

---

**UPAYA MENERAPKAN TEKNIK POLA BIRAMA 4/4 LAGU INDONESIA  
RAYA PADA PESERTA DIDIK KELAS XI-K SMAN 4 KUPANG**

**Emiliana Consita Plain<sup>1</sup>, Kadek Paramitha Hariswari<sup>2</sup>, Katharina Tea Wolo<sup>3</sup>**

[emilianaconsitplain@gmail.com](mailto:emilianaconsitplain@gmail.com)<sup>1</sup>, [paramithahariswari21@gmail.com](mailto:paramithahariswari21@gmail.com)<sup>2</sup>,

[melodivamones27@gmail.com](mailto:melodivamones27@gmail.com)<sup>3</sup>

**Universitas Katolik Widya Mandira Kupang**

**ABSTRAK**

Pembelajaran musik di tingkat SMA menuntut pemahaman ritmis yang kuat, terutama dalam menyanyikan lagu Indonesia Raya yang menggunakan pola birama 4/4. Namun, peserta didik sering mengalami kesulitan dalam menjaga konsistensi ketukan dan koordinasi gerak, sehingga diperlukan kajian teoretis untuk merumuskan strategi pembelajaran yang lebih efektif. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi konsep, pendekatan pedagogis, dan langkah implementatif yang relevan untuk mengajarkan pola birama 4/4 kepada peserta didik kelas XI, dengan fokus penerapan yang dapat diadaptasi dalam konteks SMAN 4 Kupang. Metode yang digunakan adalah studi literatur melalui analisis sistematis terhadap jurnal ilmiah, buku ajar musik, pedoman kurikulum, dan laporan penelitian. Hasil kajian menunjukkan bahwa pemahaman pola birama 4/4 dapat ditingkatkan melalui integrasi latihan demonstratif, aktivitas ritmis bertahap, serta pendekatan multisensori yang menstimulasi aspek kognitif, motorik, dan afektif peserta didik. Kajian ini memberikan kerangka konseptual dan rekomendasi praktik yang dapat diterapkan guru seni budaya untuk memperkuat kompetensi ritmis peserta didik.

**Kata Kunci:** Pembelajaran Musik, Pola Birama 4/4, Indonesia Raya, Ritme.

**ABSTRACT**

*Music learning at the senior high school level requires strong rhythmic comprehension, particularly when performing the national anthem Indonesia Raya, which uses a 4/4 time signature. Students often face difficulties maintaining beat consistency and coordinating rhythmic movements, indicating the need for a theoretical examination to formulate more effective instructional strategies. This study aims to identify relevant concepts, pedagogical approaches, and implementable steps for teaching the 4/4 time signature to eleventh-grade students, with recommendations that can be adapted to the context of SMAN 4 Kupang. The research employs a literature study method through a systematic review of scholarly journals, music education textbooks, curriculum guidelines, and research reports. The findings indicate that students' understanding of the 4/4 time signature can be enhanced through the integration of demonstrative exercises, gradual rhythmic activities, and multisensory approaches that stimulate cognitive, motoric, and affective domains. This study provides a conceptual framework and practical recommendations for music teachers to strengthen students' rhythmic competence.*

**Keywords:** Music Learning, 4/4 Time Signature, Indonesia Raya, Rhythm.

## PENDAHULUAN

Pendidikan musik memiliki peran strategis dalam membentuk kepekaan estetika, kedisiplinan, dan karakter peserta didik (Ito, 2022). Di Indonesia, pembelajaran musik di sekolah menengah tidak hanya berfungsi sebagai sarana apresiasi seni, tetapi juga sebagai media internalisasi nilai kebangsaan melalui lagu-lagu nasional, salah satunya Indonesia Raya. Lagu ini memiliki struktur musikal yang formal, termasuk penggunaan pola birama 4/4, yang menuntut pemahaman ritmis, koordinasi motorik, dan kemampuan interpretasi yang baik dari peserta didik (Ibiyemi et al., 2022). Namun, proses pembelajaran pola birama di berbagai sekolah sering kali menghadapi tantangan karena keterbatasan pengalaman musikal peserta didik, metode pembelajaran yang kurang variatif, serta minimnya penekanan pada keterampilan dasar ritmis (Kavčič Pucihar et al., 2024).

