



3/10/2012

TEKNIK VOKAL

Oleh WING W PANDU

www.rumahseni2.net

TEKNIK VOKAL

Oleh WING WPANDU

Bernyanyi merupakan sebuah kegiatan seni yang paling murah dalam hal sarana. Karena semua alat sudah dimiliki oleh setiap manusia. Alat-alat tersebut diantaranya adalah pita suara, hidung, paru-paru, dll. Tetapi tidak demikian mudah untuk menjadikan suara kita menjadi alat musik, yang siap untuk membangun karya seni. Hal ini harus dilakukan berbagai latihan yang terus menerus, atau disebut mengolah teknik vokal.

Mekanisme Terjadinya Suara.

Udara kita hirup melalui rongga hidung (inhalasi), pita suara terbuka. Udara masuk ke dalam paru-paru. Lalu udara dihembuskan keluar melewati celah sempit, pita suara merapat, dan bergetarlah pita suara. Getaran ini dipantulkan ke ruang-ruang resonansi yang berada di seluruh tubuh kita. Lalu oleh alat-alat bicara getaran yang telah diperkuat tadi dibentuk.

Pita suara selain sebagai sumber suara, juga memberi ketinggian suara, warna suara, kekuatan suara, serta sifat/karakteristik suara.

Mengapa seseorang memiliki warna suara yang berbeda dengan orang yang lainnya?

Pernapasan.

Pernapasan dalam kegiatan bernyanyi tidaklah sama dengan pernapasan yang biasa dilakukan sehari-hari. Bernyanyi merupakan aktivitas yang bergantung pada pernapasan dalam, yang mana memerlukan adanya pengontrolan guna memperoleh hasil suara yang maksimal.

Untuk bernyanyi diperlukan napas yang panjang dan terukur. Paru-paru harus terisi secara maksimal, ditunjang oleh otot-otot diafragma. Pengontrolan terjadi saat menghitup napas (*inhakasi*) dan menghembuskan napas (*Ekshalasi*). Pada saat inhalasi, otot-otot diafragma harus dikendalikan agar dapat menunjang pernapasan yang dalam. Begitu pula pada saat ekshalasi, pengontrolan dilakukan untuk mengefisienkan pernapasan agar kestabilan suara dapat terjaga, serta menghindari pemborosan udara yang tersimpan.

Latihan 1.

1. Anda berdiri tegak.
2. Rabalah tulang rusuk paling bawah.
3. Letakkan dan sedikit memberi tekanan, tepatnya diantara tulang rusuk paling bawah dan perut bagian atas.
4. Inhalasi melalui hidung dengan perlahan dan lembut hingga mencapai udara yang maksimal.
5. Rasakan terjadinya gerakan, dan telapak tangan Anda terdorong ke luar.
6. Pada saat inhalasi, pastikan bahwa dada bagian atas tidak bergerak ke depan. Begitu pula pada bahu tidak ada gerakan ke atas.
7. Ketika ekshalasi telapak tangan bergerak ke dalam, rusuk mengempis dan perut kembali pada posisi normal.

Proses latihan dalam olah pernafasan, terdiri dalam 3 tahapan :

- a. Inhalasi ; menghirup udara secara penuh secara cepat.
 - b. *Ekshalasi* ; menghembuskan napas secara perlahan, lembut dan teratur.
 - c. *Relaksasi* ; mengendurkan otot-otot.
- Ketiga tahapan ini dilakukan berulang-ulang.

Alangkah mudahnya bernyanyi dengan memiliki kemampuan pernapasan yang panjang. Hal ini secara penuh akan menunjang pembentukan frase-frase lagu. Not-not dinyanyikan bersambungan tanpa merasa kelelahan.

Latihan 2 , (*memperkuat otot-otot diafragma*)

1. Lakukan inhalasi dengan menghirup udara sebanyak-banyaknya.
2. Tahan udara yang telah terkumpul dalam paru-paru selama 15 – 30 detik.
3. Lakukan ekshalasi secara penuh.
4. Relaksasi.
5. Lakukan berulang-ulang hingga kita memiliki peningkatan daya tahan.

Latihan 3 , (*pengontrolan ekshalasi*)

1. Lakukan inhalasi dengan menghirup udara sebanyak-banyaknya.
2. Ekshalasi melalui hidung, dengan senandung satu nada (misal: do) atau diistilahkan humming (hm), menutup rapat bibir.
3. Kendalikan ekshalasi tersebut bertahan hingga 10 – 30 detik.
4. Selama melakukan humming, rasakan getaran yang terjadi pada kepala bagian tengah (pipi, hidung, bibir).
5. Lakukan berulang-ulang hingga kita memiliki peningkatan daya tahan.

Latihan 4, (peningkatan tenaga)

1. Nyanyikan nada : do – mi – sol – do' – sol – mi – do – do' – do , dalam satu kali inhalasi.
2. Lakukan berulang dengan nada do berubah (do=G, do=A, do = B, dan seterusnya, makin lama nada berubah semakin tinggi).
3. Lakukan dengan bentuk lain dengan urutan nada : do – re – mi - fa – sol – fa - mi – re – do – mi - sol – mi – do. Jika telah terbiasa, lantunkan dengan 'la' .
4. Patikan Anda melakukannya dengan satu kali inhalasi.
5. Lakukan berulang dengan nada do berubah (do=G, do=A, do = B, dan seterusnya, makin lama nada berubah semakin tinggi).

Latihan 5, (kontrol napas pada nada sama)

1. Nyanyikan nada : do-re-mi-fa-sol-sol-solsol-fa-mi-re-do-do-do
2. Kendalikan napas yang digunakan untuk membunyikan nada yang sama.
3. Jika telah terbiasa, lantunkan dengan 'la' .
4. Lakukan berulang dengan nada do berubah (do=G, do=A, do = B, dan seterusnya, makin lama nada berubah semakin tinggi).

Masih banyak metoda yang dapat dikembangkan untuk berlatih 'olah napas' yang dapat ditentukan sendiri.

Resonansi.

Resonansi adalah ruang-ruang di tubuh kita yang turut bergetar, memberi kekuatan pada volume suara. Getaran yang dihasilkan oleh pita suara dipantulkan ke ruang-ruang resonansi, yakni :

- a. Resonan Atas ,*nasal cavity*, terdiri atas : rongga hidung, rongga kepala (pelipis)
- b. Resonan Tengah , terdiri atas : rongga mulut dan pharynx (leher)
- c. Resonan Bawah, yaitu dada.

Resonan atas jika dimanfaatkan secara maksimal akan dihasilkan suara yang jernih, cemerlang dan ringan. Suara itulah yang ideal diperlukan dalam bernyanyi. Sedang pada resonans tengah, pembukaan mulut serta peletakan alat bicara yang benar akan menghasilkan kekuatan yang besar. Resonan bawah akan bergetar keras pada saat menyanyikan nada-nada yang rendah. Hindari cara bernyanyi dengan meredam mulut dan *pharynx*. Selain produksi suara tidak maksimal, seringkali menyebabkan terganggunya kesehatan pita suara. Indikasinya suara dihasilkan *parau* dan *kasar*.

Jika Anda melatih suara untuk bernyanyi, sampaikan mengapa mulut kita harus terbuka ketika bernyanyi. Yakni selain untuk memberi artikulasi yang baik, juga akan memberi suara terproduksi maksimal.

Latihan 6.

1. Senandungkan 1 (satu) not/nada menengah/tinggi dengan mengatupkan bibir (humming).
2. Arahkan getaran-getaran tersebut ke nasal cavity. Rasakan getarannya pada daerah kepala bagian atas dan tengah. Jika getarannya semakin lembut, pertanda suara Anda semakin membaik.
3. Coba ulangi dengan menggunakan konsonan '**.ng**'. Lakukan lagi dengan merubah konsonan "ng" dan vocal 'a' secara berulang.
4. Nyanyikan 1 nada menggunakan huruf vocal (a/o), lalu coba arahkan suara tepat lurus ke depan (mulut/hidung), ke arah bawah dengan mendorong getaran ke resonan bawah, dan ke arah atas dengan mendorong getaran ke resonan kepala bagian atas. Bedakan hasil produksi suara Anda.
5. Sekali lagi, berlatihlah dengan mencoba menggetarkan suara ke resonan belakang, yakni di sekitar tengkuk dan leher.

Artikulasi.

Yang dimaksud adalah bagaimana kita dapat mengungkapkan lirik-lirik lagu dengan jelas. Hal ini tidak bisa tidak harus terus dilatih. Artikulasi dipengaruhi oleh kebiasaan kita berbicara. Pada umumnya kita malas untuk membuka mulut saat bernyanyi, sehingga produk suarapun tidak maksimal. Ruang resonansi pada bagian mulut tertutup.

Latihan 7 (Huruf Vokal; terdiri atas huruf A , I , E , O , U)

1. Gerakkan alat-alat bicara dengan tanpa mengeluarkan suara sedikitpun. Pastikan bahwa posisi lidah, gigi, bibir tepat dalam posisi pengucapan huruf-huruf vokal tersebut.
2. Lakukan kembali dengan cara 1 dengan menyuarakan huruf vokal tersebut. Pastikan suara Anda halus, lembut, tidak kasar atau parau.
3. Nyanyikan susunan tangga nada do-re-mi-fa-sol-la-si-do dengan membuka mulut dengan benar dan jelas. Anda bisa ganti sukukata dengan du – bi – da – bi – du - bi – da - do
4. Untuk latihan yang terus-menerus, lakukan :
3 - 4 - 3 - 2 - 1

ma me mi mo mu

Huruf Konsonan.

Huruf konsonan harus dapat berubah dengan cepat dan jelas pada saat bernyanyi. Ada dua (2) kelompok konsonan yang dapat kita bedakan :

1. Konsonan *Hambat Oral*, yakni huruf : P , T , K , B , D , G
2. Konsonan *Hambat Nasal*, yakni huruf : M , N , NG

teknik vocal by wing w pandu

Latihan 8 (Huruf Konsonan)

1. Latihlah kalimat berikut : ta-pa-ta-pa-taberulang dengan cepat
2. Latihlah : B – M – B – M – Bdan seterusnya.
3. Gunakan satu nada sembarang, lakukan Humming (hm). Rasakan bergetarnya rahang bagian atas.

Beberapa contoh Latihan pelemasan alat bicara :

Bacalah dengan suara jelas dan terang.

1. Konsonan **P** ; *Pantolan di pola yang dipakai Pak Polan tadi pagi tampaknya terlalu panjang Punya siapa sapi putih penarik pedati dipagar putih itu?*
2. Konsonan **T** ; *Tukang todong yang tampan itu, terampil loncat dari kereta api cepat. Tapi sial tulangnya patah-patah berantakan. Lalu matilah dia seketika.*
3. Konsonan **K** ; *Kata kawan-kawan kakak-kakakku, aku tentunya adik yang tekun. Kuku-kuku kakekku kelihatannya keras dan kaku-kaku.*
4. Konsonan **B** ; *Bayi bibi yang bernama Bobi di bale-bale bermain bola bersama bibi sambil tertawa terbahak-bahak.*
5. Konsonan **D** ; *dahi, dagu, dada, duku, dorong, kuda, badak, pondok, bundar, bajing, dandang, pedati.*
6. Konsonan **G** ; *ganggu, gampang, garam, guru, gantung, dst.*
7. Konsonan **M** ; *Meski Murni masih muda, namun senyumnya amat manis dan menawan. Mumu dan teman-temannya sering menggaggunya. Mimi mukanya memerah manja.*
8. Konsonan **N** ; *Neng Neni menari-nari lincah nan indah. Tangan mengayun bak bidadari dari kahyangan. Penontonpun terpesona menikmati tariannya .*
9. Konsonan **NG** ; *Tanggung langgang Anang berlari pulang kampung. Kambing mang Imung di kandang hilang petang lalu.*

Vokalisasi .

Tahap berikutnya setelah Anda menguasai teknik *Pernapasan*, *Resonansi* dan *Artikulasi* adalah yang disebut **Vokalisasi**. Vokalisasi adalah dimana kita memdukan semua keterampilan di atas dalam bentuk latihan yang utuh.

Beberapa yang ingin dicapai dalam vokalisasi adalah :

1. Memperoleh suara panjang.
2. Memperoleh suara yang luwes, fleksibel, lentur.
3. Memperoleh kelincahan suara.
4. Memperhalus perpindahan register suara.
5. Memanfaatkan suara kepala.
6. Menguasai keterampilan atas unsur-unsur musik.

Latihan 9 (Solfegio)

- a) 1 2 3 4 5 5 5 - 5 6 7 1' 2' 2' 2' - 2' 1' 7 6 5 5 5 - 5 4 3 2 1 1 1
- b) 1 2 3 1 3 - 2 3 4 2 4 - 3 4 5 3 5 - 4 5 6 4 6 - 5 6 7 5 7 - 6 7 1' 6 1' /
1' 7 6 1' 6 - 7 6 5 7 5 - 6 5 4 6 4 - 5 4 3 5 3 - 4 3 2 4 2 - 3 2 1 3 1 .
- c) 1 2 3 - 2 3 4 - 3 4 5 - 4 5 6 - 5 6 7 - 6 7 1' - 1' 7 6 - 7 6 5 - 6 5 4 - - 5 4 3 - 4 3 2 - 3 2 1
- d) 1 2 1 3 1 4 1 5 1 6 1 7 1 1' - 1' 7 1' 6 1' 5 1' 4 1' 3 1' 2 1' 1
- e) 1 3 2 4 3 5 4 6 5 7 6 1 7 2 1 - 1' 6 7 5 6 4 5 3 4 2 3 1
- f) 3 5 1 3 2 4 7, 2 1 2 3 4 5 - 4 6 2 4 3 5 1 3 2 4 7, 2 1

Latihan 10 (nilai not)

- a) 1 3 5 / 1' 7 6 / 5 .. / 3 . . / 2 4 6 / 2' 1' 7 / 6 .. / 5 .. / 3 5 1' / 3' 2' 1' / 6 .. / 4 .. / 4 5 6 /
7 1' 2' / 2' .. / 1' .. //
- b) 1 3 3 . / 2 4 4 . / 3 5 5 . / 5 4 3 2 / 1 . 5 . / 1 . . . //
- c) 1 2 3 4 5 6 7 / 1' 2' 1' . / 1' 7 6 5 4 3 2 / 1 7 1 . //
- d) 1 1 2 3 4 3 . / 2 2 3 4 5 4 . / 3 3 4 5 6 5 . / 4 4 5 6 7 6 . / 5 5 6 7 1' 7 . / 6 6 7 1' 2' 1' . /
1' 1' 7 6 5 6 . / 7 7 6 5 4 5 . / 6 6 5 4 3 4 . / 5 5 4 3 2 3 . / 4 4 3 2 1 2 . / 3 3 2 1 7, 1 . //

- SELAMAT BERLATIH -