

## **TARI SEBAGAI TERAPI BIMBIN6AN BAGI ANAK CACAT MENTAL**

M. Jazuli

*Cacat mental merupakan keadaan kemampuan mental di bawah normal yang tidak dapat disembuhkan, tetapi bisa diperingan melalui pendidikan, bimbingan, latihan, dan perlakuan-perlakuan khusus. Apabila secara wajar seni tari dimengerti sebagai pelajaran inti dan penuh dengan perencanaan, maka dapat berfungsi sebagai katalisator bagi pertumbuhan seseorang dan sebagai penyatu banyak disiplin, termasuk pemberian perlakuan khusus seperti tersebut di atas. Tari dapat dimanfaatkan sebagai alat sekaligus sebagai proses dan produk pendidikan dalam kesatuan totalitas dari kehidupan manusia. Tari dapat merupakan metode yang relatif ideal untuk mencapai keseimbangan daya tahan dan kontrol tubuh, serta pembentukan jiwa melalui pengalaman emosi imajinatif dan ungkapan kreatif. Semua itu barangkali sangat dibutuhkan oleh anak manusia, tidak terkecuali anak penyandang cacat mental. Persoalannya mungkin hanva terletak pada bagaimana strategi, metode, dan esensi tari sebagai materi bimbingan bagi anak pengandang cacat mental.*

### **Pendahuluan**

CACAT mental bukanlah suatu penyakit, melainkan karena adanya ketertinggalan atau kelambatan dalam perkembangan mental (retardasi) yang sub-normal. Dengan kata lain, cacat mental merupakan keadaan kemampuan mental di bawah normal yang tidak dapat disembuhkan, tetapi bisa diperingan melalui pendidikan, bimbingan, latihan, dan perlakuan-perlakuan khusus (Johnston, 1971; Supriyo dan Eddy Hendrarno, 1991). Oleh karena itu, bagi para penyandang cacat mental sangat memerlukan bimbingan dan perhatian secara khusus pula. Salah satu bentuk kegiatan pelayanan program rehabilitasi sosial bagi anak penyandang cacat mental adalah memberikan bimbingan mental dan keterampilan. Tujuannya adalah un-

tuk meningkatkan dan mengembangkan potensi mereka secara optimal agar nantinya memperoleh kesejahteraan yang relatif layak dan menjadi orang yang bermanfaat.

Suatu bimbingan dilakukan untuk membatu individu guna memecahkan atau mengatasi kesulitan-kesulitan yang dihadapi dalam kehidupannya. Bimbingan mental dapat dimengerti sebagai upaya untuk menumbuhkan, mengembangkan, dan meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan dalam kehidupan masyarakat yang bersifat praktis fungsional sehingga para penyandang cacat mental dapat melaksanakan fungsi dan perannya sebagaimana mestinya. Bimbingan keterampilan merupakan usaha menanamkan, menumbuhkan, dan mengembangkan pengetahuan keterampilan agar para penyandang

cacat mental mampu memiliki keterampilan guna melaksanakan kehidupannya secara layak (Depsos RI, 1991: 61).

Dalam konteks dunia pendidikan, seni tari termasuk bidang keterampilan yang di dalamnya mengandung pula nilai pendidikan mental. Hal itu mengisyaratkan bahwa seni tari memiliki potensi sebagai terapi dalam membantu meringankan anak penyandang cacat mental. Sungguhpun demikian, sebelumnya perlu disadari bahwa program pendidikan tari yang baik seperti halnya bidang pendidikan lainnya, yaitu membutuhkan staf pengelolaan dan fasilitas yang memadai. Kebutuhan seperti itu akan memungkinkan anak-anak dapat menemukan potensi tari dalam suasana yang segar dan ruangan yang bersih di bawah bimbingan dan instruksi seorang ahli tari. Berdasarkan dasar pemikiran tersebut, muncul suatu permasalahan yang hendak dibahas yaitu, apa dan bagaimana bentuk kontribusi yang bisa diberikan tari bagi anak-anak penyandang cacat mental? Bagaimana strategi atau cara pemberiannya?

### **Tari dalam Dunia Pendidikan**

Dalam pendidikan seni mengandung dua pengertian dasar, yaitu seni sebagai *subject matter* dari materi pendidikan (*art education*), dan seni sebagai wahana pendidikan atau strategi pendidikan dalam artinya yang menyeluruh (*education through art*). Yang pertama lebih menekankan pada aspek materi, sedangkan yang kedua lebih menekankan pada proses dengan seni sebagai mediumnya. Selama ini

pendidikan seni di Indonesia tampaknya lebih mengacu pada pengertian yang pertama, yang penyelenggaraannya dibedakan menjadi dua, yakni pendidikan artistik (praktek kreasi) dan pendidikan estetis

(apresiasi).

Sejak awal kehidupan, manusia hidup melalui tubuhnya dari lahir hingga mati dipenuhi oleh gerak sebagai simbolnya. Tari mempunyai medium ungkap yakni gerak dalam ruang dan waktu, sedangkan teater (ambitus) maupun variasi gerak sangat banyak jumlah dan macamnya. Tubuh penari merupakan instrumen (alat) tari, dan tubuh menjadi instrumen yang unik untuk membuat hidup, kehidupan, dan sentral pengalaman manusia. Tubuh bukan hanya mendasari persepsi dan konsepsi manusia, tetapi juga merefleksikan apa yang telah diamati dan dikonsepsikan oleh manusia baik dalam bersikap dan berperilaku. Atas dasar itulah, bila secara wajar tari dimengerti sebagai pelajaran inti dan penuh dengan perencanaan, tari dapat berfungsi sebagai katalisator bagi pertumbuhan seseorang dan sebagai penyatu banyak disiplin, seperti dengan cabang seni lainnya dan ilmu (membaca, menulis, menghitung). Tari dapat dimanfaatkan sebagai alat sekaligus sebagai proses dan produk pendidikan dalam kesatuan totalitas dari kehidupan manusia. Tari dapat merupakan metode yang relatif ideal untuk mencapai keseimbangan daya tahan dan kontrol tubuh, serta pembentukan jiwa melalui pengalaman emosi imajinatif dan ungkapan kreatif.

Barangkali kita sering beranggapan bahwa bakat merupakan faktor mendasar bagi setiap orang untuk bisa menari atau memiliki keterampilan pada bidang seni lainnya. Anggapan tersebut mungkin tidak terlalu salah, tetapi tidak benar sepenuhnya karena sampai kini eksistensi bakat masih sulit diukur terutama bagi anak-anak, bahkan menjadi isu yang subjektif. Hal itu antara lain disebabkan oleh tiadanya informasi yang spesifik tentang bakat artistik, kemampuan inheren sebagian besar anak terhadap prinsip dasar kritik seni, kurang andalnya, tes-tes untuk mengukur ekspresi seni dan evaluasi seni, dan sifat seni sangat variatif. Tingkat apresiasi seni kreatif atau kemampuan memahami seni yang tinggi pada anak sering dianggap sebagai bakat, padahal apa yang diyakini itu ternyata juga sering terbukti sebagai kecerdasan biasa. Ekspresi dan pemahaman yang cepat terhadap seni barangkali lebih arif bila tidak selalu menjadi indikator dari kualitas substansial dalam konteks yang lebih luas. Conant (1969: 79) mengusulkan beberapa indikator tentang anak berbakat seni, yaitu: 1) mempunyai pengalaman-pengalaman melalui studio atau media massa, seperti melukis, membuat set panggung; 2) menyukai penulisan tentang seni, seperti menulis tentang kehidupan seniman besar, meneliti tentang bentuk dan gaya seni tertentu, membuat laporan tentang hasil kunjungan ke suatu tempat tertentu (galery); 3) terbuka terhadap kritik dan bersikap konstruktif terhadap karya kreatif. Ten-

tunya, apa diusulkan Conant tersebut masih perlu dilengkapi dengan cara pengukuran yang valid, dan hal ini memerlukan studi dan perenungan (kontemplasi) tersendiri.

Disadari bahwa bagi anak-anak yang mengalami retardasi mental atau tidak mempunyai kemampuan beradaptasi sosial sangat memerlukan pertolongan khusus dari para ahli psikologi, medis, pekerja sosial, guru atau pembimbing terlatih dan orang tua yang bijaksana. Pertolongan semacam itu sangat penting untuk memenuhi segala kebutuhan mereka dan membantu pertumbuhan mereka. Oleh karena itu, sangatlah urgen bila seorang ahli tari senantiasa bernegosiasi dan bekerjasama dengan para ahli lain seperti tersebut di atas, karena langkah itu sangat erat hubungannya dengan informasi tentang tingkat keterbelakangan mental, seperti apakah anak termasuk dalam kategori lambat belajar (*slow learner*), mampu didik (debil), mampu latih (embisil), dan kategori perlu rawat (idiot). Sungguhpun pengkategorian tingkat keterbelakangan tersebut masih sulit diandalkan ketepatannya karena memerlukan observasi yang jitu dan kesabaran yang tinggi. Untuk itu ada beberapa asumsi yang perlu diperhatikan oleh para orang tua, guru atau pembimbing kelas maupun seni, ahli medis, pekerja sosial dan para psikolog, yakni: 1) Anak-anak dengan problem-problem fisik, mental dan sosial sering mampu mengekspresikan diri secara artistik dan mampu memahami bidang-bidang seperti halnya anak-anak lain; 2) Anak-anak yang memiliki talenta

intelektual atau lain-nya belum tentu mempunyai bakat seni, demikian pula sebaliknya; 3) Anak-anak yang diyakini memiliki bakat seni, boleh jadi tidak memiliki bakat seni ketika dewasa.

### **Terapi Tari**

Sesungguhnya, bila tari dikaji secara ekstensif dan mendalam sangat bermanfaat bagi kesehatan, pengendalian diri, menanamkan solidaritas sosial, kedisiplinan, dan menumbuhkan kepercayaan diri. Hal itu dapat ditinjau melalui nilai-nilai dalam tari, terutama nilai yang berkaitan dengan perkembangan jasmani dan rokhani. Dalam perkembangan jasmani, tari melalui gerak yang berirama dan harmonis dapat mengatur irama perkembangan jantung, proses pencernaan, fungsi-fungsi anggota tubuh lainnya, dan memperkuat otot-otot tertentu. Di dalam jenis pendidikan ini, tari sangat berguna untuk memfungsikan organ-organ tubuh, membentuk postur tubuh, mengembangkan keterampilan dan ekspresi fisik. Dalam perkembangan rokhani, nilai tari antara lain bisa dilihat bahwa: 1) aktivitas tari memerlukan disiplin yang cukup tinggi, 2) tari membutuhkan ekspresi pribadi, 3) Tari memberikan keluwesan tubuh dan kontrol yang besar, 4) tari membantu perkembangan persepsi, 5) menari dapat mendorong timbulnya rasa seni dan sikap menghargai seni (Rand Rogers. 1980). Keseimbangan antara tubuh dan jiwa itulah sesungguhnya merupakan hakekat kontrol diri dan daya tahan tubuh,

yang sekaligus membedakan antara tari dengan olah raga.

Atas dasar nilai-nilai jasmani dan rokhani di atas. secara prinsipal tari dalam pendidikan mempunyai tujuan bagi perkembangan pribadi seseorang. Tujuan tari bagi anak-anak dari segala usia dan kondisi sosial adalah: 1) membimbing mereka dalam berbagai aktivitas fisik yang bervariasi guna mengenal secara sadar tentang fungsi dan hubungan bagian-bagian yang bergerak pada tubuh mereka; 2) memperkenalkan konsep ruang, waktu dan tenaga dalam hubungannya dengan gerak tubuh mereka baik secara perseorangan maupun bersama orang lain; 3) mendorong timbulnya kebanggaan dalam upaya mengembangkan kontrol dan keterampilan gerak khusus (yang dramatik dan ekspresif); 4) mengusahakan situasi tertentu pada mereka agar dapat mengembangkan imajinasi dengan cara menari, seperti dalam hubungannya dengan teman, saudara, tetangga, orang yang berbeda usia dan kebudayaan, dapat merasakan dan memberi reaksi; 5) mendorong kreativitas mereka dalam eksplorasi serta mendiskusikan ide-ide, meningkatkan diri dan apresiasi terhadap gagasan maupun prestasi orang lain. Dengan menari akan muncul situasi kritis dan penuh arti, karena perasaan lebih bisa dimengerti dan dikontrol, dan kontrol diri bisa diperluas menjadi kontrol keseimbangan diri secara alamiah (Haberman dan Tobie Meisel, 1970: 4).

Salah satu teori pendidikan modern yang didasarkan pada pene-

litian ekstensif menyatakan, bahwa perlunya mempertalikan secara dekat mungkin antar anak-anak yang kurang normal dengan individu-individu normal yang berusia sama dan memiliki minat-minat yang sama (Conant, 1969: 78). Berdasarkan teori tersebut, ternyata seni (tari) memainkan peranan penting dalam pendidikan anak penyandang cacat mental, yaitu tari menjadi wahana rehabilitasi. Melalui aktivitas-aktivitas tari, banyak anak-anak, remaja, dan orang dewasa yang mengalami retardasi mendapatkan bukan hanya kesenangan, tetapi juga pengkayaan konseptual dan peningkatan kemampuan ekspresi. Kerja sama para ahli seperti yang telah disebutkan dengan ahli tari ternyata telah menghasilkan keuntungan-keuntungan, seperti koordinasi gerak anggota tubuh yang membaik, otot-otot yang menguat, emosi-emosi yang lebih tenang, kepuasan pribadi meningkat, perasaan tenteram lebih besar, hubungan sosial yang membaik, dan sebagainya.

Pengajaran tari bagi anak-anak yang mengalami retardasi harus lebih ditekankan sebagai proses daripada sebagai produk. Tari harus diletakkan sebagai wahana pendidikan bagi perkembangan setiap individu. Secara fisik, menari berarti harus memfungsikan anggota tubuh untuk bergerak. Dalam bergerak, posisi tari di sini adalah sebagai bingkai pembatas. Tari merupakan sebuah pola yang telah diatur sedemikian rupa sehingga akan mengarahkan pada tujuan-tujuan tertentu. Oleh karena itu, sangat penting adanya pentahapan

dalain proses pengajaran bagi anak-anak tersebut. Adapun tahap-tahapnya, sebagai berikut: 1) lebih diarahkan untuk menumbuhkan minat dan motivasi yang dapat menimbulkan perasaan senang (rekreasi), 2) meningkatkan perasaan senang menjadi perasaan pesona (kekaguman), 3) mendorong munculnya sikap menghargai (apresiasi). Dengan kata lain, pengajaran tari harus menekankan pada keikutsertaan anak meskipun hanya sebagai peserta pengembira (ikut-ikutan), kemudian mengembangkan minat anak, dan mengamati secara intens demi meningkatkan kualitas anak sesuai tujuannya. Demikian pula proses evaluasinya, terutama harus ditekankan pada proses perkembangan dan bukan semata-mata hasil pada penguasaannya.

Mengenai materi dan proses pengajarannya, perlu disesuaikan dengan kebutuhan-kebutuhan yang spesifik dari berbagai jenis dan tingkatan tertentu pada anak cacat mental berdasarkan informasi dari orang-orang yang ikut menangani, seperti psikolog, pekerja sosial, guru, medis. Adapun bentuk materi tari yang disajikan dapat berupa kegiatan kreasi dan apresiasi. Kegiatan kreasi meliputi beberapa aspek, yaitu: 1) kreativitas tari, 2) gerak dan lagu, 3) respon musik (menanggapi musik tari), 4) menirukan gerak-gerak tari, 5) penguasaan tari bentuk (tingkat pengamatan), 6) pengekspresian tari bentuk (tingkat penghayatan atau ekspresi pribadi). Dalam kegiatan apresiasi, terdiri dari tahap-tahap kegiatan melihat, mengenali, mengamati, merasakan,

dan menghayati. Pada aspek-aspek kreasi dan apresiasi tersebut tentunya harus mencakup pula tentang elemen-elemen dasar tari, yaitu tentang gerakannya, tata rias dan tata busananya, musik iringannya, bentuk pentas/ panggungnya, temanya, dan perlengkapan tari lainnya.

Sehubungan dengan metode dan teknik pengajarannya dapat ditempuh melalui beberapa cara, tetapi harus tetap mempertimbangkan keadaan anak dan lingkungan belajarnya. Misalnya: 1) Metode Demonstrasi dan Eksperimen, yaitu menekankan pada contoh-contoh dan percobaan-percobaan yang sesuai dengan tujuan bimbingan, seperti menggunakan teknik ketukan atau hitungan, teknik peniruan, teknik kebebasan beraksi. Tujuannya adalah agar anak mampu berkomunikasi, beradaptasi, mempunyai pengalaman praktek, sehingga anak mempunyai kemampuan berpartisipasi terhadap norma-norma dan lebih jauh terhadap kehidupan masyarakat; 2) Metode Bermain Peran, yaitu bimbingan dengan melakukan peran tingkah laku yang sesuai dengan tujuan bimbingan, seperti menggunakan teknik kebebasan beraksi, bereaksi atau peniruan. Dengan metode seperti itu berujuan agar anak mampu berkomunikasi, bekerjasama, berinteraksi dalam kelompok, dan mengatur hidupnya; 3) Metode Sosio-Psikodrama, yaitu bimbingan dengan cara memberikan kesempatan kepada anak untuk ber ekspresi dalam sikap dan perilaku, mengungkapkan emosinya melalui pendramatisasian, dengan menggunakan teknik kebebasan beraksi.

Dengan dramatisasi anak diharapkan mampu memahami dan mengkaji dalam proses beradaptasi dengan peran dan lingkungannya; 4) Metode Karya Wisata, yaitu bimbingan dengan cara mengadakan bepergian atau perjalanan guna memperkenalkan kepada objek-objek atau tempat tertentu sesuai dengan sasaran bimbingan. Tujuannya adalah untuk meningkatkan komunikasi antar anak, menjalin kerja sama yang lebih erat, mengembangkan partisipasi, dan memanfaatkan lembaga-lembaga pelayanan sosial; dan sebagainya.

### **Penutup**

Bertolak dari asumsi dasar bahwa secara keseluruhan tari mempunyai nilai hakiki, maka tari bukan hanya berfungsi sebagai instrumen untuk membuktikan bidang kesehatan mental dan fisik (terapi), koordinasi dan konsep pribadi, melainkan juga merupakan bentuk seni yang memiliki kemampuan yang unik guna mengekspresikan perasaan manusia. Keterlibatan tari sebagai elemen kegiatan pokok bagi pengembangan anak-anak penyandang cacat mental, tari dapat menjadi wahana ideal untuk tujuan pendidikan pada umumnya. Lebih-lebih mengingat pengkajian dan implementasi kegiatan tari untuk kepentingan para retardasi mental se-lama ini masih sangat langka, bahkan nyaris belum dilakukan di ne-gara ini. Sebagai epilog, semoga se-percik pemikiran ini bermanfaat ba-gi sidang pembaca.

### **Daftar Pustaka**

- Conant, Howard. 1969. *Art Education*. New York: The Center Applied Research in education. Inc.
- Depsos RI. 1991. *Pedoman Operasional Rehabilitasi Sosial bagi Penderita Cacat Mental*. Temanggung: PRPCM.
- Habennand, Martin and Tobie Meisel (ed.). 1970. *Dance an Art in Academe*. New York: Teachers Collage, Columbia University.
- Johnston. M.K. 1971. *Mental Health and Mental Illness*. New York: JB Lippincott Co.
- Rand Rogers, Frederick (ed.). 1980. *Dance: A Basic Educational Technique*. New York: Dance Horizons.
- Supriyo dan Eddy Hendrarno. 1991. "Gambaran Umum Keserdasan Pada Retardasi Mental." dalam *Penyegaran Petugas PRPCM Temanggung*. Semarang: Kerjasama IKIP semarang.