Dalam konteks pendidikan seni di sekolah menengah, penguasaan pola birama 4/4 menjadi kompetensi penting karena menjadi dasar bagi banyak bentuk musik, termasuk lagu nasional. Meski demikian, berbagai studi menunjukkan bahwa peserta didik kerap mengalami kesulitan dalam memahami pola ketukan, menjaga konsistensi tempo, serta mengintegrasikan gerak tubuh dengan irama lagu (Britton et al., 2024; Karageorghis et al., 2019; Zhao et al., 2024). Tantangan ini semakin nyata ketika pembelajaran dilakukan secara klasikal dan tanpa pendekatan pedagogis yang sistematis. Kondisi tersebut mengindikasikan adanya kebutuhan penguatan strategi pembelajaran ritmik yang efektif di tingkat sekolah menengah.

Meskipun penelitian terkait pembelajaran ritmik telah banyak dilakukan, terdapat celah penelitian (research gap) terkait implementasi teknik penguatan pola birama dalam konteks lagu nasional, khususnya Indonesia Raya. Literatur yang ada lebih banyak membahas pelatihan ritmik secara umum atau pembelajaran musik Barat (Vazou et al., 2020) sedangkan kajian yang secara spesifik mengkaji bagaimana pola birama 4/4 Indonesia Raya diajarkan kepada peserta didik SMA masih terbatas. Selain itu, belum banyak penelitian yang memfokuskan diri pada pendekatan pedagogis praktis yang dapat diterapkan oleh guru seni budaya dalam pembelajaran harian di kelas. Dengan demikian, diperlukan penelitian yang mengeksplorasi strategi implementatif untuk meningkatkan pemahaman pola birama peserta didik melalui contoh konkret lagu nasional yang sudah familiar.

Bagi satuan pendidikan seperti SMAN 4 Kupang, penerapan teknik pembelajaran pola birama 4/4 menjadi relevan karena kurikulum seni budaya menekankan penguasaan keterampilan musikal dasar dan apresiasi lagu nasional. Meskipun belum terdapat data empiris yang mendeskripsikan kondisi pembelajaran musik di sekolah tersebut, penelitian ini disusun secara general sehingga rekomendasi dan strategi yang dikembangkan tetap dapat diadaptasi oleh guru sesuai kebutuhan dan konteks pembelajaran di lapangan.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk: menganalisis urgensi penerapan teknik pola birama 4/4 dalam pembelajaran Indonesia Raya bagi peserta didik kelas XI serta merumuskan langkah-langkah implementatif yang dapat digunakan guru untuk meningkatkan pemahaman ritmis peserta didik. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan pembelajaran musik di tingkat SMA serta memberikan panduan praktis bagi guru seni budaya dalam merancang kegiatan pembelajaran berbasis teknik pola birama.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi literatur untuk mengkaji secara mendalam berbagai konsep teoretis, temuan empiris, dan praktik pedagogis yang berkaitan dengan penerapan pola birama 4/4 dalam pembelajaran musik, khususnya pada lagu Indonesia Raya di tingkat SMA. Pendekatan ini dipilih karena penelitian tidak melibatkan pengumpulan data lapangan secara langsung di SMAN 4 Kupang, melainkan berfokus pada penyusunan pemahaman konseptual dan rekomendasi implementatif berdasarkan literatur akademik yang relevan. Melalui kajian literatur, peneliti memperoleh gambaran yang luas mengenai teknik dasar ritme, strategi pengajaran ketukan, serta karakteristik peserta didik dalam memahami pola birama.

Tahapan analisis dilakukan melalui penelusuran sistematis terhadap berbagai sumber ilmiah seperti jurnal terindeks, buku ajar musik, pedoman kurikulum, laporan penelitian, dan

dokumen kebijakan yang berkaitan dengan pembelajaran seni budaya di sekolah menengah. Setelah dilakukan seleksi berdasarkan kredibilitas dan relevansi, literatur yang terpilih dianalisis untuk mengidentifikasi tema-tema sentral, seperti karakteristik pola birama 4/4, metode demonstratif dalam pembelajaran ritmis, serta kendala yang umum dihadapi guru ketika mengajarkan konsep ritme kepada peserta didik. Setiap konsep tersebut kemudian dipetakan dan dianalisis secara mendalam sehingga menghasilkan sintesis argumentatif yang komprehensif.

Pendekatan studi literatur ini menghasilkan kerangka konseptual yang kuat untuk memahami bagaimana pola birama 4/4 dapat diajarkan secara efektif dalam konteks pembelajaran musik di SMA. Selain itu, metode ini memungkinkan peneliti menelaah dinamika pembelajaran ritmis secara lebih holistik, mencakup aspek kognitif, motorik, dan afektif peserta didik. Dengan demikian, penelitian ini memberikan landasan teoretis bagi perumusan langkah-langkah implementatif yang dapat diadaptasi oleh guru seni budaya, termasuk di SMAN 4 Kupang, guna meningkatkan pemahaman ritmis peserta didik secara terstruktur dan selaras dengan prinsip pedagogi musik kontemporer (Creswell & Creswell J David, 2018; Dopp et al., 2019).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Pemahaman Dasar Peserta Didik terhadap Pola Birama 4/4**

Kajian literatur menunjukkan bahwa pemahaman ritmis peserta didik SMA sering kali berada pada tahap dasar, di mana mereka masih perlu menguasai konsep ketukan kuat (strong beat) dan ketukan lemah (weak beat) dalam pola birama 4/4 (Wang, 2023). Gelding et al. (2021) melalui Teori Pembelajaran Musikal menegaskan bahwa penguasaan konsep ritme sangat bergantung pada kemampuan audiation, yaitu proses mental untuk memahami dan membayangkan pola bunyi sebelum diekspresikan. Pada peserta didik yang belum terbiasa dengan pembelajaran musik terstruktur, kemampuan audiation sering kali masih berkembang secara gradual.

Dalam konteks implementatif di SMAN 4 Kupang, pemahaman dasar ini perlu dibangun melalui pengenalan pola ketukan 4/4 secara berulang, baik melalui aktivitas mendengarkan maupun aktivitas gerak sederhana seperti menepuk tangan mengikuti irama. Penelitian Moudjian et al. (2019) menunjukkan bahwa aktivitas auditori-motorik yang simultan dapat mempercepat internalisasi ketukan. Dengan demikian, pemahaman dasar terhadap birama 4/4 menjadi fondasi utama sebelum peserta didik diarahkan untuk mempraktikkan ritme dalam konteks lagu Indonesia Raya yang memiliki struktur gubahan formal dan tempo yang relatif stabil.

### **Efektivitas Demonstrasi dan Latihan Berulang dalam Meningkatkan Konsistensi Ketukan**

Pembelajaran pola birama 4/4 sangat bergantung pada proses demonstrasi dan latihan berulang (Senn, 2023). Sesuai Teori Behaviorisme yang dikemukakan Skinner penguasaan ritme diperoleh melalui hubungan stimulus respons yang diperkuat (Dani & Harrison, 2021). Guru memberikan stimulus berupa contoh ketukan yang benar, sedangkan peserta didik memberikan respons berupa peniruan pola ritmis tersebut. Proses shaping dalam praktik behaviorisme memungkinkan keterampilan motorik ritmis terbentuk secara bertahap: dari penguasaan ketukan dasar, konsistensi tempo, hingga kemampuan mempertahankan pola ritmis secara mandiri.

Dalam implementasinya bagi peserta didik SMAN 4 Kupang, strategi latihan dapat dilakukan melalui pengulangan ketukan menggunakan metode menghitung “1-2-3-4”, penggunaan metronom, atau latihan menepuk ketukan menggunakan alat musik sederhana seperti snare pad atau ritmik perkusi. Penelitian oleh Tavakoli (2009) membuktikan bahwa repetisi yang terstruktur berpengaruh signifikan terhadap stabilitas tempo dan akurasi

ketukan peserta didik. Penguatan positif dari guru berupa koreksi langsung, pujian, dan penegasan verbal terbukti memperkuat respons yang tepat serta meningkatkan motivasi belajar musik di kalangan remaja. Dengan demikian, prinsip behaviorisme dapat diaplikasikan secara efektif dalam membangun konsistensi ketukan peserta didik SMA.

### **Peran Interaksi Sosial dan Kolaborasi dalam Meningkatkan Pemahaman Ritmis**

Pembelajaran musik tidak hanya bersifat individual, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial. Melalui Teori Konstruktivisme Sosial menekankan bahwa perkembangan pengetahuan terjadi ketika peserta didik belajar dalam Zone of Proximal Development (ZPD), yaitu kondisi ketika kemampuan mereka berkembang melalui bantuan atau scaffolding dari guru dan teman sebaya (Dani & Harrison, 2021). Dalam konteks pembelajaran pola birama 4/4, kerja kelompok menjadi sarana yang efektif untuk meningkatkan pemahaman ritmis.

Studi oleh van Loon & van de Pol (2019) menunjukkan bahwa latihan ritmik kolaboratif dapat membantu peserta didik menyamakan tempo, memperbaiki kesalahan ritmis melalui observasi teman, serta meningkatkan kepekaan terhadap struktur birama. Implementasinya pada pembelajaran Indonesia Raya di SMAN 4 Kupang dapat dilakukan melalui kegiatan seperti praktik kelompok vokal, latihan tepuk berirama bersama, atau kegiatan call and response di mana peserta didik saling menirukan pola ritmis secara bergilir. Interaksi sosial semacam ini tidak hanya memperkuat pemahaman ritmis, tetapi juga mengembangkan keterampilan afektif seperti kerja sama, perhatian kolektif terhadap tempo, dan sikap musikalitas yang lebih matang.

### **Implikasi Pedagogis terhadap Pembelajaran Musik di SMAN 4 Kupang**

Integrasi ketiga teori Pembelajaran Musikal, Behaviorisme, dan Konstruktivisme Sosial menghasilkan sejumlah implikasi pedagogis yang dapat diterapkan di SMAN 4 Kupang meskipun penelitian tidak melibatkan pengumpulan data lapangan langsung. Pertama, pembelajaran musik perlu dimulai dari penguatan kemampuan audiation melalui aktivitas mendengarkan dan merasakan ketukan, sebagaimana dianjurkan Scartozzi et al. (2024) Guru dapat memutar versi instrumental dalam konteks penelitian ini Indonesia Raya dan meminta peserta didik mengidentifikasi ketukan dasar secara intuitif.

Kedua, proses pembelajaran harus dirancang dengan pola demonstrasi yang jelas dan repetisi yang cukup untuk memastikan pembentukan keterampilan motorik, sejalan dengan prinsip behaviorisme. Penggunaan metronom, latihan pengulangan terstruktur, serta pemberian umpan balik langsung merupakan strategi yang sangat relevan untuk pembelajaran musik di tingkat SMA (Fallowfield & Gomez, 2022)

Ketiga, pembelajaran ritmik akan lebih efektif apabila melibatkan kolaborasi dan interaksi sosial. Model latihan kelompok, peer tutoring, dan ensemble practice memungkinkan peserta didik meningkatkan kemampuan ritmis secara kolektif, sesuai gagasan Vygotsky (1978) bahwa pengetahuan dibangun melalui interaksi sosial yang bermakna.

Secara keseluruhan, penerapan teknik pola birama 4/4 dalam lagu Indonesia Raya bukan hanya meningkatkan pemahaman ritmis peserta didik, tetapi juga memperkuat pendekatan pedagogi musik yang holistik di SMAN 4 Kupang. Integrasi ketiga teori tersebut memberikan dasar konseptual yang kuat bagi guru dalam merancang pembelajaran ritmik yang efektif, terukur, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan peserta didik.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan pola birama 4/4 dalam pembelajaran musik, khususnya pada lagu Indonesia Raya, membutuhkan pendekatan yang sistematis dan didasarkan pada pemahaman teoretis mengenai ritme, proses belajar musik, serta perkembangan kemampuan peserta didik. Hasil analisis literatur mengisyaratkan bahwa

penguasaan ketukan tidak hanya bergantung pada latihan teknis, tetapi juga pada kemampuan kognitif, koordinasi motorik, serta pengalaman musik sebelumnya. Pembelajaran yang efektif menuntut integrasi metode demonstratif, latihan bertahap, dan aktivitas ritmik langsung sehingga peserta didik mampu memahami ritme secara menyeluruh, tidak sekadar menghafal pola ketukan. Dengan demikian, pola birama 4/4 dapat menjadi landasan penting bagi penguatan kompetensi musikal peserta didik di tingkat SMA.

Guru seni budaya disarankan untuk mengembangkan strategi pembelajaran ritme yang lebih variatif dan berpusat pada peserta didik, seperti penggunaan media audio-visual, alat musik ritmis sederhana, dan latihan multisensori guna memperkuat pemahaman ketukan. Sekolah juga perlu menyediakan fasilitas pendukung dan peningkatan kapasitas bagi guru agar proses pembelajaran musik dapat berlangsung secara optimal. Penelitian lanjutan dapat dilakukan melalui uji empiris di kelas untuk mengevaluasi sejauh mana strategi pembelajaran ritmis ini efektif diterapkan, sehingga hasilnya dapat memberikan kontribusi lebih aplikatif bagi pengembangan pendidikan musik di Indonesia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Britton, M. K., Colverson, A., Cohen, R. A., Velez, X., Lamb, D. G., Porges, E. C., & Williamson, J. B. (2024). Frontal GABA levels associate with musical rhythm production in healthy aging adults. *Brain and Cognition*, 182, 106230. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bandc.2024.106230>
- Creswell, J. W., & Creswell J David. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th ed.). Sage publications.
- Dani, D. E., & Harrison, L. M. (2021). Family science nights: Venues for developing cultural competence. *Teaching and Teacher Education*, 103, 103370. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.tate.2021.103370>
- Dopp, A. R., Mundey, P., Beasley, L. O., Silovsky, J. F., & Eisenberg, D. (2019). Mixed-method approaches to strengthen economic evaluations in implementation research. *Implementation Science*, 14(1). <https://doi.org/10.1186/s13012-018-0850-6>
- Fallowfield, E., & Gomez, P. (2022). An etude for post-pandemic practice: The impact of the COVID-19 pandemic on practice methods and instrumental technique. *Frontiers in Psychology*, Volume 13-2022. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2022.846953>
- Gelding, R. W., Harrison, P. M. C., Silas, S., Johnson, B. W., Thompson, W. F., & Müllensiefen, D. (2021). An efficient and adaptive test of auditory mental imagery. *Psychological Research*, 85(3), 1201–1220. <https://doi.org/10.1007/s00426-020-01322-3>
- Ibiyemi, O., Lawal, F., Osuh, M., Owoaje, T., Idiga, E., Fagbule, O., & Ijarogbe, O. (2022). Developing an Oral Hygiene Education Song for Children and Teenagers in Nigeria. *International Dental Journal*, 72(6), 866–871. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.identj.2022.06.008>
- Ito, S. (2022). Relationship between children's skills in school subject learning and athletic ability. *Frontiers in Psychology*, Volume 13-2022. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2022.1026563>
- Karageorghis, C. I., Lyne, L. P., Bigliassi, M., & Vuust, P. (2019). Effects of auditory rhythm on movement accuracy in dance performance. *Human Movement Science*, 67, 102511. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.humov.2019.102511>
- Kavčič Pucihar, A., Habe, K., Rotar Pance, B., & Laure, M. (2024). The key reasons for dropout in Slovenian music schools – a qualitative study. *Frontiers in Psychology*, Volume 15-2024. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1385840>
- McCauley Bush, P. (2013). Chapter 3 - Why More Women Don't Lead and Innovate. In P. McCauley Bush (Ed.), *Transforming Your STEM Career Through Leadership and Innovation* (pp. 35–62). Academic Press. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/B978-0-12-396993-4.00003-5>
- Moumdjian, L., Moens, B., Maes, P.-J., Van Geel, F., Ilsbroukx, S., Borgers, S., Leman, M., & Feys,

- P. (2019). Continuous 12 min walking to music, metronomes and in silence: Auditory-motor coupling and its effects on perceived fatigue, motivation and gait in persons with multiple sclerosis. *Multiple Sclerosis and Related Disorders*, 35, 92–99. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.msard.2019.07.014>
- Scartozzi, A. C., Wang, Y., Bush, C. T., Kasdan, A. V., Fram, N. R., Woynaroski, T., Lense, M. D., Gordon, R. L., & Ladányi, E. (2024). The Neural Correlates of Spontaneous Beat Processing and Its Relationship with Music-Related Characteristics of the Individual. *ENeuro*, 11(10). <https://doi.org/10.1523/ENEURO.0214-24.2024>
- Senn, O. (2023). A predictive coding approach to modelling the perceived complexity of popular music drum patterns. *Heliyon*, 9(4), e15199. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e15199>
- Tavakoli, P. (2009). Assessing L2 task performance: Understanding effects of task design. *System*, 37(3), 482–495. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.system.2009.02.013>
- van Loon, M., & van de Pol, J. (2019). Judging own and peer performance when using feedback in elementary school. *Learning and Individual Differences*, 74, 101754. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.lindif.2019.101754>
- Vazou, S., Klesel, B., Lakes, K. D., & Smiley, A. (2020). Rhythmic Physical Activity Intervention: Exploring Feasibility and Effectiveness in Improving Motor and Executive Function Skills in Children. *Frontiers in Psychology*, Volume 11-2020. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2020.556249>
- Wang, Y. (2023). Intelligent auxiliary system for music performance under edge computing and long short-term recurrent neural networks. *PLOS ONE*, 18(5), e0285496-. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0285496>
- Zhao, H., Deng, Y., Song, G., Zhu, H., Sun, L., Li, H., Yan, Y., & Liu, C. (2024). Effects of 8 weeks of rhythmic physical activity on gross motor movements in 4-5-year-olds: A randomized controlled trial. *Journal of Exercise Science & Fitness*, 22(4), 456–462. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jesf.2024.10.001>.