

## Penggunaan Media Audiovisual dalam Melatih Teknik Pernapasan Siswa pada Ekstrakurikuler Paduan Suara

### The Use of Audiovisual Media in Training Student Breathing Techniques in Choir Extracurricular

Empintanta Ginting<sup>1</sup>; Esy Maestro<sup>2</sup>;

<sup>1</sup> Prodi Pendidikan Musik, Universitas Negeri Padang, Padang

<sup>2</sup> Prodi Pendidikan Musik, Universitas Negeri Padang, Padang

(\*) (e-mail) [gintingempintanta@gmail.com](mailto:gintingempintanta@gmail.com)<sup>1</sup>, [esymaestro@fbs.unp.ac.id](mailto:esymaestro@fbs.unp.ac.id)<sup>2</sup>,

#### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana Penggunaan Media Audiovisual Dalam Melatih Teknik Pernapasan Siswa Pada Ekstrakurikuler Paduan Suara di SMP Negeri 22 Padang. Jenis penelitian adalah kualitatif dengan pendekatan deskriptif analisis. Instrumen penelitian ini adalah peneliti sendiri dan dibantu dengan instrumen pendukung berupa alat tulis laptop, proyektor LCD dan handphone. Data dalam penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data adalah studi pustaka, observasi, wawancara dan dokumentasi. Langkah-langkah menganalisis data adalah mengidentifikasi data, mengklasifikasi data, mendeskripsikan data, menganalisis data dan menyimpulkan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan ekstrakurikuler paduan suara di SMP Negeri 22 Padang sudah terlaksana dan cukup baik, walaupun guru pelatih tidak berlatar belakang lulusan musik dan hanya mengerti sedikit tentang teknik pernapasan tetapi dengan memanfaatkan media audiovisual teknik pernapasan siswa dapat terlatih dengan baik. Sehingga siswa sudah mengetahui apa saja jenis-jenis pernapasan dalam bernyanyi, Pernapasan siswa menjadi panjang karena sering dilatih dengan teknik ban kempes, siswa juga sudah terampil dalam menarik napas dengan cepat pada saat bernyanyi lagu-lagu yang bertempo cepat karena latihan napas kilat dan latihan napas terengah-engah, serta latihan tarik napas 4 kali dan hembuskan keluar sebanyak 8 kali. Sehingga frase dan juga intonasi pada saat bernyanyi juga tidak terganggu lagi.

**Kata kunci:** media audiovisual; pernapasa; ekstrakurikuler; paduan suara

#### Abstract

This study aims to find out how the use of audiovisual media in training students' breathing techniques in extracurricular choirs at SMP Negeri 22 Padang. This type of research is qualitative with a descriptive analysis approach. The research instrument was the researcher himself and assisted by supporting instruments in the form of laptop stationery, LCD projectors and mobile phones. The data in this study uses primary data and secondary data. The techniques used in data collection are literature study, observation, interviews and documentation. The steps to analyze the data are identifying the data, classifying the data, describing the data, analyzing the data and concluding the data. The results showed that the

To cite this article:

, , & (2023). . Edumusika: Jurnal Pertunjukan dan Pendidikan Musik, V (2), Hal. 84–93. DOI: 10.24036/Edumusika.vvix.xx

implementation of the extracurricular choir at Padang 22 Public Middle School had been carried out and was quite good, even though the teacher trainers did not have a background in music and only understood a little about breathing techniques, by utilizing audiovisual media breathing techniques students could be trained well. So that students already know what are the types of breathing in singing, students' breathing becomes long because they are often trained with the flat tire technique, students are also skilled in breathing quickly when singing songs with fast tempo because of lightning breathing exercises and breathing exercises. panting, and practice inhaling 4 times and exhaling 8 times. So that the phrases and intonation when singing are also not disturbed anymore.

**Keywords:** *audiovisual media; breathing; extracurricular; choirs*



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2020 by author.

---

## **Pendahuluan**

Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, dan keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara (UU No. 20/2003). Pendidikan adalah salah satu faktor penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang berkualitas. Pendidikan menjadi suatu asset penting untuk kemajuan suatu negara. Karena negara maju pastinya memiliki kualitas pendidikan yang baik juga. Pendidikan

Pengajaran yang dilakukan di sekolah biasanya terdiri dari kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Intrakurikuler adalah kegiatan siswa di dalam kelas ketika saat jam pelajaran sedang dilaksanakan. Kegiatan ini juga disebut sebagai suatu proses belajar mengajar siswa sesuai dengan kurikulum yang berlaku. Berbeda dengan ekstrakurikuler dilaksanakan setelah jam pelajaran di kelas baik dalam kawasan sekolah maupun di luar lingkungan sekolah.

Kegiatan ekstrakurikuler sangat membantu siswa untuk bisa melatih bakat dan juga kreativitasnya dengan penuh. Menurut peraturan pemerintah No 62 tahun 2014 berbunyi bahwa ekstrakurikuler di sekolah dasar dan sekolah menengah, dibagi menjadi dua, yaitu ekstrakurikuler wajib yang berbentuk pendidikan kepramukaan dan ekstrakurikuler pilihan yaitu kegiatan yang dilakukan sesuai minat serta bakat siswa. Kegiatan ekstrakurikuler pilihan sebagian besar pada bidang olahraga dan seni

Keterampilan bernyanyi yang bisa dikembangkan dalam lingkungan persekolahan yaitu dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang berkaitan dengan bernyanyi seperti ekstrakurikuler paduan suara. Dimana pada ekstrakurikuler paduan suara tersebut siswa dapat mengembangkan potensi dirinya dalam hal bernyanyi dan dapat meningkatkan teknik bernyanyinya, karena dalam paduan suara akan dilatih bagaimana cara melatih teknik pernapasan dan juga teknik vokal yang baik dan benar. Tidak hanya itu dengan mengikuti kegiatan paduan suara siswa juga akan diajarkan bagaimana cara bekerja sama dan melati

kekompakan dalam bernyanyi secara berkelompok, karena kegiatan paduan suara pastinya memiliki jumlah penyanyi yang banyak.

Arief (2014) berpendapat bahwa media berasal dari bahasa latin dan merupakan bentuk jamak dari kata *medium* yang secara harfiah berarti perantara atau pengantar. Briggs mengatakan media merupakan semua alat fisik yang dapat menyampaikan pesan dan dapat merangsang siswa untuk belajar. Contohnya Buku, film dan kaset. Asosiasi Pendidikan Nasional (*National Education Assocation/NEA*) menyatakan media merupakan sarana komunikasi yang berbentuk cetak maupun audiovisual serta peralatannya. Media baiknya dapat dimanipulasi, dapat dilihat, didengar dan dibaca. Pemilihan media yang tepat sesuai dengan topik pembelajaran sangatlah penting, karena dengan media yang tepat akan mempermudah suatu proses pembelajaran.

Salah satu media pembelajaran adalah media yang berbentuk audiovisual yang tergolong ke dalam multimedia. Multimedia tersebut berbentuk video. Media audiovisual merupakan sebuah alat praga yang dapat dipergunakan menyampaikan suatu ide, gagasan maupun pendapat dengan memanfaatkan indera pendengaran dan penglihatan sehingga pendapat, ide dan gagasan yang disampaikan dapat tersalurkan dengan lebih baik. Media audiovisual menyajikan audio (suara/bunyi) sertavideo yang membuat siswa lebih tertarik dalam mengikuti kegiatan pembelajaran dikarenakan materi disuguhkan secara langsung di dalam kelas melalui proyektor. Multimedia berbentuk audiovisual sekarang ini sudah lebih memadai, terutama di sekolah-sekolah. Seperti proyektor LCD (*Liquid Crystal Display*) yang telah disediakan di sekolah untuk membantu proses belajar mengajar.

Teknik pernapasan merupakan suatu hal yang utama yang harus dilatih pada saat akan bernyanyi, karena pernapasan merupakan kunci utama dalam bernyanyi, dengan pernapasan yang baik maka tidak akan mengganggu teknik-teknik vokal lainnya. Pernapasan yang baik biasa dikatakan benar apabila mengambil napas dengan pernapasan diafragma, serta dapat bernyanyi dengan phrasering yang bagus dan mampu bernyanyi dengan intonasi yang tepat, karena hal tersebut kuncinya ada pada teknik pernapasan.

SMP Negeri 22 Padang merupakan sekolah yang menjalankan ekstrakurikuler di bidang musik. Kegiatan ekstrakurikuler musik ini sudah dijalankan mulai tahun 2019 sampai saat ini. Salah satu ekstrakurikuler musik yang masih berjalan sampai saat ini yaitu ekstrakurikuler Drum Band. ditahun 2022 terlihat bahwa minat dari siswa dalam kegiatan bernyanyi dan juga banyak siswa yang memiliki bakat dalam bernyanyi sehingga mulai semester awal 2022 pada semester ganjil mulai diadakan suatu ekstrakurikuler baru yaitu paduan suara. Tidak hanya itu tujuan dari dibentuknya ekstrakurikuler paduan suara tersebut juga untuk ditampilkan di setiap upacara bendera yaitu menyanyikan lagu wajib nasional, dan juga ditampilkan pada acara-acara tertentu yang berkaitan dengan sekolah. Setelah dibentuk terlihat banyak siswa yang ingin ataupun tertarik mengikuti ekstrakurikuler paduan suara tersebut, terutama siswa baru dari kelas VII dan juga Kelas VIII dan didominasi oleh siswa perempuan.

Dalam observasi awal pada saat latihan paduan suara berlangsung, terlihat bahwa setiap akan melakukan latihan suatu lagu, kegiatan yang paling awal yang akan dilakukan yaitu latihan pernapasan. Latihan pernapasan yang dilakukan pada ekstrakurikuler tersebut yaitu latihan pernapasan dengan menggunakan media audiovisual, dengan menayangkan

suatu video latihan pemanasan pernapasan yang diambil dari youtube. Hal tersebut dilakukan karena pengelola ekstrakurikuler paduan suara di sekolah ini terutama pelatihnya adalah guru seni budaya yang ada di sekolah tersebut, yang dimana guru pelatihnya tersebut bukan berlatar belakang lulusan musik yang kurang paham dalam hal-hal dengan teknik vokal terutama teknik pernapasan, maka dari itu guru pelatihnya memiliki inisiatif dengan memanfaatkan media audiovisual sebagai sarana agar siswa dapat melakukan pemanasan teknik pernapasan terlebih dahulu sebelum bernyanyi. Dengan memanfaatkan sarana seperti infokus yang sudah tersedia di setiap kelasnya sehingga mempermudah pelaksanaan kegiatan latihan pernapasan dalam kegiatan paduan suara di sekolah tersebut.

## **Metode**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan deskriptif analisis. Penelitian kualitatif yaitu subjek penelitian secara holistik, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah (Moleong, 2007: 6).

Instrumen penelitian yaitu peneliti sendiri yang dibantu dengan instrument lainnya berupa alat tulis laptop, proyektor LCD dan handphone. Suharsimo Arikunto (2002: 136), menyatakan bahwa instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Data dalam penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder.

Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data adalah studi pustaka, observasi, wawancara dan dokumentasi. Langkah-langkah menganalisis data adalah mengidentifikasi data, mengklasifikasi data, mendeskripsikan data, menganalisis data dan menyimpulkan data.

## **Hasil dan Pembahasan**

### **Pertemuan I**

Pertemuan awal dilakukankan pada hari jumat 17 maret 2023 pukul 13:00-14:00 WIB di dalam ruangan kelas. Pelatih membuka pertemuan dengan salam dan doa. Pada awal pertemuan, pelatih menjelaskan pengertian pernapasan, apa saja jenis-jenis pernapasan dalam bernyanyi dan juga memberi tahu kepada siswa jenis pernapasan yang paling tepat digunakan pada saat bernyanyi, penjelasan tersebut dibantu dengan menayangkan video yang sudah disediakan oleh pelatih.

Setelah itu Pelatih menayangkan satu video latihan pernapasan kepada siswa, yaitu latihan pernapasan ban kempes, yaitu latihan dengan cara menarik napas sebanyak-banyaknya dan mengeluarkan napas sedikit demi sedikit dengan mengeluarkan bunyi Ssssss.... tujuan dari latihan pernapasan ban kempes ini merupakan untuk melatih teknik phrasing dan juga intonasi bernyanyi pada siswa. setelah itu Siswa mengikuti intruksi peneliti dengan mempraktikkan kembali latihan pernapasan ban kempes sesuai dengan waktu yang ditentukan peneliti. Untuk awal peneliti hanya mengharuskan siswa

mengeluarkan napas selama 10 detik. Dan waktu akan diperpanjang jika siswa sudah bisa mengeluarkan napas dengan teknik ban kempes secara teratur.

Untuk lebih merasakan pernapasan diafragma maka dilanjutkan dengan Latihan panting/napas terengah-engah yakni latihan ini seperti anjing yang sedang kecapekan, dilakukan selama 3-5 set. Setiap setnya terdiri dari 20 detik. Latihan ini bertujuan untuk dapat melatih dan merasakan pernapasan diafragma karena yang akan mengembang dan bergetar yaitu diafragma. Sebelum latihanya, pelatih menayangkan video latihan pernapasan painting/napas terengah-engah terlebih dahulu. Setelah latihan pernapasan selesai, pelatih menutup kegiatan.

## **Pertemuan II**

Pertemuan kedua ini dilakukan hari jumat tanggal 24 Maret 2023 pukul 13:00-14:00. Pelatih membuka pertemuan dengan salam dan doa. Selanjutnya Pelatih menayangkan kembali video latihan teknik pernapasan ban kempes dan juga Latihan panting / napas terengah-engah kepada siswa yang sudah ditayangkan dan dipraktikkan pada pertemuan minggu sebelumnya.

Latihan panting / napas terengah-engah tetap diberikan pada pertemuan tersebut supaya pernapasan diafragma tetap terjaga dan terlatih. Latihan ini seperti anjing yang sedang kecapekan, dilakukan selama 3-5 set. Setiap setnya terdiri dari 20 detik. Pada latihan ban kempes siswa masih diharuskan dapat mengeluarkan napas sedikit demi sedikit dengan mengeluarkan suara sssss dengan waktu 10 tanpa putus-putus dan dilakukan kembal sampai napas yang dikeluarkan dengan bunyi Sssss sudah teratur tanpa adanya putus putus. Setelah teratur dan siswa mulai bisa maka waktu diperpanjang menjadi 15 detik, dan terus bertambah menjadi 20 detik sampai 30 detik, tujuan dari latihan ban kempes ini merupakan untuk melatih teknik phrasering pada siswa pada saat bernyanyi, agar suatu frase dalam lagu dapat dinyanyikan utuh hanya dengan satu kali tarikan napas saja.

Setelah selesai latihan pernapasan selanjutnya dilanjutkan dengan pengaplikasian teknik ban kempes ke dalam 1 frase lirik lagu yang berjudul tanah airku. Selanjutnya seluruh siswa disuruh menyanyikan lirik lagu dengan satu frase lagu tanah airku sampai siswa mampu menyanyikan satu frase lagu tersebut secara utuh hanya dengan satu kali tarikan napas saja. setelah seluruh siswa mampu menyanyikan satu frase lagu tersebut dengan hanya 1 kali tarikan napas saja, selanjutnya ditambah lagi menjadi dua frase lagu secara utuh dengan hanya mengambil dua kali tarikan napas tadi. Hal tersebut juga diulang-ulang sampai seluruh siswa mampu bernyanyi dua frase lagu tersebut secara utuh hanya dengan dua kali tarikan napas saja. Terakhir kegiatan seluruh siswa disuruh bernyanyi bersama dengan menyanyikan lagu tanah airku secara utuh dengan menerapkan teknik ban kempes yang sudah dipraktikkan sebelumnya. Pelatih menutup kegiatan.

## **Pertemuan III**

Pertemuan ketiga dilakukan pada jumat 31 Maret 2023, pukul 13:00-14:00. Pelatih memasuki ruangan latihan dilanjutkan dengan memberi salam dan memulai latihan dengan berdoa. Pelatih menyiapkan media audio visual yang akan digunakan untuk menampilkan

video latihan pernapasan pada siswa. Pada pertemuan ini jenis latihan pernapasan yang diberikan kepada siswa sedikit berbeda dari latihan teknik pernapasan pada minggu-minggu sebelumnya.

Latihan teknik pernapasan yang dilakukan (1) Latihan napas kaget/napas kilat 10 kali Latihan ini dilakukan seperti kita sedang kaget, dan dirasakan pada pernapasan diafragma kita, dimana dilakukan selama 3-5 set , setiap setnya terdiri dari 10 kali napas kaget. latihan tersebut bertujuan untuk melatih penggunaan pernapasan diafragma, karena latihan tersebut diafragma akan terasa mengembang dan juga bertujuan agar siswa dapat terlatih dalam menarik napas secepat mungkin terutama pada saat bernyanyi lagu dengan tempo cepat. Sebelum latihannya, pelatih menayangkan video latihan pernapasan kaget/napas kilat terlebih dahulu. (2)Latihan hentakan ke dalam 4 dan keluar 8 Latihan ini siswa disuruh untuk menghirup napas melalui hidung 4 kali selanjutnya dikeluarkan melalui mulut 8 kali dengan membunyikan S dengan putus-putus. Dilakukan selama 3-5 set, dimana satu setnya terdiri dari 4 latihan yang diulang-ulang. Latihan tersebut bertujuan agar siswa dapat terlatih dalam menarik napas secepat mungkin terutama pada saat bernyanyi lagu dengan tempo cepat. Sebelum latihannya, pelatih menayangkan video latihan pernapasan hentakan ke dalam 4 dan keluar 8 terlebih dahulu.

Untuk menerapkan latihan teknik napas kilat dan latihan hentakan ke dalam 4 dan ke luar 8 maka pelatih menyiapkan satu lagu dengan tempo cepat yaitu lagu hari merdeka dengan birama 2/4. Pelatih mempraktikkan dengan cara menyanyikan lagu hari merdeka di depan siswa. Setelah itu pelatih menyuruh siswa untuk bernyanyi bersama dengan menyanyikan lagu hari merdeka, dengan aba-aba dari pelatih. Pada saat menyanyikan lagu hari merdeka terlihat banyak siswa yang masih tidak sadar menggunakan pernapasan dada, hal ini terlihat pada saat menarik napas dalam bernyanyi dada dan juga bahu ikut terangkat ke atas. Pelatih masih mengawasi siswa jika terjadi kesalahan yang dilakukan siswa, maka pelatih akan melakukan perbaikan. Sebelum kegiatan ditutup pelatih membagikan video latihan teknik pernapasan yang sudah ditayangkan pada siswa yang dikirim ke grup WA paduan suara agar siswa juga dapat latihan pernapasan di rumah dengan memanfaatkan video yang sudah dikirim peneliti ke dalam grup WA. Setelah selesai pelatih menutup pertemuan dengan doa dan salam.

#### **Pertemuan IV**

Pertemuan terakhir dilakukan pada jumat 14 April 2023, pukul 13:00-14:00. Pada pertemuan ini pelatih memfokuskan lagi siswa dalam latihan pernapasan. Pelatih memasuki ruangan latihan dilanjutkan dengan memberi salam dan memulai latihan dengan berdoa. Pelatih menyiapkan media audiovisual yang akan digunakan untuk menampilkan video latihan pernapasan pada siswa.

video masih sama dengan pertemuan-pertemuan sebelumnya. Pelatih mengulang kembali latihan untuk melatih teknik-teknik pernapasan yang telah dipraktikkan pada pertemuan pertemuan sebelumnya, dengan menggabungkan 4 model latihan teknik pernapasan tersebut secara sekaligus dengan bertahap tanpa berhenti, dan siswa langsung mengikuti sesuai dengan intruksi yang diberikan pada video secara langsung, disini guru hanya memantau jalannya latihan pernapasan.

Latihan teknik pernapasan yang dilakukan yaitu latihan pernapasan ban kempes, yaitu latihan dengan cara menarik napas sebanyak-banyaknya dan mengeluarkan napas sedikit demi sedikit dengan mengeluarkan bunyi Ssssss tujuan dari latihan pernapasan ban kempes ini merupakan untuk melatih teknik phrasering bernyanyi pada siswa dan juga intonasi. Latihan panting / napas terengah-engah yakni latihan ini seperti anjing yang sedang kecapekan, dilakukan selama 3-5 set. Setiap setnya terdiri dari 20 detik. Latihan ini bertujuan untuk dapat melatih dan merasakan pernapasan diafragma karena yang akan mengembang dan bergetar yaitu diafragma.

Latihan hentikan ke dalam 4 dan keluar 8. Latihan ini siswa disuruh untuk menghirup napas melalui hidung 4 kali selanjutnya dikeluarkan melalui mulut 8 kali dengan membunyikan S dengan putus-putus. Dilakukan selama 3-5 set, dimana satu setnya terdiri dari 4 latihan yang diulang-ulang. Latihan tersebut bertujuan agar siswa dapat terlatih dalam menarik napas secepat mungkin terutama pada saat bernyanyi lagu dengan tempo cepat. Latihan napas kaget/napas kilat 10 kali Latihan ini dilakukan seperti kita sedang kaget, dan dirasakan pada pernapasan diafragma kita, dimana dilakukan selama 3-5 set, setiap setnya terdiri dari 10 kali napas kaget. latihan tersebut bertujuan untuk melatih penggunaan pernapasan diafragma, karena latihan tersebut diafragma akan terasa mengembang dan juga bertujuan agar siswa dapat terlatih dalam menarik napas secepat mungkin terutama pada saat bernyanyi lagu dengan tempo cepat.

Setelah siswa selesai latihan ke 4 latihan pernapasan tersebut tanpa bantuan pelatih, selanjutnya siswa langsung disuruh menyanyikan lagu sebelumnya yang sudah pernah dinyanyikan secara bersama sama yaitu lagu tanah airku. Akhirnya siswa dapat bernyanyi lagu tersebut dengan menggunakan pernapasan yang benar, siswa sudah dapat trampil dalam menggunakan teknik pernapasan diafragma walaupun ada beberapa siswa yang masih tidak sadar menggunakan pernapasan dada, phrasering siswa juga sudah bagus dalam bernyanyi karena siswa sudah terampil dalam mengontrol napasnya kapan harus mengambil napas dan siswa juga sudah dapat mengontrol napas yang panjang dan mampu menyanyikan lagu dengan frase yang panjang sehingga intonasi yang dinyanyikan tidak fals karena napas tidak mudah habis.

### **Evaluasi Kegiatan**

Berdasarkan latihan yang sudah dilaksanakan dan juga evaluasi tersebut, maka kegiatan ekstrakurikuler paduan suara di SMP Negeri 22 Padang sudah berjalan dengan cukup baik walaupun guru pelatih tidak berlatar belakang lulusan musik dan hanya mengerti sedikit tentang pernapasan tetapi memiliki inisiatif untuk dapat melatih teknik pernapasan siswa dengan media yang dia pilih sehingga teknik pernapasan siswa menjadi meningkat dan siswa dapat melakukan latihan pernapasan terlebih dahulu setiap latihan sebelum belajar ke dalam lagu yang akan dinyanyikan.

## Pembahasan

Dari berbagai kegiatan latihan yang telah terlaksana, maka dapat disimpulkan bahwasanya adanya perbedaan yang terlihat sebelum dan juga setelah dilaksanakan kegiatan tersebut. Dari segi teknik pernapasan dimana siswa sudah mengetahui jenis-jenis pernapasan dan juga siswa menjadi lebih tahu bahwa pernapasan diafragma adalah pernapasan yang paling tepat digunakan pada saat bernyanyi. Pernapasan siswa juga menjadi panjang karena sering dilatih dengan teknik ban kempes sehingga siswa sudah piawai bernyanyi dengan frase yang panjang walau hanya mengambil satu kali tarikan napas saja sehingga frase dan juga intonasi siswa dalam bernyanyi menjadi tepat. Tidak hanya itu siswa juga sudah dapat terampil dalam menarik napas dengan cepat pada saat bernyanyi lagu-lagu yang bertempo cepat, karena latihan napas kilat, napas terengah-engah dan juga latihan tarik napas 4 kali dan hembuskan keluar sebanyak 8 kali.

Perbedaan terlihat pada siswa dimana sebelumnya masih menggunakan pernapasan dada mulai mampu menggunakan pernapasan diafragma pada saat bernyanyi, terdengar juga bahwa frasering dan juga intonasi siswa sebelumnya masih belum tepat kini sudah terlatih dan menjadi baik dan tepat dalam bernyanyi dengan frase panjang dan juga intonasi lagu yang tepat.

Berdasarkan hasil penelitian, pelatih tidak melakukan penilaian secara mendetail kepada setiap siswa yang tergabung ke dalam kegiatan ekstrakurikuler paduan suara tersebut. Peneliti menemukan bahwasanya hampir setiap selesai latihan pernapasan dan juga latihan lau, pelatih hanya memberikan motivasi dan juga evaluasi terhadap siswa, berisikan bagaimana kegiatan latihan yang sudah dilakukan dan apa yang harus dilakukan dan diperbaiki lagi pada latihan-latihan yang akan datang agar berjalan lebih baik lagi dan lancar.

## Kesimpulan

kegiatan ekstrakurikuler paduan suara di SMP Negeri 22 Padang telah terlaksana dan cukup baik walaupun guru pelatih tidak berlatar belakang lulusan musik dan hanya mengerti sedikit tentang pernapasan Siswa sudah mengetahui jenis-jenis pernapasan dan juga siswa menjadi lebih tahu bahwa pernapasan diafragma adalah pernapasan yang paling tepat digunakan pada saat bernyanyi. Pernapasan siswa juga menjadi panjang karena sering dilatih dengan teknik ban kempes sehingga siswa sudah piawai bernyanyi dengan frase yang panjang walau hanya mengambil satu kali tarikan napas saja sehingga frase dan juga intonasi siswa dalam bernyanyi menjadi tepat.

Siswa sudah dapat terampil dalam menarik napas dengan cepat pada saat bernyanyi lagu-lagu yang bertempo cepat, karena latihan napas kilat, napas terengah-engah dan juga latihan tarik napas 4 kali dan hembuskan keluar sebanyak 8 kali sehingga frase dalam bernyanyi juga tidak terganggu. Siswa sudah mampu menerapkan teknik pernapasan yang baik dan benar pada saat bernyanyi, walaupun masih saja ada beberapa siswa yang tidak sadar menggunakan pernapasan dada.

Berdasarkan kesimpulan maka disarankan pelatih dalam ekstrakurikuler paduan suara harus mengambil langkah-langkah yang tegas kepada siswa anggota ekstrakurikuler paduan

suara yang kurang. Pelatih sebaiknya menyediakan video latihan tutorial latihan pernapasan yang lain, berbeda dengan tutorial latihan pernapasan yang sudah di tampilkan. Sebaiknya sekolah mencari pelatih yang benar-benar mengerti dan kompeten dalam melatih paduan suara.

## Referensi

- Ardipal. (2011). *Bina Vokalia (Intonasi, Resonansi, dan Artikulasi)*. Padang: Sukabina Press.
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Depdiknas.(2003).*Undang-undang RI No.20 tahun 2003.tentang sistem pendidikan nasional*. Depdiknas,
- Lutan, Rusli. (1986). *Pengelolaan Interaksi Belajar Mengajar Intrakurikuler, Kokurikuler dan Ekstrakurikuler*. Jakarta: Universitas Terbuka.Moleong, 2007
- Meiliawati, Fithri. (2021). Aktivitas Seni Siswa SD: Responsi Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Vokal di SD. *Jurnal Elementaria Edukasia*, 4(1), 89-95.
- Moleong, Lexy J. 2007. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Putra, C.S. (2015). Pembelajaran Vokal dengan Metode Solfegio pada Paduan Suara Gracia Gitaswara di GKJ Cilacap Utara Kabupaten Cilacap.*Jurnal Seni Musik*, 4(1).
- Putri,B. A.,&Ardipal, A. (2020).PelaksanaanEkstrakurikulerPaduanSuara Di SMA Adabiah 2 Padang.*JurnalSendratasik*, 10(1), 64-74.
- Sadiman, arief s. (dkk). 2014. *Media pendidikan pengertian, pengembangan, dan pemanfaatan*. Jakarta: rajawali pers.
- Wati, Ega Rima. (2016). *Ragam Media Pembelajaran: Kata Pena*