Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: galungwaknook@gmail.co

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
5 (3) 2025, Page: 36059-36063

Desain Model Pembelajaran "*Voca-Motion*" Berbasis Aktivitas Gerak untuk Meningkatkan Penguasaan Kosakata Bahasa Inggris

Tiarnita Maria Sarjani br. Siregar[1], Gilang Fathir Andikha[2], Shalsya Nazyfha[3], Grace Shinta Simbolon[4], Mutiara Uli Arta Tambunan[5]

[12345]Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Negeri Medan
e-mail: lian.nita2010@gmail.com,gilang.1243111095@mhs.unimed.ac.id,
shalsya.1241111077@mhs.unimed.ac.id,
graceshinta.1243111027@mhs.unimed.ac.id,
mutiarauli.1241111020@mhs.unimed.ac.id

Published: December, 2025

ABSTRAK

Penguasaan kosakata merupakan fondasi utama pembelajaran bahasa Inggris, namun siswa sekolah dasar sering mengalami kesulitan akibat metode pembelajaran konvensional yang pasif. Penelitian ini bertujuan mendesain model pembelajaran inovatif bernama "Voca-Motion" yang mengintegrasikan aktivitas gerak fisik untuk meningkatkan penguasaan kosakata. Metode penelitian menggunakan studi literatur dengan menganalisis artikel ilmiah terkait Total Physical Response (TPR), Running Dictation, serta metode Gerak dan Lagu. Hasil kajian menunjukkan bahwa sintesis ketiga metode tersebut dalam "Voca-Motion" mampu menstimulasi memori kinestetik, menurunkan kecemasan siswa, dan meningkatkan partisipasi aktif secara signifikan. Desain model ini menyajikan tahapan pembelajaran sistematis mulai dari imitasi gerak, internalisasi irama, hingga produksi bahasa melalui kompetisi tim. Disimpulkan bahwa model "Voca-Motion" memiliki landasan teoretis dan dukungan empiris yang kuat sebagai solusi efektif dalam pembelajaran kosakata bahasa Inggris di sekolah dasar

Kata kunci: *Kosakata, Voca-Motion, Total Physical Response, Running Dictation, Studi Literatur.*

ABSTRACT

Vocabulary mastery is a primary foundation in English learning, yet elementary students often face difficulties due to passive conventional learning methods. This study aims to design an innovative learning model named "Voca-Motion" that integrates physical movement activities to improve vocabulary mastery. The research method uses a literature review by analyzing scientific articles related to Total Physical Response (TPR), Running Dictation, and Movement and Song methods. The review results indicate that synthesizing these three methods into "Voca-Motion" can stimulate kinesthetic memory, reduce student anxiety, and significantly increase active participation. This model design presents systematic learning stages ranging from movement imitation, rhythm internalization, to language production through team competition. It is concluded that the "Voca-Motion" model has a strong theoretical basis and empirical support as an effective solution for English vocabulary learning in elementary schools.

Keywords : *Vocabulary, Voca-Motion, Total Physical Response, Running Dictation, Literature Review*

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Bahasa Inggris kini menjadi keterampilan global yang vital dalam lingkungan pendidikan abad ke-21, alih-alih sekadar topik tambahan. Kemahiran berbahasa Inggris di tingkat sekolah dasar sangat penting untuk pengembangan literasi di tingkat yang lebih tinggi. Penguasaan kosakata merupakan komponen terpenting yang harus dimiliki siswa di antara keempat keterampilan berbahasa. Menurut Wilkins (1972), sebuah pesan tidak dapat dikomunikasikan tanpa pemahaman, tetapi pesan tidak dapat disampaikan tanpa tata bahasa. Kekayaan pemahaman berkaitan langsung dengan kemampuan siswa untuk memahami materi tertulis dan lisan, yang pada gilirannya memengaruhi kepercayaan diri mereka dalam kemampuan berkomunikasi, menurut Handayani (2024).

Meskipun kesadaran luas akan pentingnya kemahiran kosakata, khususnya di Indonesia, metode pembelajaran masih menghadapi beberapa masalah. Pendekatan tradisional yang berpusat pada guru seringkali mendominasi pembelajaran bahasa Inggris di sekolah dasar. Menurut Amalia dkk. (2024), siswa mungkin merasa bosan dan kesulitan mempelajari kata-kata baru jika kelas hanya terdiri dari ceramah dan lembar kerja. Aslamiah (2020) mendukung hasil ini, dengan mencatat bahwa variabel psikologis seperti rasa takut melakukan kesalahan, kecemasan belajar, dan motivasi rendah juga menghambat perolehan kosakata baru. Metode statis ini tidak sesuai dengan karakteristik perkembangan anak sekolah dasar di masa keemasan, periode ketika mereka sangat energik dan cenderung belajar secara kinestetik.

Strategi pengajaran berbasis aktivitas yang inovatif diperlukan untuk menjembatani kesenjangan antara persyaratan kurikulum dan karakteristik siswa. Strategi berbasis gerakan telah terbukti efektif dalam sejumlah penelitian sebelumnya. Pendekatan *Total Physical Response (TPR)* menyelaraskan perintah verbal dengan respons motorik, meniru cara bahasa pertama dipelajari secara alami dan menurunkan kecemasan belajar, seperti yang ditunjukkan oleh Sariati (2017) dan Ismaliza dkk. (2025). Selain itu, telah ditunjukkan bahwa teknik Gerakan dan Lagu, yang mengintegrasikan musik, meningkatkan retensi memori jangka panjang. Menurut Utomo (2025), ritme lagu memudahkan anak-anak mempelajari pelafalan dan arti kata dengan cara yang lebih menarik.

Faktor fisiologis yang mengendalikan mekanisme produksi suara dan pernapasan juga berkaitan dengan pembelajaran berbasis aktivitas fisik. Menurut Howell dan Moore (2022), koordinasi sistem pernapasan dan fungsi laring sangat penting untuk keberhasilan vokalisasi. Pola pernapasan yang konsisten diperlukan untuk mencegah ketegangan pita suara selama aktivitas yang membutuhkan penggunaan suara yang berat, seperti melantunkan, bernyanyi, atau pengulangan ritme. Pola pernapasan yang tidak seimbang dapat disebabkan oleh *Paradoxical Vocal Fold Motion (PVFM)*, suatu gangguan di mana pita suara menutup pada waktu yang salah saat inspirasi, sehingga menghambat aliran udara (Howell & Moore, 2022). Meskipun aspek klinis ini bukan subjek utama penelitian ini, literatur menyoroti betapa pentingnya mengatur intensitas gerakan fisik dan vokal dengan tepat dalam pembelajaran berbasis gerakan.

Model pembelajaran *Voca-Motion*, yang mengintegrasikan vokalisasi, ritme, dan aktivitas fisik, bermanfaat dalam hal ini karena mendorong perkembangan kontrol napas tidak langsung pada siswa. Siswa belajar mengoordinasikan aliran udara mereka mengikuti irama musik melalui aktivitas seperti resitasi kosakata berirama atau bernyanyi sambil bergerak, yang sesuai dengan prinsip latihan pernapasan yang dianjurkan oleh Howell dan Moore (2022). Hasilnya, pembelajaran berbasis gerakan mendorong penggunaan suara yang seimbang dan sehat di kelas serta meningkatkan perkembangan kosakata.

Teknik permainan kompetitif juga telah terbukti berhasil mendorong keterlibatan aktif siswa, di samping metode imitasi gerakan dan ritme. Metode *Running Dictation*, yang melibatkan mendikte sambil berlari, telah dibuktikan oleh Salim dkk. (2024) dan Fahmi dan Samsul (2025) mampu melatih empat kemampuan berbahasa sekaligus sekaligus mendorong kerja sama tim. Namun, sebagian besar penelitian sebelumnya telah menggunakan teknikteknik ini secara terpisah. Hanya sejumlah kecil model yang berhasil menggabungkan mimikri fisik, irama musik, dan kompetisi aktif menjadi proses pembelajaran yang komprehensif dan metodis.

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan paradigma pembelajaran komprehensif yang dikenal sebagai *Voca-Motion*, berdasarkan perbedaan ini. Paradigma ini mengintegrasikan manfaat TPR untuk pemahaman dasar, pendekatan Gerakan dan Lagu untuk internalisasi kosakata, dan Running Dictation untuk produksi bahasa. Melalui metodologi tinjauan pustaka (*literature review*), model *Voca-Motion* diharapkan dapat memberikan panduan kreatif bagi guru untuk merancang lingkungan belajar kosakata yang aktif, bermakna, dan menarik bagi siswa sekolah dasar.

METODE

Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan desain studi tinjauan pustaka (*literature review*) untuk mengeksplorasi, mengevaluasi, dan menyintesis teori serta temuan empiris dari berbagai penelitian terdahulu. Metode ini dipilih guna membedah secara mendalam kekuatan dan mekanisme

dari metode *Total Physical Response* (TPR), *Running Dictation*, serta Gerak dan Lagu yang telah ada, untuk kemudian dikonstruksi ulang menjadi sebuah model pembelajaran integratif bernama "*Voca-Motion*". Melalui pendekatan ini, peneliti tidak mengambil data langsung dari lapangan, melainkan menelaah data sekunder yang tersedia dalam artikel ilmiah dan laporan penelitian yang valid.

Sumber data utama dalam penelitian ini meliputi artikel-artikel jurnal nasional terakreditasi dan hasil penelitian lapangan yang relevan dengan kata kunci "*Vocabulary Mastery*", "*Total Physical Response*", "*Running Dictation*", dan "*Movement and Song*". Dokumen kunci yang menjadi rujukan analisis antara lain penelitian Amalia et al. (2024) dan Sariyati (2017) yang membahas efektivitas TPR, penelitian Salim et al. (2024) mengenai penerapan Running Dictation, penelitian Kamila et al. (2024) tentang metode Gerak dan Lagu, serta temuan Mananohas (2021) terkait peningkatan kosakata siswa. Pengumpulan data dilakukan melalui teknik dokumentasi dengan kriteria inklusi pada literatur yang menyajikan prosedur sintaks pembelajaran yang jelas serta bukti data empiris mengenai peningkatan hasil belajar pada siswa sekolah dasar.

Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*) dengan mengadopsi model interaktif Miles dan Huberman yang terdiri dari tiga alur kegiatan. Tahapan pertama adalah reduksi data, di mana peneliti menelaah dan merangkum poin-poin krusial mengenai prosedur dan efektivitas dari setiap artikel sumber. Tahapan kedua adalah penyajian data, yaitu menyusun informasi secara sistematis untuk memetakan hubungan antar-metode dan mensintesisnya menjadi tahapan prosedural model "*Voca-Motion*". Tahapan terakhir adalah penarikan kesimpulan, di mana peneliti memformulasikan desain akhir model dan memverifikasi kelayakannya berdasarkan dukungan teori dan data empiris yang telah dianalisis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik siswa sekolah dasar pada fase golden age, periode di mana mereka lebih cenderung bergerak, bereksplorasi, dan belajar melalui aktivitas fisik, pertama kali diteliti untuk menciptakan model pembelajaran *Voca-Motion*. Sebuah tinjauan pustaka menunjukkan bahwa anak-anak membutuhkan pendekatan fisik untuk mempelajari bahasa asing karena keterlibatan kinestetik telah terbukti meningkatkan daya ingat dan meningkatkan kenikmatan belajar. Metode berbasis fisik, seperti *Total Physical Response* (TPR), telah terbukti efektif karena meniru proses pemerolehan bahasa pertama, di mana pemahaman dikembangkan melalui respons motorik sebelum produksi verbal, menurut Sariyati (2017), yang juga mencatat bahwa metode pembelajaran konvensional seringkali gagal memenuhi kebutuhan gerak siswa. Dengan demikian, penggabungan aktivitas fisik ke dalam pendidikan bukan sekadar pilihan, melainkan kebutuhan pedagogis untuk memaksimalkan fungsi otak anak-anak dengan meningkatkan aliran darah dan oksigen, yang dihasilkan oleh aktivitas fisik.

Ide dasar di balik *Voca-Motion* adalah siklus pembelajaran tiga langkah yang menggabungkan *Running Dictation*, teknik TPR, serta *Movement and Song*. Tahap awal berfokus pada penggunaan metode TPR untuk meniru gerakan guna memahami makna. Selama tahap ini, guru memberikan arahan penting, dan siswa bereaksi dengan gerakan tubuh alih-alih ucapan, sebuah teknik yang ditemukan Amalia dkk. (2024) berhasil dalam menciptakan lingkungan belajar yang lebih tenang dan mengurangi kecemasan. Menurut Mananohas, perilaku motorik ini mencakup fungsi otak kanan, yang penting untuk pengembangan pemahaman bahasa sebelum beralih ke pemrosesan linguistik yang lebih canggih di otak kiri.

Dengan menggunakan teknik Gerakan dan Lagu, proses pembelajaran beralih ke *fase* internalisasi setelah pengetahuan dasar diperoleh. Kamila dkk. (2024) berpendapat bahwa siswa dapat mempelajari arti kata dengan cara yang menyenangkan menggunakan gerakan ritmis dengan pengulangan kosakata dalam bentuk lirik lagu. Dengan membangun hubungan antara bunyi, makna, dan aktivitas fisik, fase ini bertujuan untuk meningkatkan retensi memori jangka panjang. Siklus pembelajaran kemudian disempurnakan dengan *fase* produksi dan evaluasi yang menggunakan adaptasi permainan *Running Dictation*, yang telah terbukti mengajarkan kemampuan membaca, menulis, mendengarkan, dan berbicara secara bersamaan melalui aktivitas yang menuntut akurasi, daya ingat, dan kolaborasi (Salim dkk, 2024). Kombinasi ketiga strategi ini menghasilkan proses pembelajaran yang komprehensif: TPR membangun dasar pemahaman, Gerakan dan Lagu meningkatkan

internalisasi, dan *Running Dictation* menilai kemahiran kosakata dalam konteks percakapan langsung. Bukti empiris dari beberapa penelitian sebelumnya mendukung kemanjuran komponen *Voca-Motion*. Setelah memperkenalkan teknik respons fisik, Mananohas melaporkan peningkatan 42% dalam nilai rata-rata siswanya, dari 65 menjadi 92. Selain itu, penelitian Sariyaati mengungkapkan bahwa kelompok eksperimen yang menggunakan TPR memiliki pengetahuan kosakata yang lebih baik daripada kelompok kontrol. Penelitian oleh Salim dkk. (2024) menunjukkan peningkatan ketuntasan belajar dari 20,42% pada pra-siklus menjadi 81,71% setelah pengenalan *Running Dictation*, yang menunjukkan tingginya efikasi aktivitas fisik intensitas sedang dalam meningkatkan hasil belajar. Kamila dkk. (2024) menemukan bahwa, secara emosional, siswa menjadi lebih terlibat dan antusias selama masa pendidikan mereka. Data ini mendukung validitas empiris paradigma *Voca-Motion* untuk digunakan sebagai pendekatan baru dalam pemerolehan kosakata.

Dari sudut pandang fisiologi vokal, perilaku gerakan dalam *Voca-Motion* juga signifikan, selain pengaruhnya terhadap faktor kognitif dan emosional. Howell dan Moore (2022) menekankan bahwa, untuk mencegah ketegangan laring, produksi suara selama aktivitas fisik harus memiliki pola pernapasan yang stabil. Dalam pembelajaran berbasis gerakan, di mana vokalisasi terjadi bersamaan dengan gerakan motorik, relevansi ini bahkan lebih penting. Siswa belajar mengoordinasikan pernapasan mereka sesuai dengan teori vokal, yang menyatakan bahwa ritme dan sinkronisasi aliran udara dapat membantu merelaksasi laring dan membuat suara terasa nyaman, selama *fase* Gerakan dan Lagu, yang mengintegrasikan ritme, lirik, dan gerakan. Akibatnya, gerakan ritmis dalam *Voca-Motion* memiliki efek fisiologis pada kualitas vokal siswa selain meningkatkan retensi kosakata.

Selain itu, aktivitas seperti *Running Dictation*, yang melibatkan berlari, membaca, dan mendikte, membantu siswa meningkatkan koordinasi pernapasan dan vokalisasi mereka. Menurut literatur tentang *Paradoxical Vocal Fold Motion (PVFM)*, ketidakseimbangan antara latihan fisik dan kontrol pernapasan dapat mengakibatkan ketegangan laring (Howell & Moore, 2022). Pemahaman fisiologis ini, meskipun berbeda dari lingkungan medis, menunjukkan bahwa desain terstruktur *Voca-Motion* dapat membantu siswa menggunakan suara mereka pada volume yang aman.

Akibatnya, penggabungan gerakan, ritme, dan vokalisasi dalam *Voca-Motion* didukung oleh teori pembelajaran bahasa dan memori kinestetik serta sudut pandang fisiologi vokal. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran kosakata melalui aktivitas fisik menawarkan berbagai manfaat bagi anak-anak sekolah dasar, yang mencakup ranah mental, emosional, psikomotorik, dan linguistik.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis mendalam terhadap berbagai studi literatur, penelitian ini menyimpulkan bahwa desain model pembelajaran "*Voca-Motion*" memiliki landasan teoretis yang kokoh dan dukungan empiris yang kuat untuk diimplementasikan dalam pembelajaran bahasa Inggris di sekolah dasar. Model ini berhasil mensintesiskan keunggulan metode *Total Physical Response* (TPR) untuk membangun pemahaman awal tanpa tekanan, metode Gerak dan Lagu untuk memperkuat retensi memori melalui irama, serta metode *Running Dictation* untuk melatih produksi bahasa dan kerja sama tim.

Penerapan model "*Voca-Motion*" diproyeksikan memberikan dampak signifikan pada tiga aspek utama pembelajaran.

1. Aspek kognitif, yang ditandai dengan peningkatan penguasaan kosakata dan ketuntasan belajar siswa sebagaimana dibuktikan oleh lonjakan nilai statistik dalam penelitian terdahulu.
2. Aspek afektif, dengan terciptanya lingkungan belajar yang menyenangkan (*joyful learning*) dan bebas dari kecemasan, sehingga motivasi siswa untuk berpartisipasi meningkat drastis.
3. Aspek psikomotorik, yang memfasilitasi kebutuhan alamiah siswa sekolah dasar untuk bergerak aktif sebagai stimulus konsentrasi dan pemahaman.

Oleh karena itu, model "*Voca-Motion*" direkomendasikan sebagai solusi strategis bagi pendidik untuk mentransformasi pembelajaran kosakata yang pasif menjadi pengalaman belajar yang dinamis dan bermakna.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian ini tidak didanai oleh institusi resmi atau perorangan sebagai penyandang dana. Namun, kami mengucapkan terima kasih kepada Ibu **Tiarnita Maria Sarjani Br. Siregar, S.Pd., M.Hum**., sebagai dosen pembimbing dalam mata kuliah Pembelajaran Bilingual di Universitas Negeri Medan, atas kontribusi bimbingan, inspirasi, dan dukungan dalam pengembangan model pembelajaran "*Voca-Motion*". Penelitian ini merupakan bagian dari kegiatan akademik tanpa nomor surat kontrak penelitian resmi.

DAFTAR PUSTAKA

Amalia, R., Sya, M. F., & Nisa, S. H. (2024). *Studi Literatur*: Inovasi Pembelajaran Bahasa Inggris Menggunakan Metode *Total Physical Response* (TPR) di Sekolah Dasar. *Karimah Tauhid*, 3(7), 7772–7780.

Aslamiah, S. (2020). Kesulitan Belajar Bahasa Inggris dalam Perspektif Pendidikan. *Primearly: Jurnal Kajian Pendidikan Dasar Dan Anak Usia Dini*, 6(2), 134-146.

Fahmi, N., & Samsul, M. (2025). Pelatihan Running Dictation sebagai Metode Aktif dalam Pengajaran Kosakata Bahasa Arab Siswa. *BERDAYA: Jurnal Pendidikan dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1).

Handayani, E. (2024). Penguasaan Kosa Kata Bahasa Inggris Peserta Didik Di Sekolah Dasar. *Karimah Tauhid*, 3(1), 771-780.

Hidayat, R., & Nurhayati, E. (2014). Pengembangan Program Multimedia untuk Meningkatkan Penguasaan Kosakata Bahasa Inggris Siswa Kelas VII SMP di Banjarbaru. *Jurnal LingTera*, 1(1), 76–85.

Howell, J. B., & Moore, J. E. (2022). *Paradoxical vocal fold motion. Journal of Singing*, 79(1), 49–52.

Ismaliza, N., Malika, A., Maharani, A., Lestari, P., & Promadi. (2025). Penerapan Metode *Total Physical Response* untuk Meningkatkan Penguasaan Mufradat Siswa Kelas V SD Babussalam Pekanbaru. *Jurnal Dedikasi Pengabdian Pendidikan*, 1(1), 25-34.

Kamila, Taufiqulloh, & Prihatin, Y. (2024). Penerapan Metode Gerak dan Lagu untuk Meningkatkan Kosakata dan Keaktifan Siswa dalam Pembelajaran Bahasa Inggris di PAUD Formal. *Journal of Education Research*, 5(3), 3253–3261.

Mananohas, J. Y. (2021). Peningkatan Kosakata Bahasa Inggris dengan Menggunakan Metode TPR (*Total Physical Response*) di SD GMIM 7 Manado. *Jurnal Skripsi Fakultas Ilmu Budaya Universitas Sam Ratulangi*.

Salim, M. A., Sektiarti, R., Herianingtyas, N. L. R., & Ridwanuddin, D. (2024). Upaya Meningkatkan Penguasaan Kosakata (*Vocabulary*) