peserta diminta untuk membentuk 3 barisan (dapat disesuaikan dengan jumlah peserta). Peserta diminta untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu. Pelatih meminta salah satu peserta menjadi sukarelawan untuk memimpin pemanasan.
- Pelatih meminta peserta untuk menarikan tarian yang akan ditampilkan. Latihan dimulai tanpa iringan musik sebanyak 5x. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.

- Latihan kemudian dilakukan dengan iringan musik sebanyak 5x. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta untuk duduk melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih mengingatkan peserta untuk terus berlatih secara mandiri di rumah.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Pelatih memberikan contoh setiap gerakan.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya di tengah-tengah proses mereka praktik.
- Gerakan dengan diiringi musik akan membuat gerakan harus dilakukan dengan tempo yang lebih cepat, jika peserta mengalami kesulitan maka latihan bisa dilakukan dengan gerakan yang lebih lambat.

Pertemuan 19

Tujuan : Peserta mampu menarikan tarian yang akan digunakan dalam pertunjukan.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : musik pengiring tari (disesuaikan dengan tarian yang dipilih).

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Sebelum memulai latihan, peserta diminta untuk membentuk 3 barisan (dapat disesuaikan dengan jumlah peserta). Peserta diminta untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu. Pelatih meminta salah satu peserta menjadi sukarelawan untuk memimpin pemanasan.
- Pelatih meminta peserta untuk menarikan tarian yang akan ditampilkan. Latihan dimulai tanpa iringan musik sebanyak 5x. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.

- Latihan kemudian dilakukan dengan iringan musik sebanyak 5x. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
- Pelatih meminta peserta untuk duduk melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih mengingatkan peserta untuk terus berlatih secara mandiri di rumah.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Pelatih memberikan contoh setiap gerakan.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya di tengah-tengah proses mereka praktik.
- Gerakan dengan diiringi musik akan membuat gerakan harus dilakukan dengan tempo yang lebih cepat, jika peserta mengalami kesulitan maka latihan bisa dilakukan dengan gerakan yang lebih lambat.

Pertemuan 20

Tujuan : Peserta mampu menarikan tarian yang akan digunakan dalam pertunjukan.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : musik pengiring tari (disesuaikan dengan tarian yang dipilih).

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Sebelum memulai latihan, peserta diminta untuk membentuk 3 barisan (dapat disesuaikan dengan jumlah peserta). Peserta diminta untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu. Pelatih meminta salah satu peserta menjadi sukarelawan untuk memimpin pemanasan.
- Pelatih meminta peserta untuk menarikan tarian yang akan ditampilkan. Latihan dimulai tanpa iringan musik sebanyak 5x. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.

- Latihan kemudian dilakukan dengan iringan musik sebanyak 5x. Pelatih berkeliling sambil memperbaiki gerakan peserta jika ada yang melakukan kesalahan.
 - Pelatih meminta peserta untuk duduk melingkar. Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
 - Pelatih mengingatkan peserta untuk terus berlatih secara mandiri di rumah.
 - Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
 - Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
 - Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.
- 

Catatan penting:

- Pelatih memberikan contoh setiap gerakan.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya di tengah-tengah proses mereka praktik.
- Gerakan dengan diiringi musik akan membuat gerakan harus dilakukan dengan tempo yang lebih cepat, jika peserta mengalami kesulitan maka latihan bisa dilakukan dengan gerakan yang lebih lambat.

Dramaturgi dan Estetika dalam Lenong

Narasumber:

1. Jose Rizal Manua (Teater Tanah Air)
2. Yohanes (Yayasan Super 8MM; Teater Alam Sinema)



Penting untuk mengajak tim kreatif untuk ikut pada latihan dramaturgi dan estetika dalam Lenong.

Pertemuan 13

Tujuan : Peserta memahami dramaturgi dan estetika dalam pertunjukan.

Durasi : 120 menit

Peralatan : 3 buah kursi, 3 buah bola, kertas dan alat gambar sejumlah peserta

Langkah-langkah:

- Pelatih meminta peserta untuk duduk berbentuk lingkaran dan meminta setiap peserta untuk memperkenalkan diri mereka. Perkenalan bisa dengan menggunakan permainan sederhana. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Sebelum melakukan latihan, pelatih mengajak peserta untuk melakukan pemanasan. Pemanasan dapat dilakukan selama 15 menit dengan cara meminta peserta untuk menggoyang-goyangkan semua anggota tubuhnya sambil berkeliling ruangan latihan. Hal ini bertujuan untuk melenturkan dan membuat rileks ketegangan semua anggota badan. Pemanasan ini dilakukan sekaligus untuk membuat peserta dapat beradaptasi dengan suasana latihan. Metode pemanasan dapat disesuaikan dengan kondisi ruang dan waktu tempat latihan.
- Setelah pemanasan, pelatih menjelaskan bahwa salah satu dasar keaktoran adalah konsentrasi. Latihan konsentrasi dapat dilakukan dengan cara:
 - Pelatih meminta peserta untuk berjalan berkeliling tempat latihan. Lalu pelatih mengatakan “*Stop, cari informasi sebanyak-banyaknya tentang teman yang ada di depanmu*”. Beri waktu kepada peserta untuk saling bertukar informasi. Pelatih meminta peserta untuk berjalan berkeliling tempat latihan. Lalu pelatih mengatakan “*Stop, cari informasi sebanyak-banyaknya tentang teman yang ada di depanmu*”. Beri waktu kepada peserta untuk saling bertukar informasi.
 - Pelatih meminta peserta duduk melingkar. Tugas para peserta adalah mengoper/ memindahkan 3 bola kepada teman di samping kanannya, dilakukan terus hingga semua peserta mendapatkan giliran memegang bola. Bola dipindahkan satu persatu, tetapi tidak boleh berhenti lama pada satu orang. Jika berhenti, maka orang tersebut harus keluar dari lingkaran. Lakukan hingga tersisa 2 orang dalam lingkaran.

- Pelatih menjelaskan bahwa dasar keaktoran yang lain adalah pernafasan. Latihan pernafasan dapat dilakukan dengan cara:
 - Peserta diminta untuk menarik nafas dengan hidung, disimpan di dalam perut, kemudian dikeluarkan melalui mulut dengan suara bergumam. Setelah beberapa kali dilakukan, suara yang dikeluarkan dengan cara berguman dapat diganti dengan huruf-huruf vokal, yaitu A-I-U-E-O.
 - Pelatih meminta peserta untuk berbicara satu kalimat dengan waktu 20-25 detik dalam satu tarikan nafas. Misalnya “gua lahir tahun 2010 tapi ga pernah tau mengenai sampah”. Masing-masing peserta diminta untuk melakukan secara bergantian.
- Pelatih meminta peserta latihan konsentrasi dan pernafasan di rumah selama 15-30 menit setiap hari.
- Pelatih menjelaskan bahwa dasar keaktoran yang lain adalah imajinasi. Pelatih meminta peserta untuk melatih imajinasi mereka. Latihan imajinasi dapat dilakukan dengan beberapa cara:
 - Pelatih meminta peserta untuk berjalan berkeliling tempat latihan. Lalu pelatih mengatakan “*Stop, bentuk 3 kelompok dan saling berkenalan satu sama lain seperti belum saling kenal sebelumnya*”. Beri waktu kepada peserta untuk membentuk kelompok dan saling berkenalan. Pelatih kemudian meminta peserta untuk berjalan berkeliling tempat latihan. Lalu pelatih mengatakan “*Stop, bentuk 10 kelompok dan saling berkenalan satu sama lain seperti belum saling kenal sebelumnya*”. Beri waktu kepada peserta untuk membentuk kelompok dan saling berkenalan. Pelatih kemudian meminta peserta untuk berjalan berkeliling tempat latihan. Lalu pelatih mengatakan “*Stop, bentuk 5 kelompok dan saling berkenalan satu sama lain seperti belum saling kenal sebelumnya*”. Beri waktu kepada peserta untuk membentuk kelompok dan saling berkenalan. Demikian seterusnya sampai dirasa dinamika kelompok sudah cair.



- Pelatih meminta peserta untuk berjalan berkeliling tempat latihan. Lalu pelatih mengatakan “*Stop, dan ekspresikan dua orang yang saling memuji*”. Beri waktu kepada peserta untuk melakukannya. Pelatih kemudian meminta peserta untuk berjalan berkeliling tempat latihan. Lalu pelatih mengatakan “*Stop, dan ekspresikan dua orang yang saling menyalahkan*”. Beri waktu kepada peserta untuk melakukannya. Pelatih kemudian meminta peserta untuk berjalan berkeliling tempat latihan. Lalu pelatih mengatakan “*Stop, dan ekspresikan dua orang yang saling menertawakan*”. Beri waktu kepada peserta untuk melakukannya. Pelatih kemudian meminta peserta untuk berjalan berkeliling tempat latihan. Lalu pelatih mengatakan “*Stop, dan ekspresikan orang yang sedang berjalan di jalan yang lengket tanpa komunikasi apapun*”. Beri waktu kepada peserta untuk melakukannya. Pelatih kemudian meminta peserta untuk berjalan berkeliling tempat latihan. Lalu pelatih mengatakan “*Stop, dan ekspresikan orang yang sedang berjalan di jalanan licin tanpa komunikasi apapun*”. Beri waktu kepada peserta untuk melakukannya. Pelatih kemudian meminta peserta untuk berjalan berkeliling tempat latihan. Lalu pelatih mengatakan “*Stop, dan ekspresikan orang yang paling pendek di dunia tanpa komunikasi apapun*”. Beri waktu kepada peserta untuk melakukannya. Pelatih kemudian meminta peserta untuk berjalan berkeliling tempat latihan. Lalu pelatih mengatakan “*Stop, dan ekspresikan orang yang paling tinggi di dunia tanpa komunikasi apapun*”. Beri waktu kepada peserta untuk melakukannya.
- Peserta diminta untuk saling berpasang-pasangan. Pelatih akan memberikan satu kalimat (misalnya “Jantung pisang lezat”, “Semut ceking sakit”, “tangga bambu reot”, kecoak pincang tertawa”, dll) kepada setiap pasangan. Salah satu akan memperagakan kalimat yang diberikan dan yang satu akan menjawab.
- Pelatih meminta peserta untuk membayangkan bahwa mereka sedang menaiki sebuah perahu dan beberapa anak mendayung. Kemudian pelatih memberikan pengarahannya bahwa di depan, perahu mereka akan memasuki aliran sungai yang berkelok-kelok. Setelah itu, pelatih mengarahkan bahwa sebentar lagi perahu yang mereka tumpangi memasuki aliran deras. Secara spontan peserta akan menerjemahkan sesuai bayangan mereka. Kemudian pelatih mengarahkan bahwa arus sungai semakin deras dan banyak batu-batu. Imajinasi peserta akan semakin berkembang dengan sendiri dan begitu seterusnya pelatih akan terus mengarahkan. Bangunan imajinasi ini dapat berkembang sesuai dengan kebutuhan penguatan dramaturgi yang akan dibangun pada pertunjukan kelak.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk beristirahat selama 10 menit.
- Setelah istirahat, pelatih meminta peserta untuk latihan improvisasi. Improvisasi juga merupakan salah satu dasar keaktoran. Latihan improvisasi dapat dilakukan dengan cara:
 - Satu peserta diminta untuk keluar dari kursi lalu kedua peserta lain mulai improvisasi untuk menjelek-jelekan peserta yang tadi, tetapi saat peserta balik mereka harus diam seperti tidak terjadi apa-apa. Peserta diminta untuk membuat cerita yang lucu dan ringan tetapi tidak keluar dari kesantunan. Lakukan hingga semua peserta mendapatkan giliran.



- Pelatih membagikan kertas dan alat menggambar kepada masing-masing peserta. Peserta diminta untuk menggambarkan seseorang yang sedang berada di taman yang dipenuhi bunga-bunga yang indah dan orang tersebut melihat kupu-kupu. (Pelatih memberikan waktu kepada peserta untuk menggambar). Jika semua peserta sudah selesai menggambar, peserta diminta untuk menceritakan gambar mereka kepada teman-temannya yang lain. Sementara ada peserta yang sedang bercerita, peserta yang lain diminta untuk memperhatikan mana karya yang menarik menurut mereka. Lakukan sampai semua peserta sudah selesai menceritakan karya mereka.
- Pelatih meminta peserta untuk berdiri secara berkelompok di belakang kursi yang sudah disediakan (kursi disusun melingkar). Pelatih meminta kepada peserta untuk membangun dialog secara spontan dan menyampaikannya kepada penonton *“Tidak apa-apa berdebat saja dulu, bebas, nanti baru kita diskusikan.”* Kelompok 1 diminta untuk memulai duluan dan ditanggapi oleh kelompok 2, dilanjut kelompok 3. Peserta dari kelompok masing-masing diminta untuk maju dan beradu dialog.
- Pelatih kemudian meminta para peserta berpasang-pasangan (usahakan berbeda jenis kelamin). Setelah itu, pelatih meminta setiap pasangan untuk berakting seseorang yang sedang diberikan bunga oleh pasangannya, lalu mengucapkan terima kasih. Setelah mengucapkan terima kasih, pasangan ini boleh pergi bersamaan atau berpisah. Lakukan sampai semua pasangan sudah selesai berakting.
- Pelatih membagi peserta menjadi dua kelompok dan meminta mereka berdiri saling berhadap-hadapan. Masing-masing peserta diminta untuk memilih karakter yang ingin dia perankan dan kemudian masing-masing pasangan saling berlatih improvisasi. Pelatih meminta peserta untuk melakukan improvisasi dalam berbagai emosi, misalnya sedih, marah, dll. Pelatih mencontohkan teknik improvisasi yang bisa dilakukan.
- Pelatih meminta peserta duduk melingkar. Peserta diminta untuk melakukan sambung kata, *“Nah hari ini kita akan belajar improvisasi dengan menggunakan cara yang berbeda. Kita akan bermain sambung kata. Caranya, saya akan mulai satu kata lalu peserta di sebelah kanan saya meneruskan dengan kata berikutnya yang nyambung. Begitu seterusnya sampai semua peserta kebagian.”*
- Pelatih kemudian meminta peserta duduk dan saling memberikan masukan kepada peserta yang lain. Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau berdiskusi. Pelatih menekankan bahwa *“penting untuk membuat penonton paham mengenai cerita yang ditampilkan, sehingga informasi dapat sampai dan diterima oleh penonton. Selain itu, untuk memancing interaksi penonton sebaiknya jangan terlalu monoton, bisa menggunakan pantun untuk menarik interaksi penonton”*.
- Pelatih memberikan apresiasi kepada setiap peserta yang sudah berani berlatih di depan teman-temannya yang lain.

- Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.



Catatan penting:

- Pelatih perlu mengingatkan kepada peserta mengenai teknik masuk dan keluar panggung.
- Pelatih perlu mengingatkan kepada peserta mengenai durasi dalam berlakon.
- Pelatih perlu mengingatkan kepada peserta mengenai pentingnya membangun kerjasama dalam berakting.
- Pelatih perlu mengingatkan kepada peserta untuk menggunakan kata-kata yang mereka ketahui.
- Pelatih perlu mengingatkan kepada peserta bahwa ketika berada di atas panggung, pelakon tidak boleh membelakangi penonton.
- Pelatih memberikan motivasi kepada peserta agar dalam latihan tidak perlu takut salah, sehingga latihannya lebih lepas. Jika memang ada yang kurang tepat, maka dapat dikoreksi.

Pertemuan 14

Tujuan : Peserta memahami dramaturgi dan estetika dalam pertunjukan.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : isolasi, kertas berisi cerita pendek sejumlah peserta.

Langkah-langkah:



- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta peserta untuk duduk membentuk lingkaran. Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.

- Pelatih menjelaskan bahwa dua dasar keaktoran berikutnya yaitu olah tubuh dan olah vokal. *“Dengan berlatih olah tubuh, seorang pelakon telah menyiapkan badannya untuk kebutuhan-kebutuhan saat memainkan karakter sesuai dengan kebutuhan. Misalnya, ketika berdialog seorang pelakon dengan tidak sengaja akan melakukan gerak-gerakan di tangan, kaki, badan, dan mimik. Gerakan reflek inilah yang memperkuat permainan seorang pelakon. Itu sebabnya dengan berlatih olah tubuh seorang pemain dengan sendirinya akan hidup bersama gerakan-gerakan reflek tadi. Sebagai seorang pemain lenong/pelakon, vokal harus sempurna karena saat berdialog, ada power, intonasi, diksi, emosi, dll yang di keluarkan. Itu sebabnya seorang pemain lenong/pelakon wajib menguasai vokal dengan benar.”*
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya. (Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya, jika tidak ada maka dapat lanjut pada kegiatan berikutnya).
- Pelatih mengajak peserta untuk olah tubuh. Latihan olah tubuh dapat dilakukan dengan beberapa cara:
 - Peserta diminta untuk melakukan gerakan-gerakan kecil, mulai dari jari tangan hingga lengan. Kemudian gerakan-gerakan kecil mulai dari jari-jari kaki hingga pinggul. Lalu menggabungkan keduanya. Setelah berkali-kali berlatih, metode latihan dasar ini dapat berkembang disesuaikan dengan peserta.
 - Peserta diminta untuk mencari isolasi yang sudah ditempelkan tersembunyi oleh pelatih sebelumnya. Sambil mencari isolasi yang tersembunyi, peserta diminta untuk melakukan gerakan-gerakan kecil. Jika sudah ada peserta yang melihat lokasi isolasi disembunyikan, maka dia dapat duduk. Peserta tidak boleh menunjuk dan berjalan ke arah isolasi disembunyikan agar peserta lain tidak tahu.
- Pelatih mengajak peserta untuk olah vokal. Latihan olah tubuh dapat dilakukan dengan beberapa cara:
 - Pelatih meminta peserta untuk berteriak *“Hey kamu”* kepada temannya seolah-olah mereka berada di lokasi yang jauh.
 - Pelatih meminta peserta untuk berteriak *“hey kamu jangan kesitu berbahaya”* secara berulang-ulang. Kemudian ditambahkan menjadi *“hey kamu, iyaa kamu. Jangan pergi kesana berbahaya, yah nekat juga nih orang.”* Kemudian ditambahkan lagi menjadi *“hey kamu, iyaa kamu. Jangan pergi ke sana berbahaya, yah nekat juga nih orang. Tuhh kan nyusruk.”* Semua peserta menyebutkan kata itu secara bergantian. Pelatih menambahkan untuk tertawa di bagian akhir *“haha mukanya belepotan”* karena orang tersebut jatuh ke dalam got dengan muka kotor.
- Pelatih menjelaskan mengenai 2 hal yang perlu diperhatikan dalam teknik vokal, yaitu: pertama kejelasan pengucapan (misalnya mengucapkan dengan benar dan jelas meskipun suara kecil). Kedua adalah tekanan ucapan yang berguna untuk mengungkapkan isi hati dan pikiran. Tekanan dibagi menjadi 3, yaitu tekanan dinamik untuk memberikan kata tertentu dalam sebuah kalimat (misalnya, saya pergi ke sekolah), tekanan tempo yang memberikan tempo pada sebuah kata (misalnya kata nakal diberikan tempo dan tekanan nada).
- Pelatih dan semua peserta memberikan apresiasi kepada semua peserta.

- Pelatih kemudian menjelaskan mengenai bagaimana memberi isi atau makna dalam sebuah adegan, sehingga adegan tersebut menjadi indah. Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya, berdiskusi, atau memberikan komentar terkait penjelasan yang disampaikan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].. Latihan memberi isi atau makna dalam adegan dapat dilakukan dengan cara:
 - Pelatih membagikan kertas yang berisi cerita pendek kepada masing-masing peserta. Peserta diminta untuk berdiri dan kemudian membacakan cerita pendek tersebut. Peserta kemudian diminta untuk membacakan cerita pendek tersebut kepada langit. Peserta diminta untuk membacakan cerita pendek tersebut dengan perasaan marah. Peserta kemudian diminta untuk menghafal cerita pendek tersebut dan membacakannya tanpa teks dengan ekspresi kesal. Peserta diminta untuk terus berlatih secara mandiri di rumah mereka masing-masing.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk beristirahat selama 10 menit.
- Setelah istirahat, pelatih bersama peserta mendiskusikan mengenai tema yang ingin mereka angkat dalam pertunjukan Lenong. Pelatih menjelaskan bahwa ada 4 hal utama yang diperlukan dalam sebuah cerita, yaitu: plot cerita dari awal hingga akhir, struktur dramatis, karakter/ watak, dan setting peristiwa atau tempat kejadian. Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya, berdiskusi, atau memberikan komentar terkait penjelasan yang disampaikan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Peserta diminta untuk membagi ke dalam 4 kelompok. Masing-masing kelompok diminta untuk membuat adegan hingga konsep pertunjukan yang sesuai dengan tema yang ingin mereka angkat. [Pelatih memberikan waktu kepada masing-masing kelompok untuk berdiskusi]. Setelah selesai berdiskusi, masing-masing kelompok diminta untuk mempresentasikan hasil diskusi mereka masing-masing. Pelatih memberikan masukan dan komentar kepada hasil diskusi masing-masing kelompok. Pelatih dan kelompok yang lain memberikan apresiasi kepada kelompok yang sudah presentasi.
- Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Pelatih memberikan tips mengenai cara menghafal dengan cepat. Misalnya mengucapkan kata “angin badai” 10 kali lalu menggunakan perasaan, dilanjutkan dengan menambahkan kata nya lagi seperti “angin badai kau sungguh nakal sekali”, lalu ditambah kata berikutnya “angin badai kau sungguh nakal sekali kau robek payung sutraku”.
- Pelatih mengingatkan peserta agar jangan terlalu emosi ingin cepat selesai. Menghafal itu harus sabar jangan mau cepat selesai.
- Pelatih menekankan bahwa setiap cerita selalu dibuka dengan konflik.

Pertemuan 15

Tujuan : Peserta memahami dramaturgi dan estetika dalam pertunjukan.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : kertas sejumlah peserta, alat tulis sejumlah peserta.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Pelatih mengajak peserta untuk mencari peserta lain yang memiliki huruf depan nama mereka yang sama. Ketika mencari, para peserta harus berjalan selambat-lambatnya, makin lambat akan semakin bagus. Peserta diminta untuk mencari peserta lain yang memiliki nama orang tua yang sama. Ketika mencari, para peserta harus berjalan selambat-lambatnya, makin lambat akan semakin bagus.
- Peserta diminta untuk berpasang-pasangan. Mereka kemudian diminta untuk berperan, yang satu akan berperan bahwa dia membuat kesalahan dan meminta maaf, sedangkan yang satunya akan berperan untuk memarahi pasangannya yang berbuat kesalahan.
- Peserta diminta membentuk 3 kelompok dan berdiskusi untuk membuat cerita yang akan dimainkan dalam pertunjukan Lenong nantinya. [Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk berdiskusi]. Setelah selesai berdiskusi, peserta diminta untuk menampilkan cerita yang sudah mereka buat. Dalam menampilkan cerita, peserta diminta untuk memperhatikan masuk dan keluar pelakon dalam panggung. Saat ada kelompok yang sedang tampil, kelompok lain diminta untuk menonton tanpa bersuara.
- Setiap kelompok yang sudah selesai tampil, pelatih dan kelompok lain memberikan apresiasi kepada kelompok yang tampil.

- Pelatih menjelaskan bahwa dalam pertunjukan Lenong ada tokoh yang namanya topeng, lalu ada jantuk yang bertugas untuk membuat kelucuan-kelucuan. Sehingga dalam membuat cerita perlu untuk juga memperhatikan kelucuan-kelucuan di dalam dialog yang dikembangkan. Secara simbolis, cerita yang dikembangkan digunakan untuk menyampaikan pesan namun perlu diselingi dengan kekonyolan atau kelucuan. Dalam pertunjukan Lenong, watak yang diperankan dapat berubah-ubah, misalnya ketika menjadi lurah maka pelakon dapat melepaskan wataknya kemudian berdialog dengan penonton (contoh: “Hei penonton, bener gak?”).
- Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Sebelum menutup latihan, pelatih memberikan tugas kepada peserta untuk mengembangkan cerita yang akan mereka tampilkan nantinya, dengan cerita yang seru dan ada kelucuan di dalamnya.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.



Pendalaman Karakter dalam Lenong

Narasumber:

1. Jose Rizal Manua (Teater Tanah Air)
2. Yohanes (Yayasan Super 8MM; Teater Alam Sinema)

Pertemuan 16

Tujuan. :

1. Peserta mengetahui dan memahami filosofi Lenong sebagai budaya Betawi.
2. Peserta dapat melakukan teknik improvisasi yang digunakan dalam Lenong.
3. Peserta dapat melakukan gimmick dalam memainkan karakternya.
4. Peserta dapat menggunakan gesture tubuh dalam memainkan karakternya.
5. Meningkatnya kemampuan peserta dalam perbendaharaan kata.
6. Meningkatkan kemampuan public speaking peserta.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : Musik Betawi, pemutar musik, speaker, Properti untuk berdialog (misalnya: buku, pulpen, kipas, topi, kursi, dll).

Langkah-langkah:

- Pelatih meminta peserta untuk duduk berbentuk lingkaran dan meminta setiap peserta untuk memperkenalkan diri mereka. Perkenalan bisa dengan menggunakan permainan sederhana. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Setelah selesai berkenalan, pelatih menjelaskan mengenai filosofi Lenong.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap penjelasan pelatih. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih memberikan penjelasan mengenai Lenong dan menanyakan apakah ada peserta yang memiliki pengalaman dalam pertunjukan Lenong. *“Apakah di sini ada yang punya pengalaman menjadi pelakon dalam pertunjukan Lenong?”* [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada peserta yang menjawab]. *“Boleh tolong ceritakan pengalaman kamu!”* [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada peserta yang menjawab].
- Pelatih memberikan penjelasan mengenai tata cara saat berada di panggung, ketika berhadapan dengan penonton, dan cara memberikan makna dari Lenong yang dimainkan kepada penonton.

- Pelatih menanyakan “*Apa yang kalian ketahui tentang gimmick?*” .Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada peserta yang menjawab]. Pelatih menjelaskan mengenai gimmick di dalam Lenong. Dalam memberikan penjelasan, pelatih dapat memberikan contoh seorang karakter Betawi (misalnya Mandra) yang menjalani karakternya dengan menggunakan gimmick. Pelatih mengajarkan kepada peserta bagaimana menggunakan gimmick dengan menggunakan gesture tubuh. Pelatih menanyakan kepada peserta “*Apakah kalian sudah paham tentang gimmick? Apakah ada yang mau ditanyakan atau didiskusikan?*”. Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada peserta yang menjawab].
- Pelatih meminta peserta untuk berdiri membentuk lingkaran. Setelah itu pelatih memberikan nama karakter kepada setiap peserta, sesuai dengan jenis kelaminnya.
- Pelatih meminta para peserta untuk berlatih improvisasi dalam Lenong. Setiap pasangan diminta untuk praktik improvisasi di tengah lingkaran. Praktik dimulai dari salam pembuka, praktik gimmick, gesture, dan berperan sesuai karakter yang sudah diberikan sebelumnya. Latihan dapat dilakukan dengan cara:
 - Latihan pertama dilakukan dengan dialog “*MAU KEMANA DIN?*” dengan semua peserta. Peserta diminta untuk berdialog tersebut dengan berbagai macam ekspresi dan nada yang berbeda-beda.
 - Pelatih meminta peserta untuk berpasang-pasangan. Salah satu diminta untuk mengucapkan dialog “*MAU KEMANA DIN?*” dengan ekspresi dan nada yang berbeda-beda, sedangkan yang satu diminta untuk menjawab dengan berbagai macam jawaban. Jawaban yang diberikan adalah bentuk improvisasi yang dilakukan.
 - Selanjutnya, peserta diminta untuk menggunakan dialog yang sama, tetapi dengan menggunakan gesture tubuh, ekspresi, dan gimmick yang berbeda-beda.
 - Peserta diminta untuk melakukan dialog yang sama dengan posisi duduk tetapi saling membelakangi pasangannya.

Catatan:

- Peserta diminta untuk berdialog dengan menggunakan properti yang sudah disediakan, seperti dalam pertunjukan Lenong. Masing-masing peserta diminta untuk menentukan karakter yang akan dimainkan dalam latihan berdialog.
- Sebelum peserta mencoba, pelatih memberikan contoh membuat kata-kata dari benda (misalnya: kursi) menjadi sebuah kalimat cerita (improvisasi).
- Pelatih perlu memperhatikan penggunaan bahasa yang dikeluarkan oleh peserta. Jika ada kata-kata yang kurang tepat, maka pelatih perlu memberikan masukan untuk perbaikan.
- Pelatih dan para peserta memberikan apresiasi kepada setiap pasangan yang sudah mencoba praktik. Pelatih memberikan masukan kepada setiap pasangan yang sudah mencoba terkait dengan improvisasi yang dilakukan, *gimmick*, dan *gesture*.
- Pelatih memberikan contoh mimik ketika berbicara dan melafalkan A-I-U-E-O. Pelatih meminta para peserta untuk mengikutinya.



- Pelatih menanyakan kesan-kesan peserta selama latihan dan tantangan yang mereka hadapi selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta mengenai hal-hal yang sudah baik dan hal-hal yang masih membutuhkan latihan lagi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.



Catatan penting:

- Ketika bermain Lenong, usahakan menggunakan bahasa Betawi
- Berbeda dengan teater, Lenong dimainkan satu persatu
- Dalam Lenong penting untuk memiliki kemampuan improvisasi. Improvisasi sifatnya langsung dan spontan
- Gimmick dan improvisasi adalah hal yang penting dalam kesenian Lenong.
- Salah satu pakem dalam Lenong adalah saat bermain Lenong, pelakon masuk dari kiri dan keluar dari kanan.
- Jika ada peserta yang tidak fokus selama latihan, maka bisa menggunakan teknik latihan pernafasan untuk membuat peserta kembali fokus.
- Latihan dapat menggunakan musik sebagai latar belakang untuk menambah semangat dan memudahkan peserta untuk mengeluarkan ekspresinya.
- Penting bagi pelatih untuk memperhatikan karakteristik dan kondisi dari setiap peserta.

Pertemuan 17

Tujuan :

1. Peserta memahami tata cara ketika berada di panggung.
2. Peserta memahami cara berhadapan dengan penonton.
3. Peserta dapat menyampaikan pesan atau makna melalui Lenong.
4. Peserta memahami nada, tempo, ritme, power, dan instrumen yang digunakan dalam Lenong.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : tidak ada.

Langkah-langkah:



- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.

- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Pelatih menjelaskan mengenai nada, tempo, ritme, power, dan instrumen yang dapat digunakan oleh para peserta ketika menjadi pelakon dalam pertunjukan Lenong.
- Pelatih meminta para peserta untuk kembali latihan memerankan karakter yang sudah ditentukan dengan mempraktikkan apa yang sudah dijelaskan oleh pelatih dan menambah kosakata ketika berperan.
- Pelatih perlu memperhatikan setiap peserta dan memberikan masukan ketika ada yang masih kurang tepat.
- Pelatih mengingatkan kepada peserta mengenai tata cara masuk dan keluar panggung agar tidak terkesan terburu-buru masuk atau meninggalkan panggung. Pelatih juga perlu mengingatkan kepada peserta untuk berbagi peran agar tidak saling bertabrakan ketika berbicara.
- Pelatih meminta peserta untuk memperbaiki dialog yang sudah dipraktikkan sebelumnya dan kembali mempraktikkan.
- Jika semua peserta sudah selesai praktik, pelatih dan semua peserta memberikan apresiasi terhadap semua peserta. Pelatih meminta peserta untuk duduk ke dalam lingkaran.
- Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- [Alternatif] Pelatih menanyakan pendapat para peserta terkait dengan kondisi saat ini dimana ondel-ondel digunakan untuk mengamen. [Pelatih memberikan waktu sehingga diskusi terjadi].
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Tidak ada materi tertentu yang digunakan dalam latihan Lenong, tetapi agar semakin mahir maka harus sering mencoba dan berlatih secara pribadi.
- “go” mempunyai makna reaksi/action kita sudah siap.
- Pelatih perlu memberikan motivasi kepada peserta agar lebih percaya diri ketika berlakon.

Pertemuan 18

Tujuan :

1. Peserta memiliki kemampuan untuk mengekspresikan berbagai macam emosi dan kejadian.
2. Peserta memahami sejarah, pakem, dan lakon dalam Lenong.

Durasi : 180 menit.

Peralatan : tidak ada.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Pelatih menginstruksikan peserta untuk berdiri, untuk pemanasan sebelum lanjut latihan lenong.
- Pelatih menginstruksikan kepada peserta untuk senam wajah sembari mengucapkan “*Eh lu mau kemana? Mau kopi atau teh manis?*”. Pelatih menunjukan peserta satu-persatu untuk mengucapkan kalimat tersebut.
- Setelah itu, pelatih menginstruksikan peserta untuk mengucapkan “Ha ha” terlebih dahulu sebanyak 2 kali. Latihan dilakukan bersama-sama terlebih dahulu, kemudian dilanjutkan satu per satu peserta.
- Pelatih kemudian meminta peserta untuk membagi menjadi dua kelompok dan duduk membentuk lingkaran berdasarkan kelompoknya.
- Peserta kemudian diminta untuk berlatih ekspresi sambil bercerita tentang lingkungan.
- Setelah semua peserta saling berlatih, pelatih meminta peserta untuk saling memberikan apresiasi kepada peserta yang duduk di sebelah kanannya.
- Pelatih mempersilahkan peserta untuk istirahat terlebih dahulu selama 10 menit.
- Setelah selesai istirahat, pelatih meminta semua peserta untuk duduk melingkar.
- Pelatih menyakan kepada peserta, “*Apakah ada yang tau tentang pakem dan lakon dalam Lenong?*”. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada peserta yang menjawab]. Pelatih menjelaskan mengenai pakem dan lakon dalam Lenong. Pelatih kemudian menjelaskan juga mengenai sejarah kemunculan Lenong.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ada yang ingin ditanyakan atau didiskusikan terkait dengan pakem dan lakon. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada peserta yang menjawab].
- Pelatih kemudian membagikan nama-nama pemeran dan karakter kepada setiap peserta. Pelatih menjelaskan karakter masing-masing pemeran. Pelatih menanyakan kepada para peserta, “*Apakah kalian sudah paham mengenai masing-masing karakter yang akan kalian mainkan?*” [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada peserta yang menjawab].

- Pelatih meminta peserta untuk berdiskusi dan membuat cerita termasuk dialog berdasarkan masing-masing karakter. Tujuan dari aktivitas ini adalah agar para peserta bisa saling bekerjasama, melatih spontanitas peserta dalam berdialog, dan saling menghargai pendapat satu sama lain. [Pelatih memberikan waktu sebentar kepada peserta untuk berdiskusi].
- Pelatih meminta peserta untuk menceritakan cerita yang sudah mereka buat dan beberapa contoh dialog yang mereka buat. Pelatih memberikan apresiasi kepada para peserta terhadap cerita yang sudah mereka buat.
- Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.



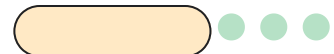
Catatan penting:

- Latihan dilakukan di ruang terbuka

Pertemuan 19

Tujuan : Peserta mampu mengembangkan plot/alur naskah untuk pertunjukan lenong.
Durasi : 90 menit.
Peralatan : tidak ada.

Langkah-langkah:



- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Peserta diminta berpasang-pasangan untuk berlatih improvisasi. [Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk berlatih secara mandiri].
- Pelatih kemudian meminta peserta untuk menampilkan cerita termasuk pantun yang sudah mereka kembangkan untuk pertunjukan.
- Pelatih memberikan apresiasi kepada para peserta yang sudah tampil.

- Pelatih memberikan masukan kepada peserta, baik dari cerita, akting, interaksi dengan penonton, hingga cara masuk dan keluar panggung serta blocking. *“Jadi adegan awalnya jantung dan topeng menjelaskan cerita lakon yang akan ditampilkan lalu masuk musik ondel-ondel dan semua peserta langsung mengambil posisi menari. Setelah lagu selesai semua bubar dan masuk ke cerita utama.”* Pelatih menekankan dalam berdialog dengan penonton sebaiknya kontrol tetap pada pelakon agar peristiwanya/ kejadian yang diceritakan tetap dapat berkembang. Selain itu, dalam memainkan peran sebaiknya jangan secara sengaja melucu, karena kelucuan itu seharusnya datang dari peristiwa yang dimainkan atau dari gerakan. Sebaiknya jangan terlalu banyak melucu agar penonton tetap fokus pada cerita yang ingin disampaikan. Pelatih juga mengingatkan kepada peserta untuk memasukkan hasil riset mereka ke dalam cerita yang mereka kembangkan. Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau berdiskusi.
- Pelatih meminta peserta untuk kembali menampilkan Lenong sesuai dengan penjelasan pelatih. Sambil mengobservasi peserta, pelatih memberikan masukan dan kepada peserta. Setelah selesai, pelatih memberikan apresiasi kepada peserta.
- Sebelum mengakhiri latihan, pelatih mengingatkan kepada peserta bahwa dalam sebuah plot cerita harus memiliki struktur dramatis (eksposisi, resolusi, konklusi, klimaks), watak, dan setting peristiwa. Sehingga ketika berlakon, para pelakon harus bisa menggambarkan (latar tempat) seperti dia tinggal dimana, rumahnya dimana agar penonton dapat memahami pemain dari mana. Kemudian plot, selanjutnya penjelasan terakhir setting/ waktu kejadian.
- Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Sebelum menutup latihan, pelatih memberikan tugas kepada peserta untuk mengembangkan cerita yang akan mereka tampilkan nantinya, dengan cerita yang seru dan ada kelucuan di dalamnya.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Pelatih perlu memberikan motivasi kepada peserta agar berani untuk tampil, meskipun cerita yang dikembangkan masih belum selesai/ sempurna.
- Pelatih perlu memberikan masukan mengenai plot cerita agar lebih menarik dan ada unsur dialog bersama dengan penonton.

Pertemuan 20

Tujuan : Peserta mampu mengembangkan plot/alur naskah untuk pertunjukan lenong.
Durasi : 180 menit.
Peralatan : kertas flipchart, spidol

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini. Pelatih juga melakukan review dan memberikan masukan terhadap latihan sebelumnya.
- Pelatih meminta peserta untuk duduk melingkar dan mengembangkan naskah yang sudah mereka buat sebelumnya dengan melakukan eksplorasi terhadap adegan-adegan yang lebih kreatif. [Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengeksplorasi adegan-adegan]. Peserta diminta juga untuk berdiskusi terkait penentuan setting tempat dan waktu, cast atau peran yang perlu ada (melengkapi) pada setiap babak. Setelah selesai berdiskusi, pelatih meminta peserta untuk menceritakan hasil diskusi mereka. Pelatih kemudian memberikan komentar dan masukan terhadap adegan yang sudah dimainkan oleh peserta. Pelatih memberikan apresiasi kepada semua peserta.
- Peserta diminta untuk berlakon sesuai dengan skenario yang sudah mereka diskusikan dan kelompok gambang kromong serta tari mengamati untuk melihat kesesuaian dengan yang sudah mereka diskusikan.
- Pelatih memberikan apresiasi terhadap setiap kelompok. Pelatih memberikan komentar dan masukan terhadap hasil diskusi dari setiap kelompok.
- Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Sebelum menutup latihan, pelatih memberikan tugas kepada peserta untuk mengembangkan cerita yang akan mereka tampilkan nantinya, dengan cerita yang seru dan ada kelucuan di dalamnya.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Pada latihan ini, perlu dihadiri oleh pelatih seni gambang kromong untuk mendengarkan cerita yang sudah dikembangkan oleh peserta, agar bisa mengembangkan musik yang akan digunakan bersama dengan peserta gambang kromong.
- Pelatih perlu memberikan masukan mengenai alur cerita yang sudah dikembangkan oleh peserta, teknik akting para peserta, dll.

Lenong: Persiapan pertunjukan - latihan gabungan

Narasumber:

1. Jose Rizal Manua (Teater Tanah Air)
2. Yohanes (Yayasan Super 8MM; Teater Alam Sinema)
3. Dede Permana (Gitarda Studio)
4. Femia Ayu Azhari (Jelantika Nusantara)



Penting untuk mengajak pemain gambang kromong dan penari pada pertemuan ini.

Pertemuan 21

Tujuan :

1. Peserta mampu mengembangkan plot/alur naskah.
2. Peserta mampu menentukan cast yang akan berlakon dalam pertunjukan.
3. Peserta mampu membuat setting panggung.
4. Peserta mampu menentukan kostum yang akan digunakan dalam pertunjukan.

Durasi : 120 menit

Peralatan : 3 buah kursi, 3 buah bola, kertas dan alat gambar sejumlah peserta

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini. Latihan hari ini adalah latihan gabungan (lenong, gambang kromong, tari).
- Pelatih meminta peserta untuk berdiskusi terkait penempatan scene pantun, tari, dan maen pukul dan penentuan karakter-karakter yang akan diperankan. Pelatih juga meminta peserta untuk berdiskusi terkait kostum yang akan digunakan oleh setiap pemeran. [Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta untuk berdiskusi].

- Setelah selesai berdiskusi, pelatih meminta masing-masing seni berlatih secara terpisah dengan memperhatikan hasil/masukan dari latihan sebelumnya. Misalnya, gambang kromong menghafalkan dan melancarkan lagu, membuat musik sedih/gembira, kelompok tari melancarkan gerakan, pelakon mendalami karakter yang akan mereka tampilkan. Pelatih mendampingi masing-masing kelompok yang sedang berlatih. Mereka diminta untuk mulai berlatih sesuai dengan naskah yang sudah mereka diskusikan. Pelatih meminta para peserta untuk saling mengoreksi, mengevaluasi, dan melengkapi ketika ada dialog yang kurang sesuai, dsb.
- Pelatih memberikan apresiasi kepada peserta yang sudah tampil dan memberikan komentar serta saran terhadap penampilan mereka.
- Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain. ● ● ●
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Pengembangan alur/plot naskah didasari oleh tema/pesan yang ingin diangkat dan data hasil penelitian yang dilakukan. Dalam setiap latihan, improvisasi yang dilakukan dicatat untuk menjadi naskah.
- Pelatih memberikan masukan untuk menyebutkan lokasi kejadian, misalnya “wah kita ada di monas nih”
- Pelatih memberikan masukan terkait dengan tektokan pada dialog

Pertemuan 22

Tujuan : Peserta mampu menampilkan pertunjukan lenong berdasarkan plot/alur naskah yang dikembangkan.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : kertas, alat tulis.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Pelatih meminta peserta untuk tampil sesuai dengan perannya masing-masing dan sesuai dengan setting panggung.

- Pelatih memberikan apresiasi kepada peserta yang sudah tampil. Pelatih mengajak peserta untuk membahas hal-hal yang masih perlu ditingkatkan dari setiap adegan yang ditampilkan. Pelatih memberikan komentar serta saran terhadap penampilan mereka.
- Pelatih menjelaskan mengenai detail tata letak panggung dan tempat pertunjukan (termasuk posisi penonton), sehingga peserta mendapatkan gambaran situasi tempat mereka akan tampil.
- Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.



Catatan penting:

- Setelah melihat perkembangan peserta dalam latihan ini, pelatih dapat mengusulkan adanya "kode" yang diberikan sebagai tanda bagi peserta untuk tampil. Contohnya dengan menggunakan kartu angka atau jumlah jari. Peserta 1, maka kodenya adalah angka 1 atau jari telunjuk. Peserta 2, maka kodenya adalah angka 2 atau telunjuk dan jari tengah.
- Pelatih perlu mengingatkan mengenai pakem-pakem Lenong, gambang kromong, tari, pantun, dan maen pukul.
- Pelatih perlu mengingatkan bahwa pantun itu bukan hanya sekedar pantun tapi bentuk improvisasi. Ketika penampil sudah merasa puas dengan apa yang ditampilkan, maka penonton akan merasa puas juga. Demikian juga sebaliknya, jika penampil merasa kurang puas maka penonton akan merasa kurang puas juga.
- Pelatih perlu mengingatkan bahwa ketika tampil, jangan sampai keluar dari benang merahnya, terutama ketika improvisasi. Pelakon perlu membedakan mana hal yang perlu diimprovisasi dan mana yang tidak perlu. Hal ini dilakukan untuk mencegah lawan main lupa sehingga kita keluar dari cerita, pesan, dan isi yang ingin disampaikan.
- Pelatih perlu mengingatkan untuk menghafal pantun yang akan dipakai dalam pertunjukan.

Pertemuan 23

Tujuan : Peserta mampu menampilkan pertunjukan lenong berdasarkan plot/alur naskah yang dikembangkan.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : kertas, alat tulis.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Pelatih meminta peserta untuk tampil sesuai dengan perannya masing-masing dan sesuai dengan setting panggung.
- Pelatih memberikan apresiasi kepada peserta yang sudah tampil. Pelatih mengajak peserta untuk membahas hal-hal yang masih perlu ditingkatkan dari setiap adegan yang ditampilkan. Pelatih memberikan komentar serta saran terhadap penampilan mereka.
- Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Pelatih perlu mengingatkan mengenai pakem-pakem Lenong, gambang kromong, tari, pantun, dan maen pukul.
- Pelatih perlu mengingatkan bahwa ketika tampil, jangan sampai keluar dari benang merahnya, terutama ketika improvisasi. Pelakon perlu membedakan mana hal yang perlu diimprovisasi dan mana yang tidak perlu. Hal ini dilakukan untuk mencegah lawan main lupa sehingga kita keluar dari cerita, pesan, dan isi yang ingin disampaikan.
- Pelatih perlu mengingatkan untuk menghafal pantun yang akan dipakai dalam pertunjukan.

Pertemuan 24

Tujuan : Peserta mampu menampilkan pertunjukan lenong berdasarkan plot/alur naskah yang dikembangkan.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : kertas, alat tulis.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Pelatih meminta peserta untuk tampil sesuai dengan perannya masing-masing dan sesuai dengan setting panggung.
- Pelatih memberikan apresiasi kepada peserta yang sudah tampil. Pelatih mengajak peserta untuk membahas hal-hal yang masih perlu ditingkatkan dari setiap adegan yang ditampilkan. Pelatih memberikan komentar serta saran terhadap penampilan mereka.
- Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Pelatih perlu mengingatkan mengenai pakem-pakem Lenong, gambang kromong, tari, pantun, dan maen pukul.
- Pelatih perlu mengingatkan bahwa ketika tampil, jangan sampai keluar dari benang merahnya, terutama ketika improvisasi. Pelakon perlu membedakan mana hal yang perlu diimprovisasi dan mana yang tidak perlu. Hal ini dilakukan untuk mencegah lawan main lupa sehingga kita keluar dari cerita, pesan, dan isi yang ingin disampaikan.
- Pelatih perlu mengingatkan untuk menghafal pantun yang akan dipakai dalam pertunjukan.

Pertemuan 25

Tujuan : Peserta mampu menampilkan pertunjukan lenong berdasarkan plot/alur naskah yang dikembangkan.

Durasi : 120 menit.

Peralatan : kertas, alat tulis.

Langkah-langkah:

- Pelatih membuka sesi dengan menanyakan kabar dari peserta. [Pelatih memberikan waktu sebentar bagi peserta untuk menjawab].
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk memimpin doa sebelum mulai berkegiatan.
- Pelatih dapat mengajak peserta melakukan permainan sederhana untuk meningkatkan semangat peserta. Contoh permainan dapat dilihat pada lampiran.
- Pelatih menjelaskan mengenai sesi latihan yang akan dilakukan hari ini.
- Pelatih meminta peserta untuk tampil sesuai dengan perannya masing-masing dan sesuai dengan setting panggung.
- Pelatih memberikan apresiasi kepada peserta yang sudah tampil. Pelatih mengajak peserta untuk membahas hal-hal yang masih perlu ditingkatkan dari setiap adegan yang ditampilkan. Pelatih memberikan komentar serta saran terhadap penampilan mereka.
- Pelatih menanyakan mengenai tantangan yang dihadapi oleh peserta selama latihan. Pelatih memberikan masukan kepada para peserta untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- Pelatih memberikan kesempatan kepada peserta jika ingin bertanya atau memberikan tanggapan terhadap latihan yang dilakukan. [Pelatih memberikan waktu sebentar hingga ada yang bertanya atau memberikan tanggapan, jika tidak ada maka bisa dilanjutkan pada kegiatan selanjutnya].
- Pelatih meminta para peserta untuk memberikan apresiasi satu sama lain.
- Pelatih meminta salah satu peserta untuk menutup dengan doa.

Catatan penting:

- Pelatih perlu mengingatkan mengenai pakem-pakem Lenong, gambang kromong, tari, pantun, dan maen pukul.
- Pelatih perlu mengingatkan bahwa ketika tampil, jangan sampai keluar dari benang merahnya, terutama ketika improvisasi. Pelakon perlu membedakan mana hal yang perlu diimprovisasi dan mana yang tidak perlu. Hal ini dilakukan untuk mencegah lawan main lupa sehingga kita keluar dari cerita, pesan, dan isi yang ingin disampaikan.
- Pelatih perlu mengingatkan untuk menghafal pantun yang akan dipakai dalam pertunjukan.

RAMBU-RAMBU DALAM MENGAJARKAN LENONG SEBAGAI KESENIAN BETAWI

Boleh

- **Menyadari bahwa proses latihan sangatlah dinamis**, sehingga isi dari latihan disesuaikan dengan perkembangan kemampuan peserta selama latihan.
- **Para peserta bisa memberikan masukan kepada pelatih** mengenai cara mengajar mereka ketika sulit dimengerti oleh peserta dan kurang sesuai dengan peserta.
- Pelatih perlu **menerima masukan** dari peserta dan merespon dengan tepat.
- Penting untuk **menginformasikan kepada peserta sejak awal terkait rentang waktu dan proses yang akan dilakukan**, agar peserta dapat berkomitmen mencapai tujuan akhir yang diharapkan (pertunjukan).
- **Memahami karakteristik setiap peserta** agar dapat menggunakan pendekatan yang tepat dalam proses latihan.
- **Memotivasi dan meningkatkan antusias peserta** untuk terus semangat dalam menjalani semua proses ini, khususnya selama latihan dengan rentang waktu yang cukup lama.
- **Memberikan apresiasi** agar anak berani untuk mengeluarkan potensi mereka.
- **Konsisten** dalam memberikan pelatihan. Konsisten yang dimaksud adalah terkait dengan kehadiran.
- Pelatih perlu **sabar dalam melatih tetapi tidak memanjakan**.



Tidak Boleh

- **Menjadikan modul ini sebagai acuan baku** yang mutlak harus dilakukan sesuai dengan isinya.
- **Tidak mau mengubah metode atau pendekatan yang digunakan** agar tepat sasaran.
- **Marah dan tidak diterima** ketika diberikan masukan oleh peserta.
- **Peserta tidak mendapatkan informasi** mengenai tujuan dan lama proses yang harus mereka jalani hingga pertunjukan.
- **Memperlakukan semua peserta sama tanpa melihat karakteristik masing-masing peserta** yang berbeda satu sama lain.

DAFTAR REKOMENDASI PELAKU SENI

Berikut adalah sejumlah rekomendasi pelaku seni yang bisa dihubungi jika lembaga Bapak/Ibu ingin mengajarkan Lenong:

**Ahmad
Maulana**

**Padepokan
Ciliwung
Condet**

0878-7245-1915

**Jose Rizal
Manua**

**Teater Tanah
Airku**

0811-833-161

Seni: Teater

Yohanes

**Yayasan Super 8MM;
Teater Alam Sinema**

0898-8337-073

**Seni: Film &
Dokumentasi;
Desainer Produksi**

**H. Zahrudin Ali
Al Batawi**

**Sanggar
Purnama**

0812-1207-5920

Seni: Pantun

**Dede
Permana**

Gitarda Studio

0857-1882-6920

**Seni: Gambang
Kromong**

**Femia Ayu
Azhari**

**Jelantika
Nusantara**

0895-0623-0621

Seni: Tari Betawi

**Achmad
Sauggi**

**Sanggar Si
Khodrat**

0895-2690-0622

Seni: Maen Pukul

**Saiful
Bahri**

**Perguruan
Pencak Silat
Deprok**

0896-0786-2282

Seni: Maen Pukul

Jaenur

**Perguruan
Pencak Silat
Deprok**

0813-1838-3998

Seni: Maen Pukul



Beryl

**Sanggar
Ruang Condet**

0878-7245-1915

Seni: Lenong



**Boan
Abraham**

0812-8824-6450

**Seni: Gambang
Kromong**



Angga

**Padepokan Ciliwung
Condet**

0812-8141-5022

**Seni: Film &
Dokumentasi**



Ardian Kris P.

**Padepokan Ciliwung
Condet**

0878-1026-9877

**Seni: Film &
Dokumentasi**



Peppy

**Padepokan Ciliwung
Condet**

0813-1838-3998

Seni: Multimedia



Chris

CHRISTZELMUSIC

0812-9408-0696

Seni: Musik Efek



**Yohana
Ratrin H**

**PKPK Unika
Atma Jaya**

0812-1688-1496

**Pendampingan
Psikososial**

Daftar Pustaka

- Amri, S., *'Rekacipta Lenong dalam Komedi Betawi'*, Yayasan Pustaka Obor Indonesia, Jakarta, 2019.
- Amri, S., *'Lenong: Masa Lampau, Masa Kini, dan Masa Depan Komedi Betawi'*, Yayasan Pustaka Obor Indonesia, Jakarta, 2022.
- Cellia, P., *'Peran Teater Lenong Betawi dalam Pembentukan Identitas Budaya Masyarakat Betawi (Studi Kultural Historis Teater Lenong Marong Group Ciater, Tangerang Selatan'*, Skripsi untuk gelar sarjana, UIN, Jakarta, 2024. Tersedia di: <<https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/29738?mode=full>>, diakses pada 24 Januari 2024
- Dinas Kebudayaan DKI Jakarta, *'Pantun Betawi: Sejarah dan Ciri Khasnya'*, 2022. Tersedia di: <https://dinaskebudayaan.jakarta.go.id/news_web/detailnews/pantun-betawi-sejarah-dan-ciri-khasnya>, diakses pada 24 Januari 2024
- Grijns, C.D. *'Lenong in the environs of Jakarta : a report'*, 1976. Tersedia di: <https://www.persee.fr/doc/arch_0044-8613_1976_num_12_1_1301>, diakses pada 24 Januari 2024
- Haliza, S., *'Sejarah Gambang Kromong, Alat Musik & Perkembangannya'*, 2022. Tersedia di: <<https://museumnusantara.com/gambang-kromong/>>, diakses pada 24 Januari 2024
- Haryanto, R., *'Kisah Asal-Usul Lenong Kesenian Betawi'*, 2021. Tersedia di: <<https://www.kebudayaanbetawi.com/1752/kisah-asal-usul-lenong-kesenian-betawi/>>, diakses pada 24 Januari 2024
- Harymawan R.M.A dan Tjun Surjaman, *'Dramaturgi. ed. Tjun Suryaman'*, 1993, Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Hermawatiningsih, *'Lenongku Sayang, Lenongku Hilang: Krisis Identitas Budaya Betawi'*, Jurnal Scripta Societa, 2007.
- Indonesiakaya.com, *'Gambang kromong kolaborasi etnik dalam khazanah musik betawi'*. Tersedia di: <<https://indonesiakaya.com/pustaka-indonesia/gambang-kromong-kolaborasi-etnik-dalam-khazanah-musik-betawi/>>, diakses pada 10 Februari 2024.
- Karim, F.A, *'Mengenal Lenong, Seni Teater Betawi'*, 2019. Tersedia di: <<https://www.goodnewsfromindonesia.id/2019/10/30/seni-teater-betawi-lenong>>, diakses pada 24 Januari 2024
- Khairul Z., *'Alat Musik Gambang Kromong Asal Betawi Beserta Filosofinya'*, 2023. Tersedia di: <<https://genemil.com/alat-musik-gambang-kromong/>>, diakses pada 24 Januari 2024
- Kurniawati, F., *'Eksistensi Lenong Betawi dalam Modernitas Ibu Kota'*, Gajah Mada Press, Yogyakarta, 2015.
- Kusumo, R., *'Tradisi Maen Pukulan, Seni Bela Diri Orang Betawi untuk Lawan Kompeni'*, 2022. Tersedia di: <<https://www.goodnewsfromindonesia.id/2022/08/01/tradisi-maen-pukulan-seni-bela-diri-orang-betawi-untuk-lawan-kompeni>>, diakses pada 24 Januari 2024.

- Kusumo, R., *'Kematian Nyai Dasima, Tragedi Cinta dan Bujukan yang Berbalut Agama'*, 2022. Tersedia di:
 <<https://www.goodnewsfromindonesia.id/2022/01/11/kematian-nyai-dasima-tragedi-cinta-dan-bujukan-yang-berbalut-agama>>, diakses pada 24 Januari 2024
- Maulida, P., *'Tari Lenggang Nyai, Bukti Perjuangan Seorang Wanita'*, 2020. Tersedia di: <<https://www.goodnewsfromindonesia.id/2020/04/22/tari-lenggang-nyai-bukti-perjuangan-seorang-wanita>>, diakses pada 24 Januari 2024
- Probonegoro, N.K., *'Teater Lenong Betawi: Studi Perbandingan Diakronik'*, Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 1996.
- Pusat Asesmen dan Pembelajaran Badan Penelitian dan Pengembangan dan Perbukuan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, *'Panduan pengembangan proyek penguatan profil pelajar Pancasila: Jenjang pendidikan dasar dan menengah (SD/MI, SMP/MTs, SMA/MA)'*, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, Jakarta, 2021.
- Ramadhan, F, *'Lenong Penolak Kawin Anak'*, 16 Februari 2021. Tersedia di: <<https://www.kompas.id/baca/humaniora/2021/02/16/lenong-penolak-kawin-anak>>, diakses pada 24 Januari 2024.
- Saputra, Y.A., *'Lenong Betawi'*, Warisan Budaya Tak Benda Indonesia, Direktorat Warisan dan Diplomasi Budaya, 2010. Tersedia di: <<https://warisanbudaya.kemdikbud.go.id/?newdetail&detailCatat=291>>, diakses pada 24 Januari 2024.
- Senibudayabetawi.com, *'Menyibak simbol tari lenggang nyai tentang perempuan betawi'*, 21 Desember 2021. Tersedia di: <<https://www.senibudayabetawi.com/6102/menyibak-simbol-tari-lenggang-nyai-tentang-perjuangan-perempuan-betawi.html>>, diakses pada 24 Januari 2024.
- Senibudayabetawi.com, *'Tradisi Maen pukul Betawi'*, 3 April 2022. Tersedia di: <<https://www.senibudayabetawi.com/6237/tradisi-maen-pukulan-betawi.html>>, diakses pada 24 Januari 2024.
- Shahab, Y.Z, *'The Creation of Ethnic Tradition: The Betawi of Jakarta'*, Disertasi untuk gelar Doctoral, School of Oriental and African Studies, University of London, 1994.

Lampiran: Bahan bacaan



Sejarah Perkembangan Lenong

1920-an

Lenong pertama kali terbentuk di tengah maraknya kemunculan beragam aneka jenis pertunjukan di awal abad 19 seperti Wayang Ronda, Wayang Dermuluk, Wayang Senggol, Wayang Sumedar, Wayang Peking, Pakieu di Jawa Timur, Komendi Stambul dan Teater Bangsawan di area Batavia. Beberapa sumber menyebutkan pengampu pertunjukan perintis di Batavia yang bernama Lian Ong menjadi asal penyebutan Lenong. Lenong bertopang pada perpaduan musik Gambang Kromong dan bobodoran (percakapan dengan candaan) berbahasa Melayu-Betawi, dengan ramuan skenario sederhana berupa saduran dari dongeng, kisah terkenal, foklor Betawi, dan kisah sehari-hari. Lenong bisa memakan pentas semalaman untuk menghibur tamu hajatan.

1940-an

Grup Lenong keliling makin beragam dan menjadi suguhan wajib para shohibul hajat misalnya dalam pesta perkawinan. Manajemen sederhana, kontrak non formal, grup berdasarkan komunitas kewilayahan tertentu. Asal Lenong Denes berasal dari cerita -cerita tradisi Melayu 1600-1800 dan Dermuluk (kisah-kisah 1001 malam Abdul Muluk). Lenong Denes (dari kata Dinas, pakaian yang melekat pada busana cerita kerajaan atau orang berpangkat) berkembang di kalangan bangsawan, pegawai yang persebarannya terpusat di tengah kota (Cakung, Pekayon, Ceger, Babelan) dengan kemiripan dengan tradisi Betawi Wayang Sumedar, Senggol dan Dermuluk dengan ciri bahasa Melayu tinggi sehingga tidak leluasa memainkan humor. Namun sering ditambahkan peran dayang, pembantu, jongos dan jin dalam Lakon Denes yang bisa fokus pada humor. Lenong Preman atau Lenong Jago berkembang di kampung dengan kelas sosial bawah, tersebar di pinggiran Jakarta, Bogor Utara, Bekasi Barat, dan Tangerang Timur. Lakon dan cerita diambil dari gambaran kehidupan sehari-hari pada masa itu, dunia jagoan yang digambarkan melakukan perlawanan terhadap kesewenangan penguasa yang memang lahir pada konteks perjuangan masyarakat Betawi dari penindasan pemerintah kolonial. Maka munculah kisah jagoan yang berpihak pada rakyat miskin melawan penjajah seperti si Pitung, Jampang Jago Betawi, Mirah dari Marunda, Si Gobang, Pendekar Sambuk Wasiat, Sabeni Jago Tenabang. Menyesuaikan dengan skenario kampung sehari-hari pakaian tampil seperti pakaian masyarakat Betawi pada umumnya, missal jagoan pria yang selalu menyampirkan golok. Berbeda dengan Denes yang lebih kaku, Bahasa Betawi sehari-hari nan nyablak yang digunakan Lenong Preman menumbuhkan interaksi dengan penonton yang sering menimpali spontan, polos, kadang kasar dan porno. Hal ini membawa ciri khas baru dalam Lenong yang menonjolkan interaksi humor dengan penontonnya. Grup Lenong Preman lebih beragam dan tersebar: yang terkenal misalnya Gaya Baru pimpinan Liem Kim Som (Sarkim) dari Gunung Sindur Bogor, Setia Kawan pimpinan Nio Hok San dari Mauk Tangerang, dan Sinar Subur Asmin dari Bojongsari. Grup Orkes Gambang Kromong banyak memilih nama-nama romantis seperti; Rindu Malam, Sinar Harapan, Naga Sakti.

1950-1960

Perubahan lanskap sosial dan lingkungan Jakarta sebagai ibukota membuat pergeseran kelas sosial dan ekspresi hiburannya, secara fisik maupun budaya. Dengan maraknya urbanisasi yang berdampak pada tergesernya dan tergusurnya kampung-kampung Betawi asli, Lenong juga tergusur.

1960-1978

Tokoh-tokoh senior; Djaduk Djajakusuma, Soemantri Sostrosuwondo, SM Ardan, Ali Shahab merevitaliasi (membangkitkan kembali dengan modifikasi) Lenong. Hal ini didukung oleh kebijakan Gubernur Jakarta Ali Sadikin tentang Penggalan dan Pelestarian Kesenian Betawi 1966. Di Tahun 1969 tercatat ada 696 pertunjukan Lenong di Jakarta. Revitalisasi ini bagi komunitas Betawi Kembali memunculkan eksistensinya, bagi Lenong mendorong banyak perubahan format sehingga bisa dinikmati masyarakat jaman itu yang bukan hanya komunitas Betawi saja. Modifikasi juga dilakukan agar pentas Lenong bisa tampil dalam panggung besar di auditorium Taman Ismail Marzuki, disiarkan di TVRI, hingga format siaran radio. Dalam modifikasi dengan Bahasa Indonesia-Betawi dan memperpendek durasi pertunjukan, Lenong tetap hadir dengan menekankan aspek humor pada sketsa kehidupan sehari-hari, revitalisasi musik gambang kromong, tetabuhan, silat dan tari Betawi, serta rekacipta busana Betawi asli jaman kolonial.

1990

Keberadaan Lenong kembali terpuruk. Dalam dokumentasi Ninuk Kleden Teater Lenong Betawi 1996 hanya ada 10 pertunjukan Lenong sepanjang 1994-1995.

1991-2000an

Salah satu modifikasi untuk mendorong popularitas Lenong muncul dalam format Televisi yaitu melalui Lenong Rumpi (1991) dan Lenong Bocah (1993). Keduanya adalah format modifikasi Lenong yang menuai banyak kritik, namun begitu populer sehingga memberi banyak kesempatan bagi seniman Lenong tradisional untuk masuk dan membawa pengaruh ke Lenong asli dalam industri televisi sekaligus mempertahankan kelestarian Lenong yang diturunkan dengan pengetahuan lisan.

pertunjukan modifikasi modern seperti ini banyak mendapat kritik dari kelompok yang masih memegang tradisi Lenong dengan pandangan kritik tidak membawakan cerita rakyat Betawi jaman kolonial yang didominasi perjuangan rakyat memperoleh keadilan sosial namun hanya berupa logat Betawi dengan ragam cuplikan konteks modern, dianggap sebagai pertunjukan teater modern yang dibalut dengan tamplian sosial masyarakat Betawi.

Modifikasi lainnya muncul dalam bentukan Komedi Betawi (1998) yang kemudian melegalkan diri menjadi Yayasan Komedi Betawi pada tahun 2010. Kehadiran Kombet merupakan tafsir dari seniman Betawi pada tradisi lawakan Lenong dan pertunjukan rakyat di dalam arus industri hiburan modern. Meminimalisir kebingungan antara dengan definisi asli Lenong, komunitas ini sengaja tidak membawa istilah Lenong dalam identitasnya karena tidak ingin merusak pakem Lenong sebagai seni tradisional Betawi, serta seniman Lenong di dalamnya berkeinginan mengembalikan esensi Lenong yang direbut oleh rekacipta modern.

hingga kini

Sebagian kecil komunitas-komunitas tetap setia turun temurun Lenong mempertahankan tradisi orisinalitas Lenong sejak kemunculannya dalam konteks era penjajahan dengan pakem-pakem tradisional yang menjadi ciri khas tidak terbantahkan dari kehadiran Lenong. Kelompok tradisi ini masih mempertahankan tradisi Lenong sejak penciptaannya dengan tradisi lisan dan menciptakan grup-grup yang bertahan di antara seni pertunjukan modern. Grup-grup tersebut antara lain Grup Kembang Batavia, Grup Lenong Marong,

Kini Seniman dan pemerhati Lenong terus bergerak untuk meneruskan tradisi asli agar tidak punah atau tergeser konteks jaman. Alih-alih saklek hanya mengembangkan dalam komunitas budaya yang akhirnya menyebabkan krisis penerus, muncul komunitas-komunitas Lenong yang terbuka bagi siapa saja yang ingin belajar Lenong misalnya Padepokan Ciliwung Condet (PCC), Sanggar Ruang Condet, Sanggar Purnama, Komunitas Sikumbang Tenabang,siapa lagi

Selain itu kekayaan Lenong juga didukung oleh banyak seni tradisional Betawi yang juga masih dipertahankan keasliannya melalui, Gitarda Studio (gambang kromong), Jelantika Nusantara (tari Betawi), Sanggar Si Khodrat (maen pukul), Perguruan Pencak Silat Depok (maen pukul).

Lenong

Lahir dari tradisi lisan yang diturunkan terus menerus, Lenong memiliki Pakem sebagai berikut:

- **Lenong Preman dan Denes sama-sama menggunakan iringan musik Gambang Kromong.** Lenong dan Gambang Kromong adalah dua kesenian yang tidak bisa terpisahkan. Bisa dibilang tanpa musik Gambang Kromong berarti bukan Lenong. Kelestarian Lenong adalah juga kelestarian orkes gambang kromong, Bahasa Betawi, silat Betawi, tari Betawi, dan cerita rakyat Betawi.
- **Ada adegan laga** yang menggambarkan perjuangan rakyat Betawi di jaman penjajahan. Konteks ini dalam diskusi diantara pakar dan praktisi Lenong dalam penyusunan modul revitalisasi ini dapat digambarkan melalui refleksi perjuangan rakyat melawan kekuasaan yang sewenang-wenang, (perjuangan menghadapi cobaan hidup seperti kemiskinan dan kesusahan dari studi Syaiful Amri)
- **Konteks refleksi kehidupan rakyat Betawi** yang digambarkan melalui Bahasa dan dialek Betawi dalam bobodoran (lelucon dalam Lenong), setting dan dekorasi panggung, busana khas rakyat Betawi jaman kolonial seperti ujung serang dan pelengkapnyanya (misalnya golok di pinggang) , laku pencak silat yang menggambarkan jagoan (terutama Lenong Preman), pembawaan tari-tarian, pantun, dan lagu rakyat Betawi.

Tata cara saat berada di panggung, ketika berhadapan dengan penonton

Seiring berkembangnya Lenong masuk ke dalam dimensi teater panggung yang berbeda-beda dengan penonton yang semakin banyak dan beragam latar belakang (tidak hidup dalam konteks kampung betawi), maka tata cara penampilan panggung dan pemaknaan konteks isu semakin kompleks. Dengan demikian penampil Lenong perlu belajar pemahaman teater terkait bagaimana penampilan yang efektif dengan panggung besar dan formula bobodoran atau humor yang bisa masuk ke penonton umum.

Dalam pertunjukannya, lenong selalu menggunakan panggung bisa berbagai bentuk. Panggung ditata dengan baik dan menggunakan dekorasi yang disebut seben. Seben terdiri dari beberapa layer selebar 3x5 meter yang bergambar berbagai macam corak. Namun diketahui dalam sejarah juga Lenong dipentaskan dalam panggung besar dalam format teater Taman Ismail Marzuki yang memiliki amphitheater yang memungkinkan penonton dapat dengan mudah menikmati setiap gerakan dan ucapan tiap pemain dengan baik. Pemain Lenong disebut panjak dan ronggeng. Panjak artinya pemain laki – laki dan Ronggeng pemain perempuan. Jumlah pemain dalam pertunjukkan Lenong Betawipun tidak terbatas, tergantung kebutuhan ceritanya. Setiap pertunjukkan Lenong biasanya bisa sampai lebih dari 10 pemain.

Keunikan yang terdapat pada Lenong Betawi terletak pada interaksi antara pemain dengan penonton. Pemain Lenong Betawi sering berinteraksi dengan penonton selama berjalannya pertunjukkan dengan candaan yang khas para pemainnya menimbulkan suasana meriah dan apa yang disampaikan dapat diterima dengan baik oleh penonton. Para seniman lenong memiliki keahlian khusus dalam melawak dan berimprovisasi. Pertunjukan lenong menggunakan bahasa Betawi khas dengan logat yang unik, memiliki dialog yang lucu, dan lebih mengutamakan aksi panggung yang energik. Di banyak situasi, pemain lenong tidak bisa memilih panggung yang disediakan yang banyak berhubungan dengan tantangan interaksi dengan penonton sehingga Lenong bisa dinikmati maksimal. Setting panggung dan tata cara penampilan panggung adalah hal-hal yang bisa dikontrol dan dimanfaatkan untuk mengatasi tantangan panggung dan setting penonton.

Maka tata penampilan panggung Lenong sebaiknya memperhitungkan 4 hal:

1. Pakem yang berasal dari tradisi di mana panjak dan ronggeng masuk melalui sisi kiri dan keluar dari sisi kanan.
2. Bagaimana posisi dan penampilan dalam tiap drip atau babak dapat terlihat oleh penonton dengan maksimal dan seimbang.
3. Memanfaatkan panggung dan fasilitasnya agar dinamika Lenong yang kompleks (lakon, logat, tari, silat, lagu, pantun) dapat terlihat dan terdengar dengan baik oleh penonton.
4. Bagaimana tata panggung dapat membantu menggapai reaksi penonton melalui bobodoran

Contoh kasus dan Tips Praktis:

> Skenario ramai, pemain beragam dan banyak, namun panggung kecil.

Tips: Bagi babak ke dalam dialog-dialog yang lebih kecil, jika tidak memungkinkan pemain yang sedang menuturkan dialog bisa maju lebih ke depan panggung sehingga terlihat sementara yang tidak berbicara dapat berkumpul jadi satu untuk menghemat ruang.

> Panggung terlalu lebar dengan sketsa dua tiga orang saja dalam satu babak.

Tips: Perkuat dialog dengan gimik sehingga penonton bisa tahu lebih jelas dan focus dalam aksi dan reaksi antar dialog. Manfaatkan ruang tengah panggung dan minimalis gerakan mondar mandiri (terutama dilakukan beberapa orang sekaligus dalam satu waktu) sehingga titik fokus perhatian penonton yang lebih statis bisa memaksimalkan menikmati adegan.

> Setting tempat duduk penonton jauh dari panggung sehingga interaksi dengan penonton sulit.

Tips: Pastikan suara terdengar dengan baik dengan lakukan gimik yang memancing reaksi penonton secara berkala.

> Panggung Terbuka. Panggung terbuka tanpa batasan dengan penonton adalah hal yang lumrah dalam seni teater rakyat. Keuntungannya interaksi dengan penonton bisa maksimal. Pastikan saja interaksi dengan penonton tidak mendominasi dan mengulur durasi. Lakukan positioning bergantian menghadap penonton dari berbagai sisi sehingga tidak memunggungi penonton di satu sisi secara terus menerus.

Cara memberikan makna dari Lenong yang dimainkan kepada penonton.

- Memberi isi atau makna dalam sebuah adegan, sehingga adegan tersebut menjadi indah.
 - Cari tahu terlebih dahulu tentang cerita asli Betawi yang akan dipentaskan. Diskusikan bagaimana tokoh dan cerita menggambarkan situasi perjuangan rakyat Betawi dalam memperoleh keadilan sosial dan mengatasi tantangan kehidupan. Ini akan membantu setiap pemain lebih memahami alur cerita dan mengeksplorasi pertunjukan dengan lebih baik. Biasakan diri dengan bahasa Betawi dan makna khas yang digunakan dalam pertunjukan Lenong. Pelajari beberapa kata dan frasa yang umum digunakan untuk lebih menikmati dialog Betawi. Pastikan istilah bobodoran khas Betawi yang memancing kelucuan diketahui maknanya sehingga tepat penggunaannya.
- Menggunakan Gimik (gimmick) dengan tepat.
 - Gimik adalah sesuatu atau perilaku khas masyarakat Betawi yang digunakan untuk menarik perhatian dalam pertunjukan Lenong. Gimik umum yang banyak digunakan dalam Lenong adalah gerakan silat atau penggunaan dialek Betawi atau kata Betawi tertentu.
 - Contoh dalam Lenong di masa 1960-1970 yang didokumentasikan oleh Grijs 1976 adalah penggunaan frasa 'Tabe lah tuan, tabe lah nyonya, tabe lah penonton semuanya' atau pantun kabs penutun 'Kalau ada si jarum lah patah, tidak lah boleh disimpan dalam laci, kalau ada kami salah berkata, tidak lah boleh disimpan dalam hati.'. Di era 1990-2000 awal walau tidak merepresentasikan Lenong tradisional, Lenong Rumpi dan Lenong Bocah berhasil mempopulerkan gimik untuk memancing reaksi penonton dengan meneriakkan "Eyy Penontoon". Gimik dengan dialek Betawi ini terus terbawa dalam budaya seni pertunjukan modern.
 - Gimik bisa khas melekat pada tokoh atau peran tertentu, misalnya seniman senior Betawi Haji Bolot dan Mpok Nori dengan aksi lucunya yang budge tidak mendengar lawan bicara dengan baik tapis sok tahu selalu punya jawaban sendiri untuk merespon. Bokir yang banyak mengeksplorasi kepolosan rakyat Betawi yang tidak berpendidikan, selain laku gimiknya ia juga terkenal dengan gimik silat ketika kaget atau takut. Gaya bicara Mandra atau Omas yang ceplas-ceplos populer dengan gimik kata-kata 'Et daah' atau 'Bujubuset'.

Meski Lenong kini banyak mencuplik sketsa kejadian sehari-hari, namun prosesnya membutuhkan dramatisasi. Nada, tempo, ritme, power, dan instrument adalah unsur yang perlu dimainkan dalam sebuah dialog di dalam seni pertunjukan. Lenong yang punya banyak adegan dan dialog lebih spontan butuh latihan eksplorasi dan konsistensi agar unsur-unsur tersebut disampaikan dengan tepat dan penonton kesan makna yang sesuai dengan harapan. Tidak hanya cara ujaran, latar musik dapat membantu dalam mengeksplorasi nada, tempo, ritme, power, dan instrument.

Nada adalah tinggi rendahnya bunyi atau ujaran. Makin tinggi seakan menggambarkan emosi marah, superior, dominan, dan ekspresi perasaan. Makin rendah menggambarkan inferioritas, menutupi perasaan, kerahasiaan, atau penekanan tertentu jika dibarengi dengan tempo lambat.

Tempo adalah cepat lambatnya penyampaian. Semakin cepat dan intens suasana yang dibangun semakin menguat, intens, seru, gembira. Semakin lambat suasana yang dibangun adalah melemah, kabur, kelesuan, sedih.

Ritme adalah irama, gerakan berturut-turut dengan teratur. Penggunaannya dapat menggambarkan konsistensi, kerapian, menurut, dan membuat penonton dapat mengantisipasi adegan.

Power berarti kekuatan atau penekanan yang dipakai dalam satu dialog. Beriringan dengan intonasi atau penekanan kekuatan pada kata tertentu membuat arti-arti yang berbeda dalam dialog.

Contoh:

Untuk menekankan suasana sedih ketika lakon sedang bercerita tentang kesusahan hidup maka digunakan narasi dialog dengan nada rendah, tempo lambat, ritme tersendat-sendat, power semakin melemah. Untuk menekankan suasana perjuangan maka nada tinggi, tempo cepat, ritme konsisten, power menguat dapat digunakan. Musik bisa mendukung dengan melakukan hal yang sama. Dalam beberapa adegan khusus, musik bisa menambahkan aksentasi bunyi tertentu; gimik jatuh misalnya, atau ekspresi kaget, tetabuhan gendang atau gong bisa menambahkan suasana; dalam adegan menangis dan dialog sedih, alunan rebab atau ketukan intens kromong bisa memberikan nuansa syahdu.

Struktur dramatis: (eksposisi, resolusi, konklusi, klimaks), watak, dan setting peristiwa

Teknik dramatisasi dalam seni pertunjukan membuat penceritaan lebih menarik dan lebih mudah tersampaikan. Salah satu prosesnya adalah menyusun adegan atau cerita dalam struktur tertentu untuk menyampaikan cerita secara bertahap dari:

Pembukaan/ Eksposisi: Berupa narasi pengantar tentang setting peristiwa, konteks yang terjadi, gambaran (sifat, fisik) lakon dan watak tokoh tertentu.

Disposisi (*inciting incident*): adalah ruang untuk menggambarkan lebih detail tentang karakter, suasana, hubungan antar lakon, dan konflik yang terjadi. Eksposisi disampaikan tanpa ada pengaruh terhadap detail cerita, misalnya situasi jaman penjajahan, musim tertentu, atau tugas rutin tokoh tertentu. Disposisi adalah adegan atau penjelasan yang mempengaruhi dinamika cerita; misalnya anak yang hilang, golok yang tadinya untuk berladang berganti menjadi senjata perampokan, mengumpulkan pejuang pejuang untuk memulai perlawanan.

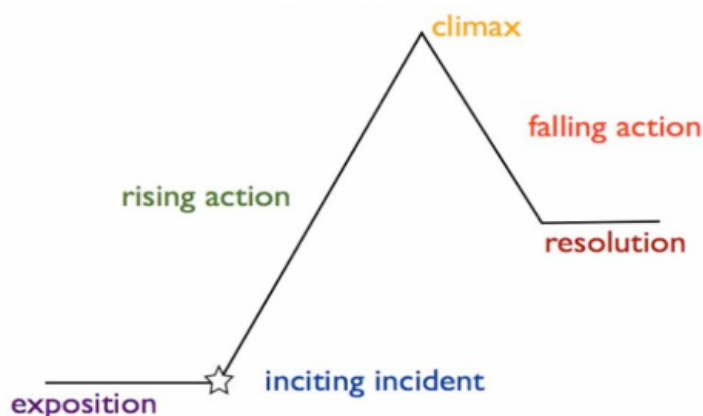
Konflik dan Konsekuensi (*rising action*): adalah ruang yang menjelaskan adanya perubahan ritme yang tadinya teratur terprediksi, rutin, menjadi bencana yang mengubah Tindakan lakon. Misalnya: ketahuan merampok dan menjadi buronan.

Klimaks adalah titik puncak peristiwa yang menjadi jawaban atau hasil proses selama konflik terjadi, misalnya adalah ketika akhirnya Belanda mengetahui kelemahan Si Pitung yang kebal peluru berujung klimaks Pitung tertembak. Setelah titik puncak penceritaan biasanya mereda atau turun dinamikanya menuju resolusi (*falling action*)

Resolusi adalah tahap dimana ada ujung-solusi-jawaban dari masalah yang ada, usaha yang dilakukan selama konflik, atau penemuan cara-pandangan-hasil yang baru dan menjawab pertanyaan-pertanyaan selama konflik terjadi.

Hal-hal tersebut didasari oleh ide klasik filsuf Yunani, Aristoteles (384-322 BC), dan di modernisasi oleh Gustav Freytag, penulis dan dramatis Jerman abad 19 yang ide struktur ceritanya telah menginspirasi pencerita dan teater sepanjang milenia.

Berikut adalah ilustrasi gambaran proporsi, durasi, dan dinamika struktur dramatis yang biasa menjadi urutan penceritaan (Piramida Gustav Freytag):



Dramaturgi dan Penyusunan Naskah Lenong

Drama adalah kualitas komunikasi, situasi, action, (segala apa yang terlihat dalam pentas). Kata drama berasal dari bahasa Yunani draomay yang berarti berbuat, berlaku, bertindak, bereaksi, dan sebagainya: dan drama berarti: perbuatan, tindakan. Drama dapat berupa komedi (suka cerita) dan tragedi (duka cerita).

Sedangkan Dramaturgi adalah ajaran tentang masalah hukum, aturan dan konvensi yang terpola dalam melakukan drama. Teater secara etimologis teater adalah gudang pertunjukan (auditorium). Drama dalam Lenong muncul berupa kisah hidup dan kehidupan manusia yang diceritakan di atas pentas, disaksikan oleh orang banyak, dengan media: percakapan, musik gambarng kromong, gerak, tari dan laku kadang pula nyanyian, disertai yang naskah yang tertulis dan latar khas betawi.

Dalam dramaturgi setidaknya ada tiga unsur prinsip yang perlu ada: **Unsur Kesatuan** (mencakup kesatuan kejadian, kesatuan tempat dan kesatuan waktu), **Unsur Penghematan/Efisiensi** (karena keterbatasan waktu, maka usahakanlah dalam waktu yang sesingkat itu dituangkan masalah-masalah pokok yang terpenting saja), **Unsur Lakon** (protagonis/pemeran utama, tokoh pusat cerita; **antagonis**/peran lawan yang menjadikan musuh dalam konflik; **tritagonis**/ peran penengah; **peran pembantu** yang secara tidak langsung terlibat dalam konflik namun diperlukan dalam alur cerita).

Tema

Tema dalam drama merupakan gagasan pokok atau ide yang mendasari sebuah konflik sebuah cerita, misalnya penjajahan dan patriotik kemerdekaan, kebencian dan cinta, kemiskinan dan kekayaan, kekuasaan dan kritik sosial, keberanian dan ketakutan, kesetiaan dan pengkhianatan, keserakahan dan kemurahhatian.

Dengan adanya tema, maka sebuah drama dapat dikembangkan lebih luas untuk menentukan unsur lainnya seperti alur, pertokohan, latar, dan lainnya. Seperti yang sudah diketahui Lenong dalam tradisi pakemnya memiliki dua tema besar yang dapat dibilang sangat berbeda bahkan bisa bertolak belakang: Denes dan Preman. **Alur Denes** adalah tema, alur, lakon yang diasumsikan berdasarkan sudut pandang golongan menengah atas yang berisi kisah kerajaan atau penguasa, atau kisah sukses terinspirasi dari 1001 malam, dengan target audiens pegawai pemerintahan (dinas/denes), penjabat, dan penguasa.

Alur Preman adalah tema, alur, dan lakon berdasarkan sudut pandang golongan bawah, rakyat kebanyakan, maka berisi kisah perjuangan yang mendambakan kemerdekaan dari penguasa, kritik sosial untuk keadilan sosial, keberanian untuk kebenaran dari kezaliman.

Naskah

Tipe dan gaya naskah dalam lenong bergantung pada alur Denes atau Preman yang berbeda tema, latar, dan wataknya. Naskah Denes mencerminkan cerita kompleks dengan metafor dan analogi beragam yang membutuhkan proses berpikir lanjutan. Hal ini dipengaruhi dari komedi stambul dan bangsawan memakai bahasa Melayu karena dimengerti di kota-kota besar, dan juga karena alasan alasan komersial (perdagangan), politik, atau berkaitan dengan upacara adat. Sedangkan naskah Lenong Preman lebih apa adanya dengan konteks realita yang dirasakan rakyat kebanyakan, naskah preman diambil dari konteks hidup rakyat betawi sehari-hari dengan dialog yang lebih terbuka sederhana dan menyatakan dengan gamblang sindiran sosial dan perjuangan.

Lakon, Laku, & Watak

Lakon adalah rentetan situasi yang terjadi antara tokoh yang satu dengan yang lainnya sehingga alur terlaksana dan penceritaan sampai kepada audiens. Lakon adalah kunci laku (action). Bayangkan ketika narrator menceritakan latar kisah, apa saja yang dimiliki oleh tokoh-tokoh, bagaimana karakternya, dan tujuan tertentu yang dilakukan tokoh sehingga berperilaku tertentu, keseluruhannya hingga dialog dan dramatisasi yang dilakukan antar tokoh disebut lakon. Lalon biasanya diceritakan bertahap dan berubah seiring dengan pergantian drip/ babak.

Dalam mendramatisir cerita, biasanya setiap tokoh memiliki watak tertentu yang dicerminkan dalam lakunya. Watak tersebut dipengaruhi posisi-posisi tiap tokoh; protagonis, antagonis, dll. Watak protagonis dalam Lenong Denes adalah bagaimana seseorang mencapai kemasyuran dan mempertahankannya, sedangkan antagonisnya adalah mereka yang berkompetisi atau menghalangi prosesnya. Contohnya: Lakon Nyai Dasima versi Gijbert Francis (Tjerita Njai Dasima, 1893) yang memang memihak status quo Belanda di Batavia bercerita situasi Dasima dari rakyat biasa hingga menjadi istri pejabat hingga kemudian jatuh lagi. Antagonisnya adalah mereka yang membenci dan merebut Nyai Dasima dari Tuan Willem (Samiun dibantu Haji Samiun dan Mak Buyung).

Protagonis dalam Lenong Preman berwatak pejuang kemerdekaan dan ingin mengusahakan keadilan bagi dirinya ataupun orang banyak, dengan lawan antagonis yaitu penguasa yang ingin terus mengambil keuntungan dan berkuasa atas kesulitan orang lain. Contohnya kembali menggunakan Lakon Nyai Dasima kali ini dengan rekonstruksi oleh SM Ardan (1964) memiliki protagonis dengan watak yang tidak menyerah dan terus berjuang untuk merdeka walau situasi menghimpit kebebasannya. Antagonisnya adalah Suami Belandanya yang melakukan pengekangan dan banyak ketidakadilan. Pemberontakan Nyai Dasima versi SM Ardan bahkan me-rekacipta tidak hanya Nyai Dasima baru dalam sudut pandang Lenong Preman namun juga diperkuat dengan tarian khusus yang menggambarkan perjuangan Nyai Dasima, Tari Lenggang Nyai.

Menyusun Naskah Lenong

Bahan-bahan untuk pengarang naskah cerita Lenong: a) Susunan Tokoh dan Watak/Karakter untuk mengembangkan konflik; b) Situasi, Lakon yang secara bertahap berkembang; c) Subjek; d) ide pokok lakon atau drama yang memuat satu cerita

Sarana yang perlu diperhatikan pengarang naskah cerita Lenong: a) dialog, drama menggunakan dialog untuk menggambarkan cerita, watak, dan konflik yang terjadi, narasi/monolog hanya dilakukan sebagai paparan awal-/ eksposisi atau penjembutan antar babak atau pergantian dialog; b) Laku/Action berbicara lebih keras dan menggambarkan daripada kata-kata, maka selain dialog naskah juga memuat apa saja yang dilakukan tiap tokoh agar situasi dan cerita tergambarkan dengan baik.

Konstruksi cerita dilakukan dengan mengembangkan naskah narasi/monolog/lakon dan dialog dalam lakon yang berkembang sesuai dengan piramida penceritaan. Silakan amati kembali bahan bacaan tentang dramaturgi dan piramida penceritaan. Namun perlu digarisbawahi bahwa dalam drama modern banyak hukum-hukum (trilogi Aristoteles waktu-tempat-kejadian, atau piramida Gustav) yang didobrak dengan kreatif. Setidaknya menurut Harymawan (1988) drama modern yang mendobrak hukum alur cerita umum biasanya memiliki dua macam kegentingan: a) hasrat ingin tahu akhir atau motif cerita; yang kini tidak hanya di satu waktu dan tempat saja tapi begitu lintas batas ;b. Kegentingan identifikasi; yang membuat penonton mengidentifikasikan diri secara emosional pada tokoh, yang sering kali sudah diketahui akhir ceritanya namun penonton tetap terikat akan proses yang dilalui tokoh.

Konstruksi cerita memiliki tiga bahan pokok untuk disusun dengan menarik:

- Premis ; rumusan intisari cerita sebagai landasan ideal dalam menentukan arah tujuan cerita. Uniknya dalam Lenong
- Karakter; bisa juga disebut watak tokoh, adalah bahan yang paling aktif yang menjadi penggerak cerita. Karakter disini merupakan tokoh yang hidup dan memiliki ciri khas atau perkembangan dalam dimensi fisiologis (ciri-ciri badan); dimensi sosiologis (latar belakang kemasyarakatan); dan dimensi Psikologis (sifat)
- Plot; alur, rangka cerita
- Babak/Drip; memotong alur cerita menjadi banyak bagian dialog, monolog, atau aksi

- Narasi; adalah penceritaan dari sudut pandang orang ketiga, sebagaimana dalang atau pendongeng bercerita
- Dialog dan Monolog; adalah representasi cerita yang dihidupkan melalui aksi/laku/acting tertentu. Dalam Lenong terutama alur Preman, dialog dan monolog diproyeksikan dalam bentuk bobodoran/ humor yang memancing kelucuan. Misalnya: alih-alih menceritakan dengan lugas bahwa Jampang memiliki ilmu kebal senapan, dapat dibuatkan dialog sebagaimana berikut:
 - Semua orang yang nongkrong di warung: (terkejut melihat Jampang yang sudah jatuh ke sungai karena tertembak, memasuki warung dengan santainya sambil bersiul)
 - Mandra: “Ebujubuset lu masi idup baaang, kaget banget aye sampe keselek pete” (Mengecek mata, sambil minum dan urut-urut tenggorokan)
 - Bokir: “L.. l.. Lo beneran ini PAang, ma.. ma.. ma.. Masi idup luuu???”
 - Jampang (tertawa sambil tepok dada) “Ahahaha pan aye udah bilang Pestol mah gak mepaan di aye..”
- Musikalisasi ; dalam Lenong musik Gambang Kromong berperan penting tidak hanya sebagai latar tapi untuk medramatisir dan menekankan cerita. Misalnya efek bunyi gong berkali kali ketika ada kegemparan atau efek musik kromong untuk membuat adegan tegang. Contoh yang diambil bukan diambil dari Lenong klasik langsung, tapi dari satu tokoh komedi betawi yang terinspirasi dari Lenong sering membuat lagu untuk menggambarkan Lakon dengan lucu, Benyamin Sueb dengan lagu Hujan Gerimis untuk menggambarkan adegan romantis dengan lawan mainnya Ida Royani. Lagu tersebut adalah musikalisasi rima pantun :

*Eh ujan gerimis aje
 ikan teri di asinin
 eh jangan menangis aje
 yang pergi jangan dipikirin*
- Spontanitas: Lenong Preman cenderung mengutamakan spontanitas dan interaksi dengan penonton. Untuk itu membutuhkan pemain yang memahami konteks humor yang dekat dengan penonton dan tidak terpaku pada naskah yang baku dan pasti. Alih-alih membuat naskah yang rigid siapa berkata apa dan beraksi bagaimana, naskah Lenong Preman banyak dibuat dengan patokan Babak dan Adegan saja tanpa dialog detil. Namun untuk memainkan dengan baik setiap pemain perlu memahami budaya betawi, kisah lengkap alur cerita, bobodoran atau humor yang masuk ke audiens yang rakyat menengah ke bawah, dan gimik yang cocok dengan cerita, musik, dan lakon.

Pantun

Penggunaan pantun sering dilakukan dalam Lenong, bahkan tidak hanya menjadi awalan atau penutup drip/babak tapi juga dapat menggantikan narasi cerita hingga bagian pengganti dialog. Pantun Betawi terdiri dari:

- 4 baris kalimat dengan rima yang konsisten, bisa keempat baris berakhiran rima yang sama seluruhnya, bisa juga selang seling kalimat pertama berima dengan kalimat ketiga dan kalimat kedua berima dengan kalimat keempat.
- Baris satu dan dua pantun disebut sampiran; berisi ungkapan yang saling berhubungan, boleh juga tidak. Baris ketiga dan keempat disebut isi, adalah pesan yang ingin disampaikan. Pesan di baris kalimat ketiga dan keempat bisa saling melengkapi bisa juga saling berlawanan. Satu pantun berisi empat baris, dan bisa saja satu dialog panjang berisi 4-8 pantun.
- Sampiran yang pertama dan kedua harus saling berkaitan, tidak hanya mengandalkan akhir kalimat saja, sehingga pantun bukan hanya enak didengar tetapi juga membawa pesan yang ingin disampaikan.
- Pantun digunakan untuk berbagai maksud dan tujuan. Dalam Lenong pantun digunakan untuk menyampaikan nasehat atau peristiwa dengan lebih santai informal dan jenaka.

Contoh Pantun Lingkungan sesuai dengan pakem dan rimanya

Punya tane dibikin taman

Jangan lupe dibuang saung, (Saling berhubungan)

Belon sempurna orang beriman

Buang sampe masih di kali Ciliwung. (saling melengkapi)

Contoh pantun yang terlihat hampir sama tapi tidak sesuai pakem

Punya tanah di bikin Taman

Beli kelapa di pasar Cakung (dua konteks berbeda)

Belum sempurna orang beriman

Kalau buang sampah di kali Ciliwung.... (saling melengkapi)

Kalau dibaca, pantun-pantun diatas sepintas benar, tetapi tidak sesuai pakem. Bagian yang mana yang tidak sesuai?

PUNYA TANAH DI BIKIN TAMAN

tidak ada kaitannya dengan...

BELI KELAPA DI PASAR CAKUNG

Contoh:

Kalau ada sumur di ladang.

Boleh lah kita menumpang mandi (Saling berhubungan)

Kalau ada umurku panjang.

Boleh lah kita berjumpa lagi. (saling melengkapi)

Pasang pelita terang digantung.

Pisang Kepok yang mude mude (dua konteks berbeda)

Buka rancang jago Bang Pitung.

Segalanye Pitung ngerampog di Merunde. (berlawanan, rancang untuk tanda tanah sebetulnya bukan untuk merampok)

Contoh Pantun lingkungan:

Burung Cendrawasih didalam kandang

Di beri makan tidak tersisa,

Lingkungan bersih bukan indah hanya dipandang

Tapi mencerminkan budaya Bangsa.

Contoh Pantun nasehat:

Ada buaya bersembunyi di gua

Menghindar adalah pilihan yang tepat,

Dengarkanlah nasihat orang tua

Supaya kamu jadi kuat

Contoh Pantun agama:

Minum air putih di pagi hari

Makan buah kapan-kapan,

Puasa Ramadhan sebentar lagi

Jangan lupa saling memaafkan.

Contoh Pantun Cinta:

Masak ayam rica-rica pakai lada

Pakai cabai rasanya juga sama,

Kata sempurna tidak perlu ada

Untuk bisa saling menerima.

TUJUH LANGKAH MENUJU PEMENTASAN

Oleh: Jose Rizal Manua

Seni Teater

Seni teater merupakan suatu kesenian yang berbeda dengan kesenian lainnya, karena pada seni teater terkandung dua aspek sekaligus; dimana yang satu dengan lainnya merupakan satu kesatuan. Aspek-aspek tersebut merupakan seni sastra dan seni teater.

Sebagai seni sastra ia mengandung cerita yang merupakan hasil budi daya manusia yang mencerminkan ungkapan makna kehidupan. Liku-liku kehidupan itu kemudian dipilih dan disusun oleh pengarang berdasarkan alur (plot), karakter, struktur dramatik dan latar peristiwa agar menimbulkan ketertarikan dan keharuan. Sebagai seni teater, ia adalah suatu pertunjukan yang di dalamnya berpadu unsur-unsur lakon, tarian, nyanyian, seni rupa, musik dan lain-lain, sehingga dapat menimbulkan kesan yang memukau bagi penontonnya.

Dalam sejarahnya, setiap bangsa memiliki sejarah teaternya masing-masing. Salah satu Negara yang terkenal sejarah teaternya adalah Yunani. Awal dari teater Yunani adalah upacara keagamaan yang kemudian berkembang menjadi seni teater yang kita kenal sekarang. Sepanjang tiga kurun waktu, Yunani telah melahirkan beratus-ratus penulis lakon, empat di antaranya yang paling terkemuka: Aeschylus, Sophocles, Euripides dan Aristophanes.

Di Asia, khususnya di Indonesia mempunyai sejarah teaternya sendiri, yang juga berawal dari upacara-upacara keagamaan. Teater Indonesia yang paling awal adalah “Calon Arang”, terdapat di Bali.

Tujuh Langkah Menuju Pementasan

Tujuh langkah yang dimaksud adalah tujuh kali pertemuan. Seandainya, latihan teater di sekolah berlangsung seminggu sekali, maka pada minggu ke tujuh, peserta didik sudah bisa mementaskan lakon yang dipelajarinya selama tujuh kali pertemuan tersebut. Isu-isu aktual yang dihadapi remaja bisa menjadi topik yang menarik untuk dijadikan tema pementasan.

Sebelum memulai latihan, ada baiknya guru membaca sebuah artikel mengenai dramaturgi di bawah ini:

Dramaturgi

Dramaturgi adalah sebuah teori yang mempelajari seluk-beluk cerita dari naskah, yang di dalamnya terdapat studi struktur dramatik, plot atau alur cerita, penokohan dan setting peristiwa. Dengan mempelajari dramaturgi seseorang mempunyai pengertian yang mendalam tentang hubungan antara dunia fiktif dalam permainan drama dan dunia realitas. Fasih dalam menganalisa naskah berdasarkan keterangan mengenai keadaan masyarakat di mana naskah tersebut ditulis dan teori-teori serta praktek menjalankan pemeranan untuk mana naskah atau yang bersangkutan telah ditulis. Juga berkemampuan menerapkan analisa tersebut dengan menguji ketepatan karakterisasi dari watak-wataknya; seperti memerinci keluarga watak, latar belakang pendidikan watak, lingkungan kehidupan watak, kepribadian watak, perkawinan watak, dan lain-lain, yang diketemukan di dalam analisa naskah, dan mengatur konsistensinya dengan visi sutradara.

Dengan mempelajari dramaturgi seseorang dirangsang untuk mencari informasi tentang naskah dari periode tertentu dalam sejarah dan menggali latar belakang sosialnya. Istilah dramaturgi dicetuskan oleh dramawan Jerman Gotthold Ephraim Lessing. Dari tahun 1767 – 1770, ia menulis dan menerbitkan serangkaian kritik melalui bukunya yang berjudul dramaturgi Hamburg (Hamburgische Dramaturgie). Lessing dikenal sebagai bapak dramaturgi modern. Karya lain yang penting dalam tradisi teater Barat adalah karya Aristoteles yang berjudul “Poetics” (ditulis sekitar 335 SM). Yang sampai sekarang masih dianggap sebagai acuan dunia teater. Dalam buku Poetics, Aristoteles menjabarkan penelitiannya tentang drama tragedi dan komedi. Aristoteles meneliti hampir semua karya penulis Yunani pada masa itu. Kisah tragis merupakan obyek utama penelitiannya. Aristoteles menyanjung lakon Oedipus Rex sebagai drama yang paling dapat diperhitungkan. Meskipun Aristoteles mengatakan bahwa drama adalah bagian dari puisi, namun Aristoteles menganalisa drama secara keseluruhan.

Bukan saja dari naskah, tapi juga hubungan antar watak, akting, dialog, plot dan cerita. Nilai-nilai yang dikemukakan Aristoteles dalam mahakarya tersebut dikenal sebagai drama ala Aristoteles atau “drama Aristotelian”, di mana Deus Ex Machina (karakter imajiner, buatan, peristiwa yang tiba-tiba terjadi atau keajaiban yang timbul sebagai solusi dalam lakon yang memuncak atau plot yang sulit.

Contohnya, dalam kisah Cinderella ada peri yang tiba-tiba muncul ketika dia tidak bisa pergi ke pesta) adalah suatu kelemahan, dan dimana akting harus tersusun berdasarkan sebab-akibat. Ada juga konsep kunci dramatik seperti Anagnorisis (perilaku acuh menjadi butuh karena perkembangan cerita) dan katarsis (sensasi atau efek turut terbawanya alur cerita ke dalam hati atau kejiwaan; - perasaan ini seyogyanya muncul di hati penonton se usai menonton lakon drama) tertuang dalam Poetics.

Karya Aristoteles ini sampai sekarang masih menjadi acuan dasar pada berbagai petunjuk atau pun kursus-kursus teater dan per-film-an.

Jika Aristoteles mengungkapkan dramaturgi dalam artian seni, maka Goffman mendalami dramaturgi dari segi sosiologi. Irving Goffman melalui bukunya yang berjudul The Presentation of Self in Everyday Life, menggali segala macam perilaku dalam berinteraksi, seperti yang kita lakukan dalam kehidupan sehari-hari, di mana kita menampilkan diri sebagaimana seorang aktor menampilkan karakter peran dalam sebuah pertunjukan drama.

Jika Aristoteles mengacu pada pertunjukan drama, maka Goffman mengacu pada pertunjukan sosiologi (pertunjukan yang terjadi di masyarakat). Goffman menggali segala macam perilaku interaksi yang kita lakukan dalam kehidupan sehari-hari, yang menampilkan diri kita sendiri dalam cara yang sama dengan cara seorang aktor menampilkan karakter orang lain dalam sebuah pertunjukan.

Tujuan dari presentasi dari diri – Goffman ini adalah penerimaan penonton akan manipulasi. Bila seorang aktor berhasil, maka penonton akan melihat aktor sesuai dengan apa yang ingin diperlihatkan oleh aktor tersebut. Aktor akan semakin mudah menggiring penonton untuk mencapai tujuan dari pertunjukan. Ini dapat dikatakan sebagai bentuk lain dari komunikasi. Karena komunikasi sebenarnya adalah alat untuk mencapai tujuan.

Dalam komunikasi konvensional manusia berbicara tentang bagaimana memaksimalkan indra verbal dan non-verbal untuk mencapai tujuan akhir komunikasi, agar orang lain mengikuti kemauannya. Maka dalam dramaturgi, yang diperhitungkan adalah konsep menyeluruh tentang bagaimana menghayati peran sehingga dapat memberikan sesuatu yang sesuai dengan apa yang kita inginkan. Tujuan dramaturgi bagi Goffman adalah mempelajari perilaku manusia dalam mencapai tujuannya dan bukan untuk mempelajari hasil dari perilakunya tersebut. Bermain peran merupakan salah satu alat yang dapat mengacu kepada tercapainya kesepakatan tersebut.

Dalam teori dramaturgi dijelaskan bahwa identitas manusia adalah tidak stabil dan setiap identitas tersebut merupakan bagian dari kejiwaan (psikologi) yang mandiri. Identitas manusia bisa berubah-ubah tergantung dari interaksinya dengan orang lain. Dalam dramaturgi, interaksi sosial dimaknai sama dengan pertunjukan drama. Manusia adalah aktor yang berusaha menggabungkan karakterisasi personal dan tujuannya kepada orang lain melalui “pertunjukan dramanya sendiri”. Dalam mencapai tujuannya tersebut, menurut konsep dramaturgi, manusia akan mengembangkan perilaku-perilaku yang mendukung perannya tersebut. Sebagaimana pertunjukan drama, seorang aktor kehidupan juga harus mempersiapkan kelengkapan pertunjukan. Kelengkapan ini antara lain memperhitungkan setting, kostum, penggunaan kata (dialog) dan tindakan non-verbal lain. Hal ini tentunya bertujuan untuk meninggalkan kesan yang baik pada lawan interaksi dan memuluskan jalan dalam mencapai tujuan.

Oleh Goffman, tindakan di atas disebut dalam istilah “impression management”. Goffman juga melihat bahwa ada perbedaan akting yang besar saat aktor berada di atas panggung (front stage) dan di belakang panggung (back stage) drama kehidupan. Kondisi akting di front stage adalah adanya penonton (yang melihat kita) dan kita sedang berada dalam bagian pertunjukan. Saat itu kita berusaha untuk memainkan peran kita sebaik-baiknya agar penonton memahami tujuan dari perilaku kita.

Perilaku kita dibatasi oleh konsep-konsep drama yang bertujuan untuk membuat drama yang berhasil. Sedangkan back stage adalah keadaan dimana kita berada di belakang panggung, dengan kondisi bahwa tidak ada penonton. Sehingga kita dapat berperilaku bebas tanpa mempedulikan plot perilaku, bagaimana yang harus kita bawa. Contohnya, seorang teller senantiasa berpakaian rapi menyambut nasabah dengan ramah, santun, bersikap formal dan dengan perkataan yang diatur. Tetapi, saat istirahat siang, sang teller bisa bersikap lebih santai, bersenda gurau dengan bahasa gaul dengan temannya atau bersikap tidak formal (ngerumpi, dsb). Saat teller menyambut nasabah, merupakan saat front stage baginya (saat pertunjukan). Tanggung jawabnya adalah menyambut nasabah dan memberikan pelayanan kepada nasabah tersebut. Oleh karenanya, perilaku sang teller juga adalah perilaku yang sudah digariskan skenarionya oleh pihak manajemen.

Langkah Pertama

Waktu: Disesuaikan dengan yang ditetapkan oleh sekolah.

Langkah-langkah bagi guru:

- Bukalah pertemuan dengan menyapa semua peserta didik. Ajaklah peserta didik untuk mengungkapkan siapa dirinya. Tidak hanya menyebutkan nama dan alamat, tapi juga aktifitas, kegemaran, dll. Buatlah suasana cair dan menarik. Bukalah dengan doa.
- Berikan penjelasan mengenai teater, seperti; maksud, tujuan dan membeberkan segala permasalahan yang akan dibangun menjadi sebuah pementasan.
- Proses ini akan membutuhkan ruang yang cukup luas untuk bergerak. Guru dapat memilih lokasi yang cukup lapang sebelum memulai latihan.
- Melakukan latihan pemanasan; ajaklah peserta didik untuk mengendurkan seluruh anggota tubuh. Memulainya dari mengendurkan otot-otot leher, bahu, pinggang, hingga jari-jari tangan dan jari-jari kaki.
- Berikutnya, ajaklah peserta didik untuk membuat gerakan-gerakan imajiner, seolah-olah mereka berada dalam situasi tertentu. Misalnya, dimulai dengan setiap peserta didik membayangkan dirinya, menghindari dari serangan kumbang; mulai dari kumbang seekor, lalu sepuluh ekor, limapuluh ekor, dst. Di akhiri dengan mengekspresikan; setiap peserta didik yang menjadi kumbangnya.
- Setiap peserta didik membayangkan dirinya, menghindari dari serangan ular; seekor, sepuluh ekor, limapuluh ekor, dst. Diakhiri dengan mengekspresikan; setiap peserta didik yang menjadi ularnya.
- Setiap peserta didik membayangkan dirinya sebagai mobil atau motor, atau kendaraan di arena balap.
- Pada akhir latihan buatlah evaluasi. Sampaikan bahwa latihan-latihan tersebut di atas, bertujuan untuk membongkar potensi-potensi yang selama ini tersimpan di dalam diri peserta didik. Mengeksplorasi suara dan gerakan yang selama ini tidak lagi pernah dilakukan. Dan perlu diperhatikan, bahwa latihan-latihan di atas, meski akan berlangsung seru dan menyenangkan, tapi umumnya peserta didik cenderung bercanda dan kurang serius. Jadi guru harus selalu mengingatkan tentang konsentrasi dan kesungguhan berekspresi. Agar peserta didik bergairah dalam ber-teater, latihan teater haruslah menyenangkan. Serius tapi santai.
- Tutuplah pertemuan dengan doa.

Langkah Kedua

Waktu: Disesuaikan dengan yang ditetapkan oleh sekolah.

Langkah-langkah bagi guru:

- Guru membuka diskusi mengenai latihan sebelumnya. Membicarakan apa yang harus diperbaiki dari latihan sebelumnya. Mulailah latihan dengan berdoa.
- Guru dapat memulai dengan latihan pemanasan seperti dalam langkah pertama.
- Guru membimbing (mendorong dan mengarahkan) peserta didik mengenai isu/ ide yang akan dipentaskan.
- Guru membagi peserta didik menjadi beberapa kelompok. Masing-masing kelompok terdiri dari 4 – 5 orang.
- Lakukan latihan sebagai berikut:

- Melakukan latihan pemanasan;
- mengendurkan seluruh anggota tubuh. Memulainya dari mengendurkan otot-otot leher, bahu, pinggang, hingga jari-jari tangan dan jari-jari kaki.
- Guru memilih tema/ topik sederhana.
- Dari setiap kelompok; 1 orang berperan sebagai tokoh protagonis (tokoh baik), 3 orang sebagai tokoh antagonis (tokoh jahat/ penentang), dan yang 1 orang sebagai tokoh penengah. Peserta didik mempersoalkan “tema/ topik” secara spontan dan dalam bentuk improvisasi (misalnya, mengekspresikan: “saling menyalahkan”, “saling memuji”, “saling menertawakan”, dst.
- Satu orang lawan tiga orang dan seorang penengah), diimprovisasikan secara bergantian dan dinamis. Peserta didik bisa melakukannya ditempat yang mereka pilih sendiri, atau bergerak dari satu sudut ke sudut lain.
- Guru mengevaluasi dan membuka diskusi secara umum, untuk perbaikan-perbaikan yang diperlukan.
- Guru melakukan evaluasi sebelum mengakhiri latihan.
- Guru menutup latihan dengan berdoa.

Langkah Ketiga

Waktu: Disesuaikan dengan yang ditetapkan oleh sekolah.

Langkah-langkah bagi guru:

- Guru membuka diskusi mengenai latihan sebelumnya. Membicarakan apa yang harus diperbaiki dari latihan sebelumnya. Mulailah latihan dengan berdoa.
- Guru dapat memulai dengan latihan pemanasan seperti dalam langkah pertama.
- Guru membimbing (mendorong dan mengarahkan) peserta didik mengenai isu/ ide aktual, yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik dan memainkannya secara spontan dan dalam bentuk improvisasi.
- Guru membagi peserta didik menjadi beberapa kelompok. Masing-masing kelompok terdiri dari 4 – 5 orang.
- Lakukan latihan berikut:
 - melakukan latihan pemanasan; mengendurkan seluruh anggota tubuh. Memulainya dari mengendurkan otot-otot leher, bahu, pinggang, hingga jari-jari tangan dan jari-jari kaki.
 - Guru memilih tema/ topik sederhana.
 - Guru mengajukan beberapa nomor improvisasi.

Kelompok peserta didik memilih salah satu nomor improvisasi yang diajukan guru:

- (a). Tema: Saling menggunjingkan.
Tiga orang duduk berjajar. Yang seorang pamit. Dua yang tinggal menggunjingkan yang pamit. Mereka pamit bergantian. Improvisasi ini bisa sangat lucu. Guru mengingatkan peserta didik agar menggunakan bahasa yang santun.
- (b). Tema: Mencoba memperdayai.
Dua orang mencoba memperdayai seseorang yang mempunyai banyak koleksi mainan.

- (c). Tema: Mencoba mengatur siasat.
Dua orang mencoba mengatur siasat untuk membela diri atas kesalahan yang mereka lakukan terhadap seseorang.
- (d). Dst.
- Guru mengevaluasi dan membuka diskusi secara umum, untuk perbaikan-perbaikan yang diperlukan.
- Guru melakukan evaluasi sebelum mengakhiri latihan.
- Guru menutup latihan dengan berdoa.

Langkah Keempat

Waktu: Disesuaikan dengan yang ditetapkan oleh sekolah.

Langkah-langkah bagi guru:

- Pada langkah keempat ini, latihan akan mengarah ke bentuk pementasan. Guru dapat memulai dengan memberikan pengantar tentang bagian-bagian dalam sebuah pementasan sebagaimana yang terdapat dalam bahan bacaan tentang dramaturgi.
- Sebelum memulai, buatlah evaluasi latihan sebelumnya. Tidak lupa berdoa.
- Lakukan latihan pemanasan seperti dalam langkah pertama.
- Guru membimbing (mendorong dan mengarahkan) peserta didik untuk mendiskusikan lakon apa dan lakon yang bagaimana yang akan dipentaskan.
- Guru membimbing (mendorong dan mengarahkan) peserta didik untuk mendiskusikan dramaturgi apa (lenong, longser, ketoprak, ludruk, arja, kemidi rodan, kondobuleng, dulmuluk, randai, makyong, mamanda, dll), atau bentuk teater modern, yang akan digunakan untuk membangun pementasan.
- Guru membimbing (mendorong dan mengarahkan) peserta didik untuk menonton (baik langsung maupun melalui video, pementasan lenong, longser, ketoprak, ludruk, arja, kemidi rodan, kondobuleng, dulmuluk, randai, makyong, mamanda, dll) atau pementasan teater modern yang lain untuk nantinya menjadi panduan ketika membangun pementasan.
- Guru dan peserta didik menentukan pemeran, pemeran pembantu dan pemeran pendukung. Atau siapa saja pemeran protagonis (tokoh utama), siapa saja pemeran antagonis (tokoh yang selalu menghalangi tercapainya cita-cita atau tujuan dari tokoh utama), dan siapa saja pemeran yang akan menengahi pertikaian.
- Menentukan setting/ latar peristiwa/ tempat (lokasi) kejadian, yang hubungannya dengan tata artistik (tata pentas, tata rias, tata busana, dll).
- Menentukan musik, suara, dan atmosfer (suara jangkrik, lolong srigala, kokok ayam, deru kendaraan, dll).
- Menentukan tata gerak atau tari (kalau diperlukan).
- Mencoba membangun adegan demi adegan secara improvisasi.
- Melakukan evaluasi sebelum mengakhiri latihan.
- Menutup latihan dengan doa.

Langkah Kelima

Waktu: Disesuaikan dengan yang ditetapkan oleh sekolah.

Langkah-langkah bagi guru:

- Guru membimbing (mendorong dan mengarahkan) peserta didik untuk melakukan evaluasi dari latihan sebelumnya. Tidak lupa berdoa.
- Guru dapat memulai dengan latihan pemanasan seperti dalam langkah pertama.
- Guru membimbing (mendorong dan mengarahkan) peserta didik untuk mempraktekkan rangkaian adegan atau rangkaian babak secara menyeluruh dan memperhatikan detail-detailnya.
- Guru membimbing (mendorong dan mengarahkan) peserta didik agar memperhatikan unsur-unsur penunjang pementasan lainnya; seperti musik, suara, atmosfir, gerak-tari, busana, dll.
- Guru membimbing (mendorong dan mengarahkan) peserta didik untuk melakukan evaluasi dan mendiskusikan hasil latihan.
- Menutup latihan dengan doa.

Langkah Keenam

Waktu: Disesuaikan dengan yang ditetapkan oleh sekolah.

Langkah-langkah bagi guru:

- Guru membimbing (mendorong dan mengarahkan) peserta didik untuk melakukan evaluasi dari latihan sebelumnya. Tidak lupa berdoa.
- Guru dapat memulai dengan latihan pemanasan seperti dalam langkah pertama.
- Guru membimbing (mendorong dan mengarahkan) peserta didik untuk mencoba tata rias, tata busana, properti; meja, kursi, dipan, dll, hands-prop; tongkat, sapu, kemoceng, dll. Yang akan digunakan dalam pementasan.
- Guru membimbing (mendorong dan mengarahkan) peserta didik memainkan adegan atau babak secara utuh, lengkap dengan tata rias, tata busana, hands-prop, properti, set dekor, musik, suara, atmosfir, gerak-tari, dll.
- Guru membimbing (mendorong dan mengarahkan) peserta didik untuk melakukan evaluasi dan mendiskusikan hasil latihan terakhir.
- Menutup latihan dengan doa.

Langkah Ketujuh

Waktu: Disesuaikan dengan yang ditetapkan oleh sekolah.

Langkah-langkah bagi guru:

- Guru membimbing (mendorong dan mengarahkan) peserta didik untuk melakukan evaluasi dari latihan sebelumnya. Tidak lupa berdoa.
- Guru dapat memulai dengan latihan pemanasan seperti dalam langkah pertama.
- Guru membimbing (mendorong dan mengarahkan) peserta didik memainkan adegan atau babak secara utuh, lengkap dengan tata rias, tata busana, hands-prop, properti, set dekor, musik, suara, atmosfir, gerak-tari, dll.
- Guru membimbing (mendorong dan mengarahkan) peserta didik untuk melakukan evaluasi dan mendiskusikan hasil latihan terakhir.
- Menutup latihan dengan doa.

Dance-script untuk gerakan dasar tari Betawi (ondel-ondel)

Nama Gerak	Deskripsi	Hitungan	Gambar
Gerak 1 (perempuan)	1.Kepala menghadap ke depan, lalu digerakan ke kiri dan kanan 2.Kedua tangan diayunkan kedepan secara bergantian dengan jari melentik. 3.Kedua kaki berjalan ditempat menyesuaikan tempo 4.Badan agak rendah dan tegak.	4 X 8 + 4	
Gerak 1 (laki-laki)	1.Kepala menghadap ke depan, lalu digerakan ke kiri dan kanan. 2.Kedua tangan diayun ke depan secara bergantian dengan jari mengepal. 3.Kedua kaki berjalan ditempat menyesuaikan tempo. 4.Badan tegak, gagah		
Gerak 2 (perempuan)	1.Kepala menghadap sesuai arah jalan pertama ke kanan lalu menghadap depan. Di ikuti arah jalan kiri dan menghadap depan lagi 2.Kedua tangan diayun kedepan secara bergantian dengan jari melentik, lalu tangan kanan lurus ke depan dengan tangan kiri di pinggang dan sebaliknya. 3.Kaki berjalan ke arah kanan, lalu posisi titik dengan kaki kiri jinjit dan sebaliknya 4.Posisi badan tegak dan rendah	3 X 8 + 4	
Gerak 2 (laki-laki)	1.Kepala menghadap sesuai arah jalan pertama ke kanan lalu menghadap depan. Di ikuti arah jalan kiri dan menghadap depan lagi 2.Kedua tangan diayun ke depan secara bergantian dengan jari mengepal, lalu tangan kanan posisi menangkis dan tangan kiri di pinggang 3.Kaki berjalan ke arah kanan, lalu posisi titik dengan kaki kanan kedepan bertumpu pada tumit dan sebaliknya. 4.Posisi badan tegak, gagah dan sedikit rendah		

Nama Gerak	Deskripsi	Hitungan	Gambar
Gerak 3 (perempuan)	1.Kepala melihat ke arah tangan yang di atas dan hadap sesuai tangan terbuka. 2.Awalan tangan kanan lurus serong ke atas dan tangan kiri di pundak dengan jari melentik dilakukan bergantian. Lalu kedua tangan dibuka serong, jika hadap kanan, tangan kanan dibawah dan tangan kiri diatas dan dilakukan sebaliknya secara bergantian. 3.Awalan kaki kanan melangkah ke arah kanan di ikuti dengan kaki kiri posisi titik kaki menjinjit. Dilakukan bergantian langkah kanan dan kiri. Lalu kaki kanan dibuka selebar bahu dilakukan sebaliknya dengan kaki kiri. 4.Posisi badan tegak dan rendah. Pada saat posisi kedua tangan terbuka badan digerakan ke kanan dan kiri.	4 X 8	 Bergerak di tempat
Gerak 3 (laki-laki)	1.Kepala melihat ke arah tangan yang diatas. 2.Awalan tangan kanan lurus serong ke atas dan tangan kiri di pundak, dilakukan bergantian. Lalu kedua tangan dibuka serong, jika hadap kanan, tangan kanan dibawah dan tangan kiri diatas dan dilakukan sebaliknya secara bergantian. 3.Awalan kaki kanan melangkah ke arah kanan di ikuti dengan kaki kiri posisi titik 1 kaki kedepan bertumpu pada tumit. Dilakukan bergantian langkah kanan dan kiri. Lalu kaki kanan dibuka selebar bahu dilakukan sebaliknya dengan kaki kiri. 4.Posisi badan tegak, gagah dan agak rendah. Pada saat posisi kedua tangan terbuka badan digerakan ke kanan dan kiri.		 Beregerak di tempat
Gerak 4 (perempuan)	1.Kepala menghadap kanan dan kiri 2.Kedua tangan diangkat sejajar bahu dan pergelangan tangan diayun ke arah depan secara bergantian kanan dan kiri. 3.Kaki berbentuk huruf "V" dengan kaki jinjit ke depan dilakukan secara bergantian kanan dan kiri. 4.Badan tegak dan rendah dan berputar ke arah kanan.	4 x 8	 Bergerak di tempat

Nama Gerak	Deskripsi	Hitungan	Gambar
Gerak 4 (laki-laki)	1.Kepala menghadap kanan dan kiri 2.Tangan kanan posisi menangkis kedepan dengan tangan kiri di pinggang, dilakukan secara bergantian kanan dan kiri. 3.Kaki berbentuk huruf "V" dengan kaki ke depan bertumpu pada tumit, dilakukan secara bergantian kanan dan kiri. 4.Badan tegak, gagah dan agak rendah, lalu berputar ke arah kanan.		 Tampak samping
Gerak 5 (perempuan dan laki-laki)	1.Kepala menunduk lalu menghadap ke depan. 2.Kedua tangan mengepal didepan dada, lalu dibuka serong kanan, dengan tangan kanan serong bawah dan kiri serong atas 3.Kaki ditekuk ke bawah sampai posisi jongkok, lalu berdiri dengan kaki kanan membuka serong 4.Badan jongkok, lalu berdiri tegak dan agak rendah.	4 X 1	
Gerak 6 (perempuan)	1.Kepala menghadap kanan, kiri dan ke depan. 2.Kedua tangan diluruskan kesamping sejajar bahu, dilanjut dengan tangan kanan diayunkan kebawah menuju kearah tangan kiri dan dilakukan sebaliknya dengan jari melentik. 3.Kedua kaki terbuka selebar bahu, lalu kaki kanan melangkah titik mendekat ke kaki kiri dan dilakukan sebaliknya. 4.Badan tegak dan rendah menghadap ke kiri dan kanan.	3 X 8	
Gerak 6 (laki-laki)	1.Kepala menghadap kanan, kiri dan ke depan. 2.Kedua tangan diluruskan ke samping sejajar bahu, dilanjut dengan tangan kanan diayunkan ke bawah menuju ke arah tangan kiri dan dilakukan sebaliknya. 3.Kedua kaki terbuka selebar bahu, lalu kaki kanan melangkah titik mendekat ke kaki kiri dan dilakukan sebaliknya. 4.Badan tegak dan rendah menghadap ke kiri dan kanan.		

Nama Gerak	Deskripsi	Hitungan	Gambar
Gerak 7 (Silat perempuan dan laki-laki)	1. Kepala menghadap ke arah depan. 2. Tangan kanan mengepal ke depan, tangan kiri ditekuk depan dada, lalu tangan kanan ditarik ke belakang sejajar badan dengan posisi dibalik, lalu siku tangan kanan ditepakan ke telapak tangan kiri, lalu tangan kanan mengepal dan menangkis, lalu tangan kanan dengan 2 jari rapat ke arah serong kanan atas tangan kiri ditekuk depan dada dengan 2 jari rapat (dilakukan bergantian), lalu menangkis dengan jari terbuka rapat dimulai dari tangan kanan lalu tangan kiri, dilanjut 3 gerakan silat awal. 3. Kaki posisi kuda-kuda dengan kaki kanan di depan, lalu melangkah jinjit ke kanan dan kiri, dilanjut melangkah biasa ke samping kanan dan kiri dan kembali ke posisi kuda-kuda awal. 4. Badan tegak, agak rendah dan gagah	1 X 8 + 3	The diagram illustrates the sequence for Gerak 7. It shows two rows of four female performers in white shirts and black pants, and two rows of four male performers in red shirts and pants. Arrows indicate the sequence of movements: hand strikes, leg steps, and body shifts. The sequence ends with a final pose.
Gerak 8 (perempuan)	1. Kepala menghadap ke depan. 2. Tangan kanan diayun perlahan dari bawah ke atas, di ikuti tangan kiri, lalu kedua tangan diayun dari bawah ke atas secara perlahan dan sebaliknya dari atas ke bawah dengan tangan melentik 3. Kaki kanan melangkah jinjit ke kanan dan kiri 4. Badan tegak agak dan sedikit rendah		The diagram illustrates the sequence for Gerak 8 for female performers. It shows three female performers in white shirts and black pants. Arrows indicate the sequence of movements: arm swings and leg steps. The sequence ends with a final pose.
Gerak 8 (laki-laki)	1. Kepala menghadap ke depan. 2. Tangan kanan diayun perlahan dari bawah ke atas, di ikuti tangan kiri, lalu kedua tangan diayun dari bawah ke atas secara perlahan dan sebaliknya dari atas ke bawah dengan telapak tangan menghadap ke atas. 3. Kaki kanan melangkah jinjit ke kanan dan kiri 4. Badan tegak agak dan sedikit rendah	4 X 8	The diagram illustrates the sequence for Gerak 8 for male performers. It shows three male performers in red shirts and pants. Arrows indicate the sequence of movements: arm swings and leg steps. The sequence ends with a final pose.

Nama Gerak	Deskripsi	Hitungan	Gambar
Gerak 9 (perempuan dan laki-laki)	Pengulangan gerak 1	4 X 1	 Bergerak di tempat
Gerak 10 (perempuan dan laki-laki)	Pengulangan gerak 2	3 X 8 + 4	
Gerak 11 (perempuan dan laki-laki)	Pengulangan gerak 3	4 X 8	 Bergerak di tempat

Nama Gerak	Deskripsi	Hitungan	Gambar
			 Beregerak di tempat
Gerak 12 (perempuan dan laki-laki)	1.Kepala mengikuti arah badan 2.Kedua tangan berada dibawah disamping kanan dan kiri badan, lalu tangan ditekuk mengepal di depan dada dan membuka lurus ke atas. 3.Kaki berjalan berputar ke kanan lalu titik, putar kiri lalu titik, putar kanan lalu titik, posisi jongkok dan melompat lalu berdiri. 4.Badan tegak, lalu jongkok dan melompat.	2 X 8	

Gerakan Dasar Maen Pukul

Gerakan Dasar Maen Pukul



Gerakan Dasar Maen Pukul



Gerakan Dasar Maen Pukul



Tautan terkait video tutorial dasar setiap kesenian

Tautan: <https://linktr.ee/modulmapbt>



Permainan untuk latihan keaktoran

(Permainan-permainan di bawah ini diambil dari tulisan Jose Rizal Manua sesuai dengan konsep Teater Tanah Air)

Ragam ekspresi teatrikal bisa dicapai jika kita keluar dari rutin kebudayaan dan masuk ke dalam alam. Di dalam alam ekspresi teatrikal dibebaskan dari beban sosial dan moral, dari tata krama dan sopan santun.

Dengan masuk ke dalam alam kita akan menyentuh wilayah-wilayah tak terduga dari seni akting. Masuk ke dalam alam untuk mengeksplorasi kekayaan yang tersimpan dan mengendap di dalam diri adalah bentuk latihan yang ditawarkan oleh teater Tanah Air.

Karena seni akting adalah seni “menjadi”, seperti yang dianut oleh Konstantin Stanislavsky. Karena seni akting adalah seni “menjadi dan tidak menjadi”, seperti yang dianut oleh Bertolt Brecht. Dan seni akting adalah seni “biarkan menjadi”, seperti yang dianut oleh Jerzy Grotowski.

Oleh sebab itu, teater Tanah Air mengeksplorasi penjelajahan terhadap ragam daya imajinasi, fantasi, asosiasi, ekspresi wajah, suara dan gerak, daya penghayatan (pikiran, perasaan dan kesadaran), spontanitas dan sentuhan rasa seni. Agar diri secara personal mampu menangkap/ menyerap sesuatu, yang dapat membuat sesuatu itu menjadi otentik, unik, dan indah. Dengan begitu, ekspresi yang aktual dan inovatif, dimungkinkan!

Modal seorang aktor adalah tubuh, roh dan jiwanya. Melalui tubuh, roh dan jiwa seorang aktor menyerap dan merespons hidup dan kehidupan. Melalui tubuh, roh dan jiwa seorang aktor mengaktualisasikan diri. Melalui tubuh, roh dan jiwa seorang aktor mempresentasikan dan merepresentasikan diri.

1. Mencari Benda Yang Disembunyikan (1)

Benda yang bisa ditempel (isolasi) berukuran 1cm X 2cm, sembunyikan di suatu tempat. Kemudian anak-anak diminta untuk mencari. Siapa yang sudah menemukan benda itu harus menjauh dan duduk, agar anak-anak yang lain terus mencari dan berusaha menemukannya. Latihan bisa diulang 3X. Mula-mula pelatih menempelkan benda itu di tempat yang sulit, kemudian di tempat yang mudah, lalu di tempat yang sulit lagi.

2. Mencari Benda Yang Disembunyikan (2)

Anak-anak disuruh pelatih mencari pasangan. Yang satu menyembunyikan benda di dalam ruangan. Pasangannya mencari benda tersebut. Dalam mencari dia boleh bertanya: “panas?” atau “dingin?”. Kalau benda yang disembunyikan dekat, yang ditanya mengatakan “panas”. Kalau bendanya masih jauh, yang ditanya mengatakan “dingin”. Kata “panas” dan “dingin” bisa diganti dengan gumam keras dan pelan.

3. Mencari Benda Yang Disembunyikan (3)

Pelatih membagi anak-anak menjadi 3-6 kelompok, tergantung banyaknya jumlah anak yang ikut latihan. Setiap kelompok memilih sendiri pemimpinnya. Kemudian di dalam ruangan disembunyikan beberapa benda. Setiap kelompok harus mencari benda-benda itu. Bila salah satu kelompok menemukan benda-benda tersebut, mereka harus mengeluarkan suara dari hewan tertentu dan pemimpinnya datang untuk mengambil benda tersebut. Kelompok yang mendapatkan benda yang disembunyikan paling banyak adalah pemenangnya.

4. Kerjakan Ini-Kerjakan Itu (1)

Pelatih mengatakan “Kerjakan ini” sambil melakukan gerakan tertentu. Anak-anak harus menirukan persis gerakan pelatih. Tapi kalau saya mengatakan “Kerjakan itu”, anak-anak tidak boleh menirukannya. Kemudian salah satu anak saya minta memimpin latihan, sampai semua anak mendapat bagian sebagai Pemimpin.

5. Kerjakan Ini-Kerjakan Itu (2)

Pelatih mengatakan “Ini hidung saya”, sambil memegang lutut. Anak-anak harus mengatakan “Ini lutut saya”, sambil memegang hidung. Dan seterusnya.

6. Kerjakan Ini-Kerjakan Itu (3)

Pelatih berdiri di tengah-tengah lingkaran sambil berkata: “Saya katakan membungkuk”, sambil membungkuk. Anak-anak ikut membungkuk. Kemudian saya mengatakan: “Saya katakan duduk”, tapi saya berdiri. Maka anak-anak yang duduk, mengikuti apa yang saya katakan, tidak boleh mengikuti permainan lagi. Karena anak-anak harus mengikuti apa yang saya katakan, dan bukannya apa yang saya katakan.

7. Ayo, Menyanyi

Pelatih membagi anak-anak menjadi 2-4 kelompok, tergantung banyaknya jumlah anak yang ikut latihan. Kemudian pelatih memilih lagu yang bisa dinyanyikan oleh semua anak. Baris pertama dinyanyikan oleh kelompok 1, baris kedua dinyanyikan oleh kelompok 2, baris ketiga oleh kelompok 3, baris keempat dinyanyikan oleh kelompok 4... dan seterusnya.

8. Bola Dan Musik (1)

Pelatih meminta anak-anak untuk duduk membuat lingkaran. Kemudian pelatih memberikan bola kepada seorang anak yang berada dalam lingkaran. Anak itu harus memberikan bola itu kepada teman yang berada di sebelah kanannya. Bersamaan dengan bola yang beredar, musik dihidupkan. Anak yang memegang bola saat musik dihentikan, dianggap kalah dan mendapat hukuman. Hukumannya ialah memperagakan gerak hewan tertentu dengan diiringi musik.

9. Bola Dan Musik (2)

Anak-anak berdiri, membuat lingkaran. Seorang anak berdiri di tengah lingkaran dengan mata tertutup. Sementara itu bola diedarkan. Yang menerima bola segera mengoper ke temannya. apabila anak yang ditutup matanya, berkata: "Itu bolaku!", anak yang memegang bola dikeluarkan dari permainan.

10. Bantu Mengajar

Seorang anak berperan sebagai pengejar, tetapi dia harus bergerak seperti robot. Tugasnya adalah memburu anak-anak. Dia boleh meminta bantuan dengan memanggil "nama". Anak yang dipanggil berubah menjadi robot yang memburu anak-anak. Anak-anak yang tertangkap menjadi tawanan dan dikeluarkan dari permainan.

11. Polisi Mencari penjahat

Setiap anak diberi secarik kertas. Dari kertas-kertas yang dibagikan itu, satu kertas diberi tanda "lingkaran" dan satu kertas lagi diberi tanda "silang". Anak yang mendapatkan kertas dengan tanda "lingkaran" berperan sebagai "polisi", dan anak yang mendapatkan kertas yang bertanda "silang" berperan sebagai "penjahat". Permainannya ialah, "polisi" berusaha mencari "penjahat". Sementara itu, "penjahat" terus mencari korban. Caranyanya dengan mengejapkan mata di depan korbannya. Anak yang mendapatkan kejapan mata harus jatuh sambil berteriak sambil berteriak panjang: "aaaaaa...", setelah hitungan 10 atau 15.

12. Berpindah Dari Pulau Ke Pulau

Pelatih memberikan 2 lembar kertas ukuran kwarto kepada setiap anak. Setiap anak harus berjalan dari satu sudut ke sudut lain dengan cara memindahkan kertas yang satu dengan tangan dan kedua kakinya bertumpu pada kertas yang satunya. Kertas-kertas itu tidak boleh diseret dengan kaki.

13. Melipat Lengan Dan Menyilangkan Kaki

Pelatih bercerita atau salah seorang anak ditunjuk untuk bercerita. Kalau si pencerita mengucapkan kata "tetapi", anak-anak yang mendengarkan harus melipat tangan dan menyilangkan kakinya. Kalau si pencerita mengucapkan kata "dan", maka anak-anak harus meluruskan kaki dan tangannya.

14. Tepuk Pundak Dan Merangkak

Anak-anak dibagi dalam dua kelompok. Berbaris menghadap ke depan dengan kaki terentang. Ketika aba-aba mulai, anak yang paling depan merangkak ke belakang, disela kaki teman-temannya. Setelah sampai di belakang, ia pun menepuk bahu teman yang di depannya. Anak yang ditepuk bahunya, menepuk lagi bahu teman di depannya. Sampai yang paling depan, dan segera merangkak ke belakang. Kelompok yang paling dulu selesai adalah pemenangnya.

15. Siapakah Dia? (1)

Anak-anak dibagi menjadi 2 kelompok. Kelompok yang menebak dan kelompok yang ditebak. Kelompok yang ditebak membisikkan nama “tokoh” kepada pelatih. Kemudian pelatih menyuruh kelompok penebak mencari tahu nama “tokoh” yang dibisikkan. Dengan cara bertanya “tentang jenis kelamin”, “usia”, “profesi”, dan lain-lain. Jika sudah yakin pada tebakannya, kelompok penebak menyebutkan nama “tokoh” yang dimaksud. Jika tebakannya betul dia dapat nilai 1. Jika salah maka kelompok lawannya yang dapat nilai 1. Permainan ini dilakukan bergantian.

16. Siapakah Dia? (2)

Dengan berpasangan (satu lawan satu). Nama “tokoh” yang harus ditebak ditempel/ disematkan dipunggungnya penebak. Permainan dilakukan secara bergantian.

17. Siapakah Dia? (3)

Seorang anak bertanya kepada pasangannya tentang segala hal. Dan pasangannya hanya boleh menjawab “”betul” atau “salah”.

17. Siapakah Dia? (3)

Seorang anak mengambil gambar orang terkenal dari koran atau majalah. Lalu pasangannya menerka “tokoh” tersebut.

18. Tebak Kalimat

Pelatih membentuk dua kelompok anak yang saling berhadapan. Setelah menentukan siapa dulu yang harus menebak, pelatih menuliskan kalimat/ membisikkan kalimat (yang terdiri dari 3 kata) kepada utusan dari kelompok penebak. Utusan itu menterjemahkan kalimat yang dituliskan/ dibisikkan pelatih kepadanya melalui gerak. Kemudian dari gerakan-gerakan itu, kelompok penebak menyebutkan kalimat yang dimaksud. Jika tebakannya betul, maka mereka mendapatkan nilai 1. Permainan ini bisa dilanjutkan untuk beberapa kali.

19. Menyusun Kalimat (1)

Anak-anak berhadapan dengan pasangannya. Bisa juga dengan cara berantai. Yang seorang menyebutkan satu kata. Lawannya atau yang berikutnya mengulang dengan menambahkan satu kata lagi. Dan seterusnya. Sampai semua anak-anak mendapatkan giliran.

20. Menyusun Kalimat (2)

Pelatih di tengah lingkaran menyebutkan satu kata, misalnya kata “perdamaian”, sambil menunjuk seorang anak. Anak yang ditunjuk menyebutkan huruf depannya, misalnya “p”, kemudian anak yang berada di sebelah kanannya menyebut huruf “e”, yang di kanannya lagi menyebut huruf “r”... dan seterusnya.

21. Menyusun Kalimat (3)

Pelatih menyebutkan sebuah kalimat. Setiap anak harus mengulang kalimat tersebut, dengan menambah kalimat baru. Misalnya pelatih berkata: “Saya pergi ke rumah Nenek”. Anak yang ditunjuk harus mengucapkan kalimat: “Saya pergi ke rumah Nenek, bersama Ayah dan Ibu”. Anak berikutnya mengucapkan: “Saya pergi ke rumah Nenek, bersama Ayah dan Ibu, naik bus malam yang sejuk.” Dan seterusnya.

22. Menyusun Kalimat (4)

Anak-anak duduk melingkar. Seorang anak ditunjuk sebagai pemimpin yang mengajukan pertanyaan-pertanyaan kepada anak-anak. Sebelumnya ditentukan 5 kata terlarang yang tidak boleh diucapkan anak-anak ketika menjawab pertanyaan pemimpin. Misalnya kata “bisa”, “mau”, “jangan”, “ya”, “di sana” dan “tidak”. Yang mengucapkan kata larangan tidak boleh melanjutkan permainan.

23. Menyusun Kalimat (5)

Anak-anak duduk membuat lingkaran. Seorang anak ditunjuk untuk mengucapkan kata bertautan, misalnya “kapal laut”, anak kedua harus mengucapkan kata bertautan berdasarkan kata akhir dari apa yang diucapkan anak pertama. Misalnya, “laut biru. Anak ketiga “Biru langit”. Anak keempat “Langit cerah”... dan seterusnya.

24. Menyusun Kalimat (6)

Pelatih menyuruh setiap anak menyusun kalimat dari beberapa huruf yang sudah ditentukan. Misalnya, huruf “A-B-I-H” menjadi “Anak Burung Itu Hitam”.

25. Menyusun Kalimat (7)

Anak-anak duduk melingkar. Pelatih membisikkan kalimat kepada salah seorang anak. Anak tersebut harus membisikkannya lagi kepada teman di sebelah kanannya. Begitu seterusnya. Sampai anak terakhir. Kemudian pelatih meminta setiap anak mengucapkan kalimat yang didengarnya.

26. Menyusun Kalimat (8)

Anak-anak membuat kelompok yang terdiri dari 3 atau 5 anak. Setiap kelompok harus menebak kata dari 3 kalimat yang masing-masing katanya dihilangkan satu. Misalnya, yang dihilangkan kata “curi”. Kalimatnya berbunyi:

1. Seorang X harus dihukum
2. Kami sedih sekali ketika barang-barang di rumah kami X orang
3. Siapa yang X kue dari dalam lemari?

27. Mencuri Harta Benda Raksasa (1)

Anak-anak membuat lingkaran. Seorang anak tidur di tengah lingkaran (dia berperan sebagai raksasa). Di sekitarnya diletakkan berbagai macam benda. Setiap anak berusaha mengambil benda-benda itu. Jika raksasa duduk, anak-anak harus mematung. Siapa yang masih bergerak, menjadi tawanan raksasa, dan ditempatkan di luar lingkaran.

28. Mencuri Harta Benda Raksasa (2)

Raksasa berjalan, anak-anak mengikuti dari belakang sambil mengendap-endap, seolah hendak mencolek bahu raksasa. Apabila raksasa menoleh ke belakang dan ada anak yang masih bergerak (tidak mematung), maka dikeluarkan dari permainan.

29. Siapa Yang Paling Cepat (1)

Pelatih membentuk anak-anak menjadi 2 barisan. Anak yang paling depan masing-masing diberi bola. Ketika aba-aba mulai, anak yang memegang bola, mengoper bola itu secara estafet, ke belakang lewat atas kepalanya, sampai ke anak yang paling belakang. Kemudian anak yang paling belakang merangkak ke depan, disela kedua kaki teman-temannya. Setelah sampai di depan, ia mengoper bola ke belakang lewat kepalanya. Begitu seterusnya, sampai anak terakhir mendapat giliran. Yang duluan selesai adalah pemenangnya.

30. Siapa Yang Paling Cepat (2)

Dalam formasi yang sama. Anak-anak yang paling belakang menepuk pundak teman di depannya, secara estafet. Anak yang paling depan berteriak: "Aaaoowww", lalu merangkak mundur disela kedua kaki teman-temannya. Sesampai di belakang, ia segera menepuk bahu temannya. Begitu seterusnya, sampai pada anak yang terakhir. Siapa yang paling cepat adalah pemenangnya.

31. Menjadi Tukang Sihir (1)

Pelatih menyuruh mencari pasangannya masing-masing. Yang satu berperan sebagai Tukang Sihir, pasangannya mengikuti apa yang diperintahkan oleh si Tukang Sihir. Misalnya Tukang Sihir mengatakan: "Lompat Kodok!", maka pasangannya harus melompat-lompat seperti kodok. Jika yang menjadi Tukang Sihir, mengatakan: "Jalan mundur!", maka pasangannya harus jalan mundur. Dan seterusnya.

32. Menjadi Tukang Sihir (2)

Seorang anak ditunjuk sebagai Tukang Sihir. Setiap anak yang disentuhnya menjadi patung (mematung). Dia baru dapat sembuh jika teman yang masih bebas menyentuhnya.

33. Menjadi Tukang Sihir (3)

Seorang anak menjadi Tukang Sihir, dengan tongkatnya dia bisa menyihir setiap anak untuk menjadi mobil, motor, kapal terbang, kereta api, kodok, monyet, atau apa saja.

34. Pemburu Dan Si Kancil

Pelatih memilih 2 anak ke tengah lingkaran. Yang satu berperan sebagai pemburu, yang lain sebagai si Kancil. Kedua mata mereka ditutup. Setelah aba-aba mulai, Pemburu harus dapat menangkap si Kancil. Dan si Kancil berusaha menghindar.

35. Menerka Nama Binatang

Pelatih membagi anak-anak menjadi 2 kelompok yang saling berhadapan. Kelompok 1 membisikkan nama binatang kepada pelatih. Kelompok 2 menerka dengan mengajukan 6 pertanyaan kepada kelompok 1. Pertanyaannya tidak boleh langsung. Misalnya: “Besar atau kecilkah kamu?” atau “Berbulu atau berkulit licinkah kamu?”. Setelah mengajukan 6 pertanyaan, kelompok 2 harus menyimpulkan nama binatang tebakannya. Kalau tebakannya benar, maka kelompok 1 memperoleh nilai 1. Permainan dilanjutkan secara bergantian.

36. Lempar Bola Tennis

Anak-anak membuat lingkaran. Pelatih yang di tengah lingkaran melemparkan bola tenis kepada seorang anak dengan mengatakan nama kota. Anak yang menerima bola harus menyebutkan nama provinsinya. Kemudian melemparkannya lagi kepada anak yang lain, sambil menyebutkan nama kota. Begitu seterusnya. Yang tidak dapat menyebutkan nama provinsinya, dikeluarkan dari permainan.

37. Dari Kota Ke Kota (1)

Anak-anak duduk membuat lingkaran. Masing-masing anak diberi secarik kertas yang bertuliskan nama kota. Seorang anak ditunjuk sebagai pemimpin dan berdiri di tengah lingkaran. Pemimpin bercerita, misalnya: “Saya pergi dari Cirebon ke Banyuwangi naik kereta api”. Anak yang mempunyai nama Cirebon dan Banyuwangi harus bertukar tempat. Pemimpin berusaha merebut tempat salah satu dari mereka yang bertukar tempat (berpindah). Apabila pemimpin dapat lebih dulu, maka anak yang tempatnya diduduki, gentian menjadi pemimpin.

38. Dari Kota Ke Kota (2)

Anak-anak duduk melingkar, selang-seling antara anak laki-laki dan perempuan. Apabila pemimpin mengatakan bertukar ke kanan, maka anak laki-laki berpindah ke kanannya anak perempuan. Apabila pemimpin mengatakan bertukar ke kiri, maka anak perempuan berpindah ke kirinya anak laki-laki. Tetapi, apabila pemimpin mengatakan: “Sekarang kita keliling Nusantara”. Maka semua anak harus berganti tempat. Dan pemimpin berusaha merebut salah satu tempat dari mereka. Yang tidak dapat tempat, jadi pemimpin.

38. Dari Kota Ke Kota (2)

Seorang anak menyebut nama sebuah kota atau negara, berdasarkan huruf akhir dari kota atau Negara yang disebut anak pertama. Misalnya “Surabaya”, anak berikutnya harus mengatakan “Ambon”, atau anak pertama mengatakan “Uruguay”, anak berikutnya mengatakan “Indonesia”. Dan seterusnya.

39. Dari Kota Ke Kota (3)

Seorang anak mengucapkan sebuah kalimat. Misalnya: “Kemarin saya ke Surabaya mengunjungi Nenek.” Anak yang berikutnya harus mengatakan: “Di kota Ambon, makanan yang terkenal adalah bika.”

40. Polisi Dan Perampok

Anak-anak membuat barisan, lima orang setiap deret. Mereka bergandengan tangan membentuk rantai, 2 orang anak dipilih untuk menjadi Polisi dan Perampok. Polisi mengejar Perampok. Perampok lari disela deretan anak-anak yang membentuk rantai. Agar Perampok sulit tertangkap, pelatih memberi perintah: “Ganti!”, kepada anak yang membentuk rantai. Setiap kata “ganti”, anak-anak yang membentuk rantai harus belok kanan dan membentuk rantai baru.

41. Penunjuk Jalan (1)

Masing-masing anak mencari pasangan. Yang satu matanya tertutup. Pasangannya menuntun. Ketika pelatih memberi aba-aba: “Mulai!”, anak yang menuntun membawa temannya yang matanya tertutup jalan-jalan.

42. Penunjuk Jalan (2)

Anak-anak yang matanya tertutup berjalan mengikuti suara (atau jentikan jari), atau atas perintah pasangannya.

43. Penunjuk Jalan (3)

Seorang anak menunjukkan telapak tangannya, dan pasangannya menatap telapak tangan itu. Jarak antara telapak tangan dan tatapan berkisar antara 1 jengkal. Anak yang menatap terus mengikuti kemana telapak tangan itu bergerak. Misalnya, telapak tangan bergerak ke bawah, ke atas, atau ke samping, dan seterusnya. Agar bisa diikuti, gerakan telapak tangan harus lambat.

44. Penunjuk Jalan (4)

Latihan menuntun juga bisa dilakukan dalam kelompok. Misalnya, 1 anak menuntun 10 temannya, yang matanya tertutup. Masing-masing memegang pundak teman yang di depannya.

45. Nomor-nomor Yang Beruntung

Pelatih membagikan 5 butir kacang ijo kepada setiap anak. Kemudian musik diperdengarkan. Bersamaan dengan itu anak-anak boleh membagikan atau menambahkan kacang ijo yang ada di tangannya, kepada teman-temannya yang lain. Sampai musik dihentikan. Ketika musik berhenti, pemimpin berseru: “7, 12, 3, 19, 21”. Anak yang memiliki kacang ijo sebanyak yang disebutkan pemimpin adalah pemenangnya.

46. Menerka Pekerjaan Lawan

Anak-anak dibagi dalam 2 kelompok yang saling berhadapan. Masing-masing mempunyai wilayah kekuasaan. Setelah saling berunding tentang pekerjaan dan perdagangan, kelompok 1 dan kelompok 2 maju ke batas tengah. Maka terjadilah percakapan. Misalnya:

- Kelompok 1: "Kami datang."
- Kelompok 2: "Dari Mana?"
- Kelompok 1: "Pulang kerja. Kami tidak pernah melepaskan tanggung-jawab."
- Kelompok 2: Apakah barang daganganmu?"
- Kelompok 1: "Kecap."

Kemudian kelompok 1 menyebutkan huruf depan merk dagangannya. Kemudian menjelaskannya melalui akting bisu/ pantomime Misalnya, kecap merk/ cap Bangau. Kelompok 1 menyebutkan huruf B, kemudian bergerak seperti burung atau berdiri terbang atau berdiri dengan mengangkat 1 kaki. Kelompok 2 menebak. Apabila mereka menebak "Bangau". Kelompok 1 harus segera lari ke wilayahnya. Yang tertangkap menjadi kelompok 2.

47. Gambar Aneh (1)

Anak-anak membuat kelompok. Masing-masing kelompok 3 orang. Setiap kelompok diberi pensil, pulpen dan kertas ukuran kwarto/ folio. Kemudian kertas itu dilipat 3 oleh pelatih. Pelatih memanggil anak pertama, dan menyuruh menggambar "kepala" (boleh gambar binatang atau manusia). Setelah itu gambar tersebut dilipat atau disembunyikan. Anak kedua disuruh menggambar "badan" dan anak ketiga disuruh menggambar "kaki". Setelah semua anak mendapat giliran, gambar diperlihatkan. Tentu akan terdapat gambar-gambar yang aneh dan lucu.

48. Gambar Aneh (2)

Anak-anak disuruh menggambar dengan mata tertutup.

49. Dor Dan Jatuh

Anak-anak menyanyi bersama:

" Balonku ada lima
rupa-rupa warnanya
hijau kuning kelabu
merah muda dan biru
meletus balon hijau Doorrr..."

Setelah kata "Doorrr", anak-anak harus menjatuhkan diri. Yang terlambat jatuh dikeluarkan dari permainan.

50. Menjadi Patung

Anak-anak disuruh bergerak bebas, menurut gerakan-gerakan binatang yang mereka pilih, atau ditentukan oleh pelatih. Bisa dengan iringan musik. Ketika pelatih berkata: "Stop!", semua anak harus mematung. Yang masih bergerak dikeluarkan dari permainan.

51. Menceritakan Benda

Letakkan bermacam-macam benda di tengah lingkaran. Setiap anak harus bercerita berdasarkan benda-benda tersebut. Pemenangnya adalah yang ceritanya paling menarik.

52. Menyamar Menjadi Binatang

Pelatih membisikkan nama binatang tertentu ke telinga anak-anak. Kemudian anak-anak disuruh memperagakan gerakan dan suara dari binatang-binatang yang dibisikkan. Kemudian, masing-masing anak diminta untuk saling menilai, apakah suara temannya sudah sesuai dengan gerakan binatang yang dia peragakan.

53. Pendongeng Jempolan

Pelatih menyuruh anak-anak membuat kelompok. Masing-masing kelompok terdiri dari 3 orang. Masing-masing kelompok harus bercerita secara bergantian. Misalnya, kelompok A. Anak pertama dari kelompok A bercerita (masing-masing anak diberi waktu 1 atau 3 menit). Anak kedua diminta melanjutkan cerita dari cerita anak pertama. Setelah 1 atau 3 menit, anak ketiga diminta melanjutkan cerita dari cerita anak kedua. Sampai setiap kelompok mendapat giliran.

54. Binatang Mencari Makanan

Pelatih membagi anak-anak dalam 4 atau 6 kelompok. Setiap kelompok harus menentukan pemimpinnya masing-masing. Pemimpin menyembunyikan beberapa benda di dalam ruangan. Anak-anak dari kelompok masing-masing mencari, yang menemukan paling banyak adalah pemenangnya. Masing-masing anak diberi kesempatan untuk menjadi pemimpin.

55. Menerka Uang Logam

Pemain dibagi 2 kelompok yang saling berhadapan. Kelompok 1 mengedarkan mata uang dari tangan ke tangan. Setelah pemimpin berkata: "Stop!", kelompok 1 harus mengangkat kedua tangannya. Kelompok 2 menebak di tangan siapa mata uang logam itu berada. Apabila tertebak, kelompok 2 mendapatkan nilai. Kemudian uang logam beredar di tangan kelompok 2, kemudian kelompok 1 menebak.

56. Pukul Berapa, Tuan Srigala?

Seorang anak ditunjuk sebagai Tuan Srigala. Ia berjalan ke mana dia suka. Anak-anak mengikuti sambil bertanya: "Pukul berapa, Tuan Srigala?". Tuan Srigala boleh menjawab sesuka hatinya. Misalnya: "Pukul 3, 6, 8 atau 9. Tapi kalau Tuan Srigala menjawab: "Pukul 12 waktunya makan malam!", maka anak-anak harus berlari menuju tonggak pengaman. Yang tertangkap sebelum mencapai tonggak pengaman menjadi Tuan Srigala.

57. Siapa Yang Pindah

Anak-anak duduk membentuk lingkaran. Seorang anak disuruh keluar ruangan. Sementara itu, anak-anak yang duduk dalam lingkaran ada yang bertukar tempat. Ketika disuruh masuk, anak itu harus menebak, siapa yang bertukar tempat. Kalau tebakannya benar, anak yang tertebak gantian menjadi penebak.

58. Berpindah Sudut Ruang (1)

Pelatih memilih 5 anak yang masing-masing berdiri di sudut ruang yang sudah ditentukan. Seorang anak berdiri di tengah. Ketika aba-aba mulai, ke 5 anak harus berlari ke sudut berikutnya searah jarum jam. Anak yang di tengah harus menangkap salah satu dari mereka, sebelum sampai ke sudut ruangnya. Apabila tertangkap, anak tersebut gantian berdiri di tengah, sebagai penangkap.

59. Berpindah Sudut Ruang (2)

Anak-anak dibagi dalam 5 kelompok. Tentunya permainan ini akan lebih seru!

60. Bergerak Bersama

Pelatih menyuruh anak-anak membentuk 2 kelompok yang saling berhadapan, dan menentukan beberapa gerakan yang harus dilakukan oleh anak-anak. Misalnya, mengangkat tangan, memegang lutut, jongkok, dan mengangkat 1 kaki. Kemudian pelatih memerintahkan: “Bergerak!”, maka anak-anak harus memilih salah satu gerakan. Apabila dari 2 kelompok ada yang gerakannya sama, dikeluarkan dari permainan.

61. Pendongeng Ulung

Pelatih menuliskan judul-judul yang unik dan lucu kepada setiap anak. Misalnya, “Pengalamanku membuat Robot yang bisa bicara”, “Mengapa aku keliling dunia”, “Mengapa aku senang menyelam ke dasar samudera?”, atau “Petualanganku di Planet Mars”. Anak-anak harus membuat cerita dari judul yang dia terima. Yang tidak bisa bercerita mendapat hukuman yang ditentukan oleh anak-anak yang lain.

62. Huruf Yang Dilarang

Setiap anak mendapat giliran bercerita. Setelah ditentukan huruf yang tabu untuk dikatakan. Misalnya, huruf “i” atau “p”, tergantung kesepakatan bersama. Anak yang mengucapkan huruf tabu dikeluarkan dari permainan.

63. Berdiri Satu Kaki

Musik diperdengarkan. Anak-anak melompat-lompat sesuai irama musik. Ketika musik berhenti, setiap anak harus berdiri dengan satu kaki. Yang salah dikeluarkan dari permainan.

64. Menggulirkan Bola

Pelatih membagi anak-anak dalam 3 atau 5 kelompok. Masing-masing kelompok terdiri dari 5 – 10 anak. Masing-masing kelompok berbaris dan diberi bola tenis. Anak yang paling depan menggulirkan bola melewati sela-sela kaki temannya, anak yang paling belakang mengambil bola lalu lari ke depan dan melakukan hal yang sama. Yang menang adalah yang paling duluan selesai.

65. Kotak Ajaib

Anak-anak duduk melingkar. Mereka mengucapkan kalimat bersama-sama: “Di Rumah Tua itu ada kotak ajaib, kalau kotak itu dibuka maka terdengar suara...” Anak yang mendapat giliran harus melanjutkan “... yang merdu sekali.”, Kalimat di atas diulang, sampai anak terakhir mendapat giliran.

66. Menerka Pekerjaan

Anak-anak dibagi dalam dua kelompok yang saling berhadapan. Seorang anak ditunjuk sebagai pemimpin. Kelompok 1 membisikkan sebuah “profesi” kepada pemimpin. Kelompok 2 harus menebak “profesi” yang dimaksud dengan mengajukan 5 pertanyaan kepada kelompok 1. Permainan dilanjutkan secara bergantian, yang tebakannya tepat adalah pemenangnya.

67. Terasi

Anak-anak berjalan mengitari seorang anak yang duduk di tengah lingkaran, sambil mengajukan pertanyaan-pertanyaan. Misalnya: “Nama kamu siapa?”, “Makanan kesukaanmu apa?”, “Kamu tinggal di jalan apa?”, “Kamu keramas pakai apa?”, dan seterusnya. Anak yang duduk di tengah harus menjawab setiap pertanyaan yang diajukan, hanya dengan satu kata, yaitu: “Terasi”. Apabila di antara anak-anak ada yang tertawa, maka akan dikeluarkan dari permainan.

68. Menangkap Yang Lari

Anak-anak dibagi dalam 4 kelompok dan ditempatkan di 4 sudut ruang. Seorang anak menjadi penjaga, berdiri di tengah ruang. Ketika pelatih memberikan aba-aba “mulai”, setiap kelompok harus berlari ke sudut yang lain, searah jarum jam. Pada saat itu, penjaga harus berusaha menangkap mereka, yang tertangkap gentian menjadi penjaga.

69. Tap Jongkok

Seorang anak bertugas sebagai penjaga. Anak-anak yang lain harus jongkok, jika ada yang kedapatan berdiri, penjaga akan menangkapnya. Anak yang tertangkap bergantian menjadi penjaga.

70. Permainan Lampu Senter

Ruangan digelapkan. Setiap anak diberi lampu senter. Setelah aba-aba “Mulai”, setiap anak harus berusaha menangkap wajah temannya dengan cahaya lampu senter masing-masing. Anak yang terkena sorotan 2 cahaya lampu senter dikeluarkan dari permainan.

71. Lewat Bawah Jembatan

5 orang anak berperan sebagai jembatan. Mereka berjajar dengan merentangkan tangan ke samping dalam jarak 2 meter. Anak-anak harus berjalan di bawah rentangan tangan. Jika ada yang kena ketika rentangan tangan diturunkan, dikeluarkan dari permainan atau bergantian berperan sebagai “jembatan”.

72. Bergerak Dalam Lingkaran

Pelatih menyuruh masing-masing anak mencari pasangan. Kemudian mereka membuat lingkaran, yang satu berada di lingkaran luar dan pasangannya berada di lingkaran dalam. Setelah musik dihidupkan, mereka berjalan melingkar dengan arah berlawanan. Ketika musik dimatikan, masing-masing anak harus segera mencari pasangannya. Anak yang paling lambat menemukan pasangannya dikeluarkan dari permainan.

73. Kepala Suku

Anak-anak duduk membuat lingkaran. Seorang anak disuruh keluar ruangan. Dia berperan sebagai “Penebak”. Kemudian, salah seorang anak yang berada di dalam lingkaran ditunjuk sebagai Kepala Suku. Kepala Suku akan membuat beberapa gerakan atau bunyi-bunyian yang diikuti oleh anak-anak yang berada di lingkaran. Ketika anak yang diluar ruangan (penebak) masuk, dia harus bisa menebak siapa yang berperan sebagai Kepala Suku. Permainan dilanjutkan dengan memberi kesempatan kepada anak-anak lainnya.

74. Menjadi Guru Di Kelas

Anak-anak duduk dalam lingkaran. Seorang anak ditunjuk sebagai guru. Masing-masing anak akan ditanya, misalnya: “Sebutkan 5 nama kota di Jawa?” atau “Sebutkan 5 tokoh pendidikan?” atau “Sebutkan 5 jenis sayuran?” atau “Sebutkan 5 nama Negara?”, dan sebagainya. Anak yang tidak bisa menjawab harus keluar dari lingkaran.

75. Mencari Teman

Pelatih menuliskan nama binatang-binatang tertentu pada kertas dan membagikannya pada semua anak. Anak-anak harus menirukan suara binatang yang didapatnya sambil mencari temannya, yaitu jenis binatang yang sama.

76. Musik Duduk (1)

Ketika musik diperdengarkan, anak-anak menari. Mereka boleh bergerak bebas. Tetapi, saat musik dihentikan, mereka harus segera duduk. Anak yang terlambat duduk akan dikeluarkan dari permainan.

77. Musik Duduk (2)

Jumlah kursi di kurangi 1 dari jumlah anak. Anak yang tidak dapat tempat duduk dikeluarkan dari permainan.

78. Pemburu Buta

Dua orang anak ditunjuk sebagai pemburu dan kedua mata mereka ditutup. Tujuh meter di depan mereka diletakkan beberapa macam benda. Masing-masing pemburu harus mengambil benda-benda itu satu-persatu dan memasukkannya ke kantong plastik yang sudah disediakan. Pemenangnya adalah yang mendapat paling banyak.

79. Menyeberangi Sungai

Pelatih membuat rintangan-rintangan sebagai “sungai”. Lebarnya bisa 1 meter atau ½ meter. Tergantung pada kemampuan anak.

80. Melewati Rintangan

Kepada anak-anak ditunjukkan beberapa rintangan. Misalnya, kursi, kaleng, botol, tumpukan buku, dan lain-lain. Mereka harus melewati rintangan-rintangan tersebut tanpa menyentuhnya. Kemudian semua mata mereka ditutup, dan tanpa sepengetahuan mereka, rintangan-rintangan itu disingkirkan. Setelah aba-aba “mulai”, mereka harus berjalan menyeberangi rintangan-rintangan, yang sebenarnya sudah disingkirkan.

81. Geleng Kepala dan menunjuk

Anak-anak membuat lingkaran sambil menyanyi gembira. Pilih lagu yang bisa dinyanyikan oleh semua anak. Ketika lagu selesai, pelatih menunjuk seorang anak. Anak yang ditunjuk tidak boleh tertawa atau tersenyum. Dia hanya diizinkan menggelengkan kepala dan menunjuk anak yang lain. Anak lain yang ditunjuk geleng-geleng kepala dan menunjuk anak yang lainnya lagi. Begitu seterusnya, sampai semua anak mendapat giliran.

82. Orang Utan

Semua anak-anak bergerak atau berjalan seperti orang utan. Ketika pelatih berteriak: "Pemburu!", semua anak mematung. Pelatih akan menghitung sampai 5 atau 10, siapa yang bergerak dikeluarkan dari permainan.

83. Merebut Tempat

Anak-anak berdiri melingkar. Seorang anak berdiri di tengah lingkaran. Ketika musik diperdengarkan, anak yang di tengah harus menarik salah seorang anak yang berada di lingkaran dan menggantikan tempatnya. Anak yang kehilangan tempat, menarik anak yang lain dan menduduki tempatnya, begitu seterusnya, sampai musik dihentikan mendadak. Anak yang kehilangan tempat mendapat hukuman. Misalnya, disuruh menyanyi atau menari.

84. Musik dan Senter

Seluruh lampu di ruangan dipadamkan. Anak-anak duduk membuat lingkaran. Ketika musik diperdengarkan, seorang anak harus menerangi wajahnya dengan lampu senter, lalu menyerahkan lampu senter itu kepada teman di sebelahnya. Begitu bergantian, sampai semua anak mendapat kesempatan.

85. Membuat Kelompok

Musik diperdengarkan, anak-anak berjalan bebas di sekitar ruangan/ tempat latihan. Apabila musik berhenti dan pelatih menyebutkan angka "5", maka anak-anak harus segera membentuk kelompok yang terdiri dari 5 anak. Apabila pelatih menyebut "7", maka anak-anak membentuk kelompok yang terdiri dari 7 anak. Dan seterusnya.

86. Musik Dadakan

Anak-anak membuat kelompok yang terdiri dari 5 – 7 anak. Masing-masing diberi alat-alat yang sederhana, seperti sisir, batu, tali, karet, pinsil, dan gelas. Dalam waktu 3 – 5 menit setiap kelompok harus bisa membuat bunyi-bunyian. Kelompok yang bunyi-bunyiannya paling bagus adalah pemenangnya.

87. Cerita Humor

Masing-masing anak disuruh menyampaikan cerita humor di tengah lingkaran. Anak-anak yang lain menanggapi dengan gumaman dan erangan.

88. Naik Perahu

Musik diperdengarkan, anak-anak menari. Di lantai disebar beberapa kertas ukuran kwarto/ folio. Ketika musik dihentikan, anak-anak harus berdiri di atas kertas. Setiap kertas hanya boleh untuk 1 atau 2 orang saja.

89. Menyusun Kalimat

Anak-anak membentuk kelompok. Setiap kelompok diberi setumpuk huruf. Tugas kelompok adalah menyusun huruf-huruf tersebut menjadi kalimat yang sebenarnya. Kelompok yang lebih dulu selesai adalah pemenangnya.

90. Mana yang ganjil

Setiap anak diberi daftar nama-nama benda, pekerjaan, dan jenis-jenis lain. Namun dari daftar itu ada terselip nama benda yang ganjil. Setiap anak harus menemukan nama benda yang ganjil itu. Contohnya; Apel, jeruk, manga, kacang panjang, anggur, dan nanas. (yang ganjil kacang panjang. Sebab kacang panjang jenis sayuran, sedangkan yang lain jenis buah-buahan).

91. Menepuk Lutut

Pelatih meminta anak-anak memilih pasangan, kemudian duduk berhadapan. Mereka boleh bergerak bebas, melompat, menjauh, mengitari lawan, dan lain-lain. Tujuan mereka masing-masing adalah menepuk lutut pasangannya. Siapa yang lebih dulu menepuk lutut pasangannya adalah pemenangnya.

92. Mengaumlah, Singa, Mengaumlah!

Pelatih menyuruh anak-anak membentuk lingkaran, mengelilingi seorang anak yang ditutup matanya. Setelah 3x mengelilingi lingkaran, anak yang ditutup matanya menunduk sambil berseru: “Mengaumlah, Singa, mengaumlah!”. Anak yang ditunjuk mengaum, menirukan suara singa. Kemudian anak yang ditutup matanya menerka nama anak tersebut. Apabila berhasil, mereka pun berganti tempat.

93. Kucing Penyihir

Masing-masing anak memberikan kata sifat dan nama untuk kucing penyihir. Semuanya berawalan kata yang sama. Misalnya, anak pertama mengatakan: “Kucing Penyihir itu angkuh dan namanya Andhika”. Anak kedua yang bernama Andhika mengatakan: “Kucing Penyihir itu bandel dan namanya Wati”. Anak ketiga yang bernama Wati, mengatakan: “Kucing Penyihir itu norak dan namanya Agus”. Dan seterusnya. Anak-anak yang tidak bisa menyebutkan kata sifat yang tepat dinyatakan kalah.

94. Mengarang Cerita

Pelatih membagikan sehelai kertas pada anak pertama sambil berkata: “Tuliskan nama seorang anak laki-laki”. Setelah anak pertama menuliskannya, kertas kemudian dilipat, sehingga anak-anak lain tidak dapat melihat tulisan itu. Kertas kemudian diberikan kepada anak kedua. Kepada anak ini pelatih berkata: “Anak laki-laki itu bertemu dengan anak perempuan. Nah, tuliskan nama anak perempuan itu”. Kertas kemudian dilipat lagi, dan diberikan kepada anak ketiga. Pelatih berkata: “Tuliskan di mana mereka bertemu?”. Berikutnya, pelatih bertanya: “Apa yang dikenakan anak laki-laki?”, kemudian: “Apa yang dikenakan anak perempuan?”, demikian seterusnya, sampai semua anak-anak ambil bagian dalam penulisan sebuah cerita yang lengkap.

Kemudian kertas pun dibuka dan hasilnya dibacakan. Si pembaca boleh menambah kata-kata untuk menghubungkan setiap kata yang ditulis oleh anak-anak, bila mana perlu.

Sebagai contoh, dapat terlihat seperti di bawah ini: “

Toni bertemu dengan Diah di Padang Pasir. Toni mengenakan jas hujan, dan dia mengenakan pakaian rok mini dan sepatu bola. Diah berkata” Saya suka sekali menari”, Toni menjawab: “Saya akan membawamu kekebun binatang.” Kemudian mereka pun berangkat ke aquarium untuk minum”.

95. Mencari Pasangan Yang Cocok (1)

Pelatih memberikan secarik kertas pada salah satu anak, nama pasangan tokoh terkenal. Untuk anak-anak laki-laki, seperti; Romeo. Anak tersebut diminta untuk mencari anak yang membawa kertas bertuliskan nama pasangan dari Romeo.

96. Mencari Pasangan Yang Cocok (2)

Pelatih memotong dengan guntingan tertentu sebuah kartu pos bergambar. Sepotong diberikan kepada semua anak perempuan dan potongan lainnya diberikan kepada semua anak laki-laki. Setelah aba-aba mulai, setiap anak harus mencari pasangan gambarnya.

97. Tebakan Satu Menit

Pelatih menyuruh setiap anak menuliskan 1 kata, yang huruf depan dan huruf belakangnya sama. Misalnya, tamat, kerak, bab, korek, sinis, kronik, dan lain-lain. Masing-masing anak diberi waktu 1 menit.

98. Menyusun Cerita

Anak-anak duduk melingkar. Pelatih memberikan benang sepanjang 50 cm kepada setiap anak. Kemudian benang-benang itu disambung kembali. Pelatih memberikan benang yang sudah tersambung itu kepada seorang anak. Anak tersebut disuruh bercerita sambil membuka sebuah sambungan. Setelah berhasil, anak tersebut harus menyerahkannya kepada teman di sebelahnya. Anak kedua harus bisa melanjutkan cerita anak pertama sambil membuka sebuah sambungan. Begitu seterusnya sampai anak yang terakhir mendapat giliran.

99. Menyusun Nama Kota

Anak-anak diberi beberapa helai kertas, pensil dan daftar nama-nama kota, yang huruf-hurufnya tidak beraturan. Mereka diberi waktu 2 menit untuk membetulkannya. Contohnya; AKRAATJ – JAKARTA, BNNAUDG – BANDUNG, OSLO – SOLO, AURASAYB – SURABAYA.

100. Perlombaan Menyanyi

Masing-masing anak berhadapan dengan pasangannya dan diminta untuk bernyanyi. Masing-masing pasangan menyanyikan lagu yang berbeda. Misalnya, anak yang satu menyanyikan lagu “Pelangi-pelangi”, pasangannya menyanyikan lagu “Balonku”. Selama menyanyi mereka tidak boleh melakukan kesalahan atau tertawa. Pasangan yang menang diadu dengan pasangan lainnya.

101. Siapa yang sembunyi

Pelatih meminta seorang anak keluar ruangan. Anak tersebut akan berperan sebagai “Satpam”. Setelah itu, salah seorang anak yang ada di dalam ruangan disuruh sembunyi. “Satpam” masuk, dan menebak siapa yang sembunyi. Permainan dilanjutkan agar setiap anak mendapat giliran.

102. Juru Lelang

Seorang anak ditunjuk sebagai “Juru Lelang”. Di dekatnya ada berbagai macam barang. Anak-anak lain berperan sebagai pembeli. “Juru Lelang” menawarkan barang-barangnya kepada “Pembeli” dengan tawaran harga tertinggi. Pembeli berusaha menjatuhkan harga, dengan mengatakan barang-barangnya jelek dan sebagainya.

103. Kupu-kupu Dapat Terbang

Anak-anak berdiri sejajar menghadap pelatih. Anak-anak diminta untuk mengikuti gerakan pelatih. Pelatih sambil mengepakkan tangannya berkata: “Kupu-kupu dapat terbang”, “Kumbang dapat terbang”, “Kelelawar dapat terbang”. Tiba-tiba pelatih berkata: “Tikus dapat terbang”. Sambil tetap mengepakkan tangannya. Anak-anak yang mengikuti gerakan tangan pelatih dikeluarkan dari permainan. Selanjutnya permainan ini dapat diberi variasi, misalnya; “Ikan Hiu dapat berenang”, “Kura-kura dapat berenang”, “Udang dapat berenang”, “Kambing dapat berenang”, dan seterusnya.

104. Aktor dan Aktris terbaik

Pelatih memberi kesempatan pada setiap anak untuk memainkan adegan pendek. Misalnya; “Orang yang sedang marah”, “Orang yang sangat lucu”, “Orang yang sedang bingung”, “Orang yang sedang gembira”, dan seterusnya. Kemudian pelatih akan memilih siapa aktor dan aktris terbaik.

105. Pengadilan

Anak-anak dibagi dalam 3 kelompok. Kelompok 1 menuduh kelompok 2, telah mencuri beberapa barang, dengan memperagakan bagaimana barang-barang itu dicuri. Kelompok 2 menolak tuduhan dengan mengemukakan alibi atau keterangan-keterangan, dan fakta-fakta. Kelompok 3 menjadi saksi yang meringankan tuduhan. Pelatih bertindak sebagai hakim.

106. Kata dan Tepukan Tangan

Anak-anak membuat lingkaran dan bertepuk tangan secara beraturan. Pada tepukan yang ke-4, setiap anak harus mengucapkan kata tertentu, yang lalai dikeluarkan dari permainan. Permainan ditingkatkan dengan mengucapkan kata dalam 3 tepukan. Kemudian 2 tepukan, dan akhirnya satu tepukan tangan. Anak yang bisa bertahan adalah pemenangnya.

107. Menjadi kelabang

Anak-anak dibagi dalam beberapa kelompok. Masing-masing kelompok terdiri dari 4 orang. Setiap kelompok diminta untuk berjalan merangkak, dengan cara: anak kedua memegang pergelangan kaki anak pertama, anak ketiga memegang pergelangan kaki anak kedua, dan anak keempat memegang pergelangan kaki anak ketiga. Masing-masing memegang pergelangan kaki teman di depannya. Pegangan tidak boleh lepas ketika berjalan. Kelompok berlomba melintasi ruangan.

108. Mencari Sandal atau Sepatu

Anak-anak dibagi 2 kelompok dan saling berhadapan. Semua sandal dan sepatu dicampur aduk di tengah area permainan. Setelah pelatih memberi aba-aba “mulai”, setiap anak maju satu-satu mencari sandal atau sepatunya sendiri dan mengenakannya. Kemudian kembali ke tempat dan disusul oleh anak kedua. Kelompok yang selesai lebih dulu adalah pemenangnya.

109. Gerakan Bisu

Masing-masing anak mencari pasangan, lalu berdiri berhadapan. Anak yang satu melakukan gerakan bisu, yang lain menerka. Misalnya naik tangga, memanjat pohon, mengambil buku dari rak, mengupas buah, dan lain sebagainya.

110. Tiga Ekspresi

Setiap anak memperagakan 3 macam ekspresi kepada teman yang di sebelah kanannya. Misalnya, ekspresi kaget, marah, lucu. Lakukan sampai semua anak mendapat giliran.

111. Saya Suka

Anak-anak duduk membentuk lingkaran. Pelatih menyuruh seorang anak mengatakan: “Anita suka teh manis dan bukan limun”. Anak di sebelah kanannya mengatakan “Saya suka kelinci dan bukan kadal”. Dan seterusnya, sampai semua anak mendapat giliran.

112. Lomba Gaya Kera

Setiap anak secara bergantian berjalan mengitari ruangan dengan mengepit bola, sebuah bantal lunak di kepala, dan memutar-mutarkan tongkat. Ketiga benda itu tidak boleh jatuh.

113. Menerka Bagian Cerita Yang Bohong

Anak-anak dibagi dalam beberapa kelompok. Masing-masing kelompok terdiri dari 4 orang. Masing-masing menyusun cerita berdasarkan kenyataan. Kemudian mereka diminta untuk menceritakannya di tengah lingkaran. Anak-anak yang mendengarkan diminta untuk menebak bagian cerita mana yang bohong. Masing-masing kelompok diberi kesempatan bercerita di tengah lingkaran.

114. Tiga Kata Dengan Huruf Yang Sama

Anak-anak duduk melingkar. Masing-masing anak secara bergantian membuat 3 buah kata yang diawali dengan huruf yang sama. Misalnya; *Senyum-Santai-Segar*, *Pendekar-Pedang-Pendek*, *Tiga-Tekukur-Terbang*, dan lain-lain.

115. BURUNG MERPATI DAN BURUNG COLIBRI

Pelatih membagi anak-anak menjadi 2 kelompok (Merpati dan Colibri), yang saling berhadapan, dalam jarak 10 – 15 meter. Pelatih bertindak sebagai wasit. Apabila wasit berkata: “Merpati”, maka anak-anak dari kelompok Merpati, segera lari ke dinding di belakangnya dan kembali ke tempatnya semula. Sementara itu, anak-anak dari kelompok Colibri berusaha menangkap mereka sebelum kembali ke tempatnya. Siapa yang tertangkap menjadi tawanan. Demikian sebaliknya. Kelompok yang mendapat tawanan lebih banyak adalah pemenangnya.

116. Kucing Hutan

Seorang anak berperan sebagai Kucing Hutan. Anak-anak yang lain mengganggu. Siapa yang kakinya tertangkap, bergantian berperan sebagai Kucing Hutan.

117. Balon di antara Lutut

Pelatih memberikan balon kepada setiap anak. Setelah aba-aba mulai, anak-anak harus berjalan dengan balon yang terselip di kedua lututnya. Anak yang lebih dulu sampai ke finish adalah pemenangnya.

118. Menangkap Bola

Pelatih berdiri di tengah lingkaran. Ia melempar bola kepada setiap anak. Anak yang tidak dapat menangkap, mendapat hukuman. Hukuman pertama, tangan kiri ke belakang. Hukuman kedua, satu lutut menyentuh lantai. Hukuman ketiga, dua lutut menyentuh lantai. Hukuman terakhir si anak dikeluarkan dari permainan.

Permainan-permainan untuk energizer

(permainan-permainan di bawah ini diambil dari Manual MAP yang telah diadaptasi untuk Indonesia)

Energizer memang hanya itu; permainan singkat yang menyenangkan dan interaktif untuk 'memberi energi' kepada kelompok setelah melakukan pekerjaan intensif dan bermakna dalam selama kegiatan utama. Seringkali, aktivitas utama dapat memunculkan isu-isu kontroversial atau dapat membuka ide atau perasaan baru. Energizer menyediakan wahana untuk sejenak menjauhkan diri dari aktivitas utama, untuk melangkah ke tahap reflektif di akhir lokakarya. Penting bahwa energizer menggabungkan seluruh kelompok, menggunakan banyak gerakan, dan yang paling penting - menyenangkan! Seringkali, olahraga dapat digunakan sebagai energizer juga.

Lingkaran Bertambah

Tujuan: Untuk mengembangkan keterampilan fisik dalam teater

Waktu: 15 menit

Jumlah peserta: 5 atau lebih

Usia: 8 tahun ke atas

Material/perlengkapan: Tidak ada

Langkah:

- Semua peserta berdiri dalam lingkaran.
- Lakukan Gerakan kecil dan sederhana (misalnya mengusap wajah atau menarik telinga).
- Instruksikan peserta yang berdiri di sebelah anda untuk menekankan, menambahkan gerakan anda, lebih-lebihkan agar jadi lebih hidup dan heboh.
- Minta peserta berikut (di sebelahnya lagi) untuk semakin lebih-lebihkan, baik dalam ukuran, suara dan muatan emosi demikian seterusnya bergerak dalam lingkaran yang semakin hidup dan heboh.

Pelaksanaan daring: Lakukan dalam kelompok besar ataupun membagi ke dalam kelompok lebih kecil (dalam breakout room), minta peserta menyebutkan nama teman lain untuk melanjutkan lingkaran gerakan (sebagai ganti urutan di sebelahnya).

Catatan untuk fasilitator: Tidak seperti Gelombang Kanon. Lingkaran Penambahan tidak berfokus pada kecepatan dan energi, melainkan pada konsentrasi dan detil. Anda bisa melatih peserta terkait presisi (ketepatan) gerakan seiring dengan lebih-lebihkan yang ditambahkan dari peserta satu ke peserta berikutnya.

Alternatif pertanyaan refleksi:

- Bagaimana cara terbaik mewujudkan gerakan dan suara?
- Keterampilan teater apa yang digunakan dalam latihan ini?
- Latihan lain apa yang mungkin Anda gunakan untuk mengembangkan keterampilan dalam persepsi dan fokus?

Sumber: Tidak diketahui.

Mobil Buta

Tujuan: Membangun rasa percaya dan kesadaran sensoris.

Waktu: 15 menit

Jumlah peserta: 2 atau lebih

Usia: semua usia

Material/perlengkapan: T/P (tidak perlu)

Langkah:

- Bagi kelas menjadi pasangan-pasangan; setiap pasangan menyepakati siapa yang akan menjadi **mobil** dan siapa menjadi **sopir**. Sopir akan berdiri tepat di belakang mobil.
- Jelaskan bahwa sopir akan menggunakan lima gerakan untuk “mengemudikan” mobil, yaitu:

- Menepuk tengkuk - maju
- Menepuk bahu kiri – belok kiri
- Menepuk bahu kanan – belok kanan
- Menepuk punggung (di belakang) - mundur
- Tidak menepuk apapun - berhenti
- Instruksikan sopir-sopir untuk melatih gerakan mobilnya tanpa benar-benar bergerak.
- Setelah latihan, instruksikan mobil untuk menutup mata dan bergerak di ruangan sesuai “instruksi kemudi” dari sopir masing-masing.
- Arahkan peserta untuk bertukar peran setelah beberapa menit.

Pelaksanaan daring: untuk tujuan kesadaran sensoris, peserta dapat diminta menutup mata dan mendengarkan lagu atau cerita di mana ketika ada kata yang muncul/disebutkan mereka perlu melakukan gerakan tertentu namun tetap dengan menutup mata (mengangkat tangan, memiringkan badan ke kanan, membuka mulut lebar, dsb)

Catatan untuk fasilitator: Ini adalah permainan tanpa suara. Selain berganti peran, dapat divariasikan juga dengan berganti pasangan (untuk ini waktu perlu sedikit ditambah menjadi 20 menit).

Alternatif pertanyaan refleksi:

- Apa yang terjadi? (apa yang kalian lihat, rasakan atau dengar sepanjang kegiatan ini?)
- Apakah lebih nyaman untuk anda dalam peran sebagai mobil atau sebagai sopir? Mengapa?
- Apa yang anda kenali/temukan tentang diri sendiri dan pengalaman anda dalam kegiatan ini? Bagaimana perbedaan interaksi ketika pasangan berganti?

Sumber: Augusto Boal

Pasangan senyap

Tujuan: Mengarahkan fokus dan komunikasi dalam kelompok.

Waktu: 15 menit

Jumlah peserta: 10 atau lebih

Usia: semua

Material/perlengkapan: Kursi (untuk semua peserta, kurang 1)

Langkah:

- Minta peserta untuk duduk dalam lingkaran (jika ada lebih dari 20 peserta, kelompok bisa dibagi menjadi lebih kecil dan di setiap lingkaran kelompok dipimpin seorang fasilitator). Minta seorang peserta berdiri di tengah lingkaran.

- Instruksikan peserta untuk bertukar tempat duduk dengan sesama peserta dalam lingkarannya, dengan cara membuat kesepakatan tanpa kata/suara. Ketika peserta bertukar tempat duduk, peserta yang berdiri di tengah tadi akan berusaha untuk mengambil/merebut tempat duduk bagi dirinya saat ada kursi yang masih kosong. Dengan demikian akan selalu ada seorang peserta yang tak mendapat kursi.
- Awalnya minta satu peserta (dan pasangan yang ia pilih) untuk bertukar tempat.
- Setelah beberapa kali mencobakan hanya dengan sepasang peserta bertukar tempat, umumkan bahwa kini setiap peserta boleh kirim sinyal dengan orang lain untuk bertukar kursi kapan saja, bahkan saat calon pasangannya sedang berproses untuk tukar kursi dengan orang lain. Tetapi jelaskan bahwa ketika sepasang peserta sudah sepakat tukar kursi, mereka harus menuju kursi pasangannya saat itu dan tidak boleh pindah jalur ke kursi lain yang kosong tanpa didahului sinyal kesepakatan dengan orang lain.

Catatan untuk fasilitator: Kegiatan ini perlu dilakukan dalam senyap (tanpa kata) agar kelompok bisa fokus. Tujuan utama dari latihan ini adalah mendorong partisipasi namun memberi kesempatan kepada peserta untuk mengendalikan seberapa jauh/banyak mereka akan berpartisipasi (apakah hendak terus bertukar kursi atau duduk diam saja dalam lingkaran).

Alternatif pertanyaan refleksi:

- Apa yang Anda alami selama kegiatan?
- Apa yang Anda perhatikan tentang perilaku Anda dalam kegiatan?
- Apakah ada peserta yang tampak lebih bersedia memimpin/berinisiatif daripada yang lain?
- Apa reaksi Anda dan mengapa?
- Bagaimana Anda bisa mengadaptasi latihan agar lebih inklusif/merangkul lebih banyak partisipasi peserta?

Sumber: Michael Rohd

Yeay, ayo!

Tujuan: Untuk membangun antusiasme, dinamika kelompok dan latihan fisik untuk berteater.

Waktu: 15 menit

Jumlah peserta: 4 atau lebih

Usia: 8 ke atas

Materials / Perlengkapan: Tak ada

Langkah:

- Instruksikan peserta untuk berjalan keliling ruangan tanpa bicara.
- Tentukan suatu tempat di ruangan dan dari titik itu nanti ada peserta yang akan memberikan usulan.
- Dorong peserta (satu orang tiap kali) untuk bergerak ke tempat itu dan memberikan usulan, misalnya: "Yuk kita berpura-pura jalan di Bulan!"

- Arahkan kelompok untuk merespon dengan serempak “Yeay...ayo!” dan selanjutnya melakukannya.
- Setelah 1-2 menit, dorong peserta lain untuk ke titik usulan dan memberikan usulan lain. Saat melihat ada temannya bergerak menuju ke titik usulan, peserta lain akan mematung sesuai gerakan terakhir mereka. Dan menahan pose sampai usulan baru diberikan. Misalnya: Seorang peserta mengusulkan, “Yuk berpura-pura kita adalah es krim dalam cones yang meleleh di suatu siang yang panasss!” Kelompok merespon, “ Yeay.... Ayo!” dan melakonkan seolah mereka es krim yang meleleh.
- Lanjutkan latihan sampai beberapa variasi. Akhiri dengan memposisikan diri di titik usulan dan menyatakan, “Yuk kita akhiri permainan ini!”

Sumber: Hannah Fox

Pingsan dalam hitungan

Tujuan: Membangun rasa percaya di antara para peserta.

Waktu: 15 menit

Jumlah peserta: 6 atau lebih

Usia: 12 tahun ke atas

Material/perlengkapan: tidak ada

Langkah:

- Minta peserta berhitung sehingga masing-masing punya nomer.
- Jelaskan bahwa ketika anda menyebut satu angka, orang yang bernomer itu akan berpura-pura pingsan dan peserta lain akan cepat mendekat untuk menopangnya.
- Minta peserta untuk berjalan di seputar ruangan.
- Sebutkan sebuah angka dan arahkan peserta lain untuk bersegera membantu peserta yang hendak pingsan saat itu.
- Ulangi dengan angka-angka lain.

Catatan untuk fasilitator: Kegiatan lebih sesuai dilakukan ketika peserta sudah ada sedikit pengenalan (bukan sebagai kegiatan yang terlalu awal) karena bisa berbahaya saat rasa percaya belum terbangun. Sampaikan bahwa peserta yang “pingsan” perlu untuk jatuh dengan aman dan lembut seandainya tak ada orang lain di dekatnya yang bisa cepat menopangnya. Jika kontak fisik antara laki-laki dan perempuan tidak sesuai untuk konteks lokal, fasilitator dapat membagi kelompok berdasarkan jenis kelamin dan melakukan kegiatan ini secara terpisah (tetap bisa di ruangan yang sama).

Sumber: Adaptasi dari kegiatan Augusto Boal (Fainting at Frejus).

Gelombang kanon

Tujuan: Untuk menggambarkan Kerjasama, kontrol tubuh dan fokus

Waktu: 15 menit

Jumlah peserta: 5 atau lebih

Usia: 8 ke atas

Material/perlengkapan: tak ada

Langkah:

- **Minta** peserta berdiri dalam lingkaran.
- Ilustrasikan gerakan dan suara (misal: tangan bergerak seperti gelombang yang sambung menyambung – dari tangan kiri ke tangan kanan, diikuti dengan bersuara woosh).
- Arahkan gerakan dan suara (kanon) untuk bergerak cepat pada lingkaran (seperti gerakan bergelombang oleh para penonton dalam pertandingan OR)
- Setelah gerakan dan suara sudah sampai kembali ke titik awal, minta peserta ke arah sebaliknya memulai lagi gelombang dengan gerakan dan suara baru. Setelah kegiatan mulai, arahkan agar gerakan dan suara akan terus berkesinambungan terus tanpa ada jeda antara mulai dan akhir.

Catatan untuk fasilitator: Di awal kegiatan ini, anda bisa berdiri di tengah lingkaran, menunjuk seseorang sebagai titik awal lalu menunjuk orang yg melanjutkan agar terbentuk pola yang mengalir keliling dengan cepat. Contoh pelaksanaan kegiatan ini dapat dilihat melalui tautan berikut ini: <https://www.youtube.com/playlist?list=PLVohTkWalf3wo2Ch4cDo8RZhKvqjUtwm2>

Alternatif pertanyaan refleksi:

- Apa yang terjadi dengan gerakan dan suara?
- Adakah cara untuk meningkatkan koordinasi antar gerakan (saat harus berpindah dan berubah)?
- Bagaimana kita bisa bekerjasama dengan lebih baik sebagai sebuah kelompok?
- Apakah tujuan atau fokus dari kegiatan ini?

Sumber: Tidak diketahui

Hutan penuh Suara

Tujuan:

- Melatih peserta mendengarkan dengan aktif apa yang didengar
- Membangun rasa saling percaya di antara peserta

Waktu: 15 menit

Jumlah peserta: 4 orang atau lebih

Usia: Semua usia

Material/perlengkapan: Tidak ada, alat penutup mata (opsional)

Langkah:

- Bagi kelompok dalam pasangan. Jika jumlah peserta ganjil, fasilitator atau asisten fasilitator bisa masuk dalam kelompok.

- Minta peserta untuk menentukan siapa yang akan menjadi pemandu (mata terbuka) dan siapa yang akan menjadi orang buta (mata akan ditutup).
- Minta peserta untuk mencari suara yang akan mereka pakai untuk berkomunikasi satu sama lain, dan minta mereka berlatih mengeluarkan dan mendengarkan suara itu beberapa kali.
- Fasilitator memilih satu pasang untuk menjadi contoh.
- Setelah semua peserta memiliki kesempatan berlatih, minta mereka yang menjadi “orang buta” untuk menutup matanya. Pastikan setiap pasangan berdiri berjarak dengan yang lainnya.
- Asisten fasilitator mengecek apakah semua “orang buta” sudah menutup matanya. Jika dirasa perlu, fasilitator bisa meminta peserta yang menjadi “orang buta” untuk memakai penutup mata.
- Minta mereka yang menjadi “pemandu” untuk berulang kali mengeluarkan suara yang tadi sudah disepakati, sehingga pasangannya si “orang buta” bisa mengikuti suaranya ketika ia bergerak di dalam ruangan. Jika si “pemandu” berhenti mengeluarkan suara tersebut, maka si “orang buta” pun harus berhenti bergerak.
- Berikan kesempatan peserta untuk bertanya.
- Minta peserta untuk mulai bersama-sama, sehingga si “orang buta” harus berusaha mencari suara pasangannya si “pemandu” di tengah hutan suara lainnya.
- Setelah 3-4 menit, minta peserta untuk berganti peran: yang tadi sebagai “pemandu” akan menjadi “orang buta”, dan sebaliknya.

Catatan untuk fasilitator: Klip video cara melakukan kegiatan ini dapat dilihat di Forrest of Sounds: <https://www.youtube.com/watch?v=hgXkBBRk8G8&list=PLVohTkWalF3wo2Ch4cDo8RZhKvqjUtwm2&index=10>

Anda juga bisa meminta beberapa peserta untuk memvariasikan tinggi rendahnya

nada suara, untuk membuat semacam cerita lewat suara-suara tersebut.

Pelaksanaan daring: Dapat diupayakan dengan penyesuaian. Jika kelompok terlalu besar, bagi menjadi kelompok lebih kecil (tak lebih dari 8-10 orang/kelompok). Berikan tugas melalui chat pribadi ke masing-masing peserta dalam pasangan misalnya menyerukan “bakso, bakso!”, lalu minta semua peserta menutup matanya. Ketika mereka menyuarakan “bakso, bakso!” tugas mereka adalah menebak siapa nama teman yang pasangan “tukang baksonya”. Kegiatan ini bisa dilakukan setelah para peserta sedikit lebih mengenal (bukan kegiatan pertama).

Alternatif pertanyaan refleksi:

- Apa yang kamu rasakan ketika mengikuti latihan tadi? (Apa yang kamu lihat, rasakan atau dengar). Apa kesulitannya? Apa hal yang memudahkan?
- Apa yang kamu temukan tentang diri kamu sendiri lewat pengalaman tadi?
- Bagaimana cara si “pemandu” berusaha meyakinkan si “orang buta” bahwa ia dapat dipercaya dan akan menuntun pasangannya pada jalan yang aman?

Sumber: Augusto Boal

Selamat pagi

Tujuan: Saling bersalam-sapa; mengingat nama.

Waktu: 5 menit

Jumlah peserta: 5 atau lebih

Usia: 8 ke atas

Material/perlengkapan: tak ada

Langkah:

- Arahkan peserta untuk berdiri membentuk lingkaran.
- Jelaskan kegiatan ini dengan menyatakan bahwa kelompok akan saling menyapa dan mengenal nama satu sama lain.
- Minta peserta untuk bersalaman dengan peserta lain sambil mengenalkan namanya, “selamat pagi, [nama panggilannya sendiri].” Misalnya: “Selamat pagi, Ana.”
- Jelaskan bahwa peserta tak boleh melepaskan tangan yang disalaminya sampai ia berhasil memegang tangan lain yang hendak disalaminya. Dengan demikian seorang peserta akan selalu bersalaman dengan seorang peserta lainnya secara bergantian dan berkesinambungan.
- Kegiatan ini selesai ketika semua orang sudah berkenalan/bersalaman dengan semua peserta lain

Pelaksanaan daring: Setelah salam dan menyebut nama sendiri (misalnya Ana), peserta melakukan sebuah gerakan dan memanggil orang lain (misalnya Dita) yang akan mengikuti gerakan Ana dan mengucapkan salam dan mengatakan Dita memanggil Sunu sambil membuat gerakan untuk ditirukan Sunu, dst. Gerakan bersambung menggantikan ketersambungan melalui gandingan tangan dalam pelaksanaan luring.

Sumber: Augusto Boal

Es jeruk

Tujuan: Praktik pantomim dan belajar karakterisasi.

Waktu: 30 menit

Jumlah peserta: 6 atau lebih

Usia: 8 ke atas

Material/perlengkapan: tak ada

Langkah:

- Bagi peserta menjadi dua tim (Tim A dan Tim B) berjumlah sama dan minta mereka berbaris, lalu kedua kelompok berdiri berhadapan namun terpisah kira-kira 6 meter, dan mereka saling berhadapan.
- Instruksikan masing-masing tim agar memutuskan pekerjaan atau bentuk usaha/bisnis tertentu yang akan mereka lakonkan untuk ditebak oleh tim lain. Masing-masing tim boleh menggerombol selama berembuk secara rahasia. Masing-masing tim perlu memutuskan 1 pekerjaan/bentuk usaha namun gerakan masing-masing peserta bisa berbeda, asal menggambarkan pekerjaan/usaha yang sudah disepakati.

- Setelah kedua tim memutuskan, instruksikan agar mereka kembali ke barisan masing-masing, saling berhadapan dengan tim 'lawan'.
- Instruksikan tim untuk mengulangi kalimat ini saat mulai melakoni dan menebak: Tim A: "Ini dia....."
Tim B: "Dari mana?"
Tim A: "Bogor." (misalnya, jawaban bisa dikreasikan sendiri oleh peserta)
Tim B: "Jualan apa?"
Tim A: "Es jeruk"
Tim B: "Tunjukkan pada kami kalau kalian berani."
- Setelah peserta mempelajari dialog nya, arahkan mereka untuk maju selangkah tiap kali mereka mengatakan bagiannya.
- Setelah tim 2 (B kali ini) mengatakan kalimat terakhir "Tunjukkan pada kami kalau kalian berani", tim 1 (A kali ini) langsung menampilkan acting pekerjaan atau bisnis yang sesungguhnya. Tim 2/B harus menebak apa yang dilakukan tim 1/A. Tim 1/A harus terus melakukan pantomimnya sampai tim 2/B menebak dengan resmi/serempak.
- Jika tim 2 sudah berhasil menebak, tim 2 boleh mengejar/mengambil seorang anggota tim 1 untuk masuk ke dalam tim 2. Sisa tim 1 harus lari kembali ke posisi awalnya.
- Selanjutnya tim 2 sekarang menjadi tim A. Setelah mendiskusikan dan memutuskan lakon mereka secara rahasia dan melibatkan anggota barunya, mereka akan memulai dialog seperti di atas, dan tim 1 (yang sekarang menjadi B) akan menebak.
- Pastikan bahwa kedua tim akan punya kesempatan sama untuk bergantian melakukan pantomimnya. Tim yang di akhir kegiatan punya anggota lebih banyak dianggap memenangkan permainan.

Catatan fasilitator: Pelaksanaan kegiatan ini bisa dilihat dari link berikut:

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLVohTkWalF3wo2Ch4cDo8RZhKvqjUtwm2>

Sumber: Viola Spolin

Permainan nama

Tujuan: Mengidentifikasi setiap orang dengan nama dan perilaku atau karakteristik

Waktu: 15 menit

Jumlah peserta: bebas

Usia: semua usia **Material/perlengkapan:** tak ada

Langkah:

- Ajak peserta berdiri dalam lingkaran.
- Minta setiap peserta untuk memikirkan sebuah gerakan atau ciri/karakteristik yang sesuai untuk diri mereka dan bisa ditampilkan/dilakoni seiring dengan nama mereka. Gerakan/ciri-karakteristiknya harus dimulai dengan huruf yang sama dengan nama panggilan masing-masing (misalnya Lucu Luki, Analisa Ana, Kalem Kuntadi).

- Mulailah dengan menampilkan diri anda sendiri; sebutkan nama panggilan dan lakukan gerakan yang merupakan ciri anda. Misalnya anda adalah Anggun Ani... maka anda menampilkan gaya anggun dan mengatakan Ani. Lalu minta semua peserta menirukan persis gerakan/gaya anda (yang berciri anggun) sambil menyerukan nama anda. Minta mereka menirukan setelah hitungan ketiga agar serentak.
- Lakukan giliran searah jarum jam sampai semua peserta melakukan ciri dan menyebut namanya, serta ditirukan oleh peserta lain.

Catatan untuk fasilitator: Anda bisa saja meminta peserta bergiliran berlawanan arah jarum jam atau meminta mereka secara acak.

Anda bisa menambahkan variasi dalam kegiatan ini dengan cara meminta peserta menyebutkan namanya seiring sebuah kata yang bermuatan emosi/perasaan atau olahraga yang huruf awalnya sama dengan nama panggilan mereka (misal: Bahagia Bobi, Sepakbola Soni) dan menampilkan gaya yang sesuai.

Untuk membantu koordinasi suara dan gerakan yang serentak, anda bisa memberi hitungan 3 sebelum mereka menirukan. Agar bisa mencakup gerakan yang lebih banyak untuk kelompok partisipan yang enerjik, anda bisa menginstruksikan peserta untuk maju 3 langkah ke tengah saat menirukan gerakan/gaya dan menyebutkan nama teman, lalu mundur ke tempat semula kalau sudah selesai.

Pelaksanaan daring: bisa dilakukan sesuai langkah yang ada. Peserta diharapkan menyalakan Video untuk kegiatan ini. Giliran bisa dilakukan dengan urutan abjad nama atau dengan memanggil nama orang berikutnya.

Alternatif pertanyaan refleksi:

- Apa emosi/perasaan yang dirasakan saat berkegiatan ini?
- Apa yang anda amati dari gerakan dan perilaku peserta lain?
- Apa perasaan atau gerakan yang banyak muncul (sama/mirip)? Apa yang berbeda/unik?
- Bisakah memikirkan/mengusulkan kegiatan lain yang juga memperkenalkan nama?

Sumber: tidak diketahui

Ucapkan sebuah kata

Tujuan: Melatih peserta untuk menggunakan kata dalam berekspresi dan mengungkapkan perasaan

Waktu: 30 menit

Jumlah peserta: 6 atau lebih

Usia: 12 tahun ke atas

Langkah:

- Arahkan peserta untuk menyebar di sekeliling ruangan namun menghadap ke arah anda. Minta mereka untuk mengulangi sebuah kalimat sembari berjalan keliling ruangan "Saya tidak takut". Mulailah meminta peserta melakukannya dan mengatakannya dengan nada suara netral.

- Sekarang minta peserta untuk terus berjalan dan mengatakan kalimat itu namun dengan nada seolah sedang sangat marah. Beri contoh dan bantu bagaimana peserta memasukkan emosi marah ke dalam suara, wajah, gerakan dan gerak tubuh mereka sembari berjalan dan mengulangi kalimat itu.
- Setelah semua peserta terbiasa mengungkapkan emosi saat mengucapkan sebuah kalimat, lanjutkan dengan menggunakan emosi lain yang harus diwujudkan sambil mengatakan kalimat yang sama. Misalnya sarkastik, menghina, sedih, gembira, dsb. Pilih satu muatan emosi dalam tiap kesempatan, dan berikan sedikit waktu bagi peserta untuk masuk dalam emosi tersebut dan melakonkannya sebelum anda intruksikan emosi baru.

Catatan untuk fasilitator: Jika dikehendaki, latihan bisa dilanjutkan dengan pengembangan drama-mini. Anda dapat membagi peserta menjadi pasangan untuk bergantian memainkan lakon yang harus didramatisasi dengan menggunakan emosi. Untuk mempercepat proses, anda bisa memberikan kertas berisi kalimat yang sudah disiapkan untuk mengembangkan lakon mini setiap pasangan. Misalnya: a) Apa yang kamu lakukan (atau ngapain kamu) di sini? b) Aku ga peduli lagi; c) Aku ingat sewaktu Peserta kemudian menciptakan dialog menggunakan pilihan kalimat tersebut, mengembangkan cerita dengan gerakan dan karakterisasi dengan pemilahan yang jelas untuk bagian pembuka, tengah dan penutup.

Pelaksanaan daring: Lakukan dalam kelompok 4-6 orang per breakout room, tugaskan seorang co-fasilitator per ruang untuk mengelola kegiatan. Beri kebebasan apakah peserta hendak melakukannya dengan duduk atau berdiri, atau volume suara bervariasi. Mereka bergantian melakukan langkah-langkah kegiatan ini dalam situasi daring.

Alternatif pertanyaan refleksi:

- Apa ceritanya?
- Bagaimana gerakan/ekspresi digunakan untuk menyampaikan emosi dalam sebuah cerita?
- Apakah jelas babakan/bagian pembuka, tengah dan akhir (jika dilakukan drama-mini)?

Sumber: tidak diketahui

Suara dan Gerak

Tujuan: Membangun kepercayaan dan pemanasan dengan suara dan tubuh.

Waktu: 10 menit

Jumlah peserta: 2 atau lebih

Usia: semua usia

Material/perlengkapan: tidak ada

Langkah:

- Minta peserta bekerja dalam pasangan. Seorang menjadi Suara dan pasangannya jadi Gerak.

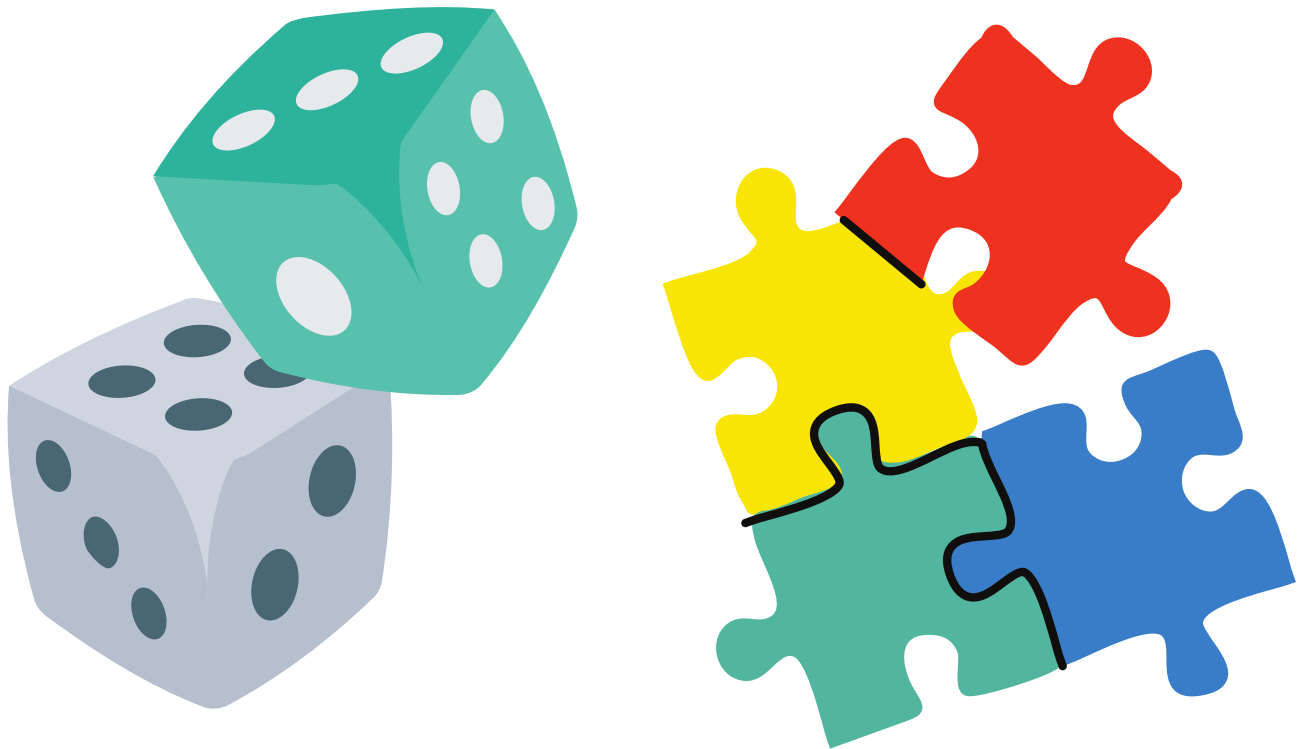
- Penyuaranya memulai dengan membuat suara/bebunyian – apapun yang ia sukai – sehingga tercipta lansekap atau komposisi suara, dengan beragam kualitas dan tekstur suara. Misalnya suara kicauan burung, ada cepat ada lambat, ada nada yang berbeda-beda, ada bunyi yang beragam.
- Penggerak berimprovisasi dengan gerakan sesuai komposisi suara yang dihasilkan pasangan penyuaranya; ia menggunakan seluruh tubuhnya sesuai suara yang dimaknainya, dengan memanfaatkan seluruh benda dan permukaan dalam ruangan termasuk lantai dsb.
- Setelah beberapa menit, pasangan diminta bertukar peran.

Pelaksanaan daring: Hanya bisa dilakukan jika jumlah peserta tidak terlalu banyak (karena keterbatasan jumlah breakout-room). Masing-masing pasangan berlatih dalam breakout room dan fasilitator/co-fasilitator berkeliling. Jika peserta lebih banyak, bisa dilakukan dengan 2 pasangan masuk ke dalam 1 breakout room dan setiap pasangan bergantian melakukan atau menjadi pengamat.

Alternatif pertanyaan refleksi:

- Apa yang dirasakan sebelum mulai? Bagaimana setelah kegiatan berlangsung?
- Mengapa memilih suara/gerak tersebut?
- Kapa mulai nyaman bersuara/bergerak? Apa yang membuat nyaman?

Sumber: Hannah Fox, “Playback Theatre”





Modul



Seni



UNIKA ATMA JAYA

Betawi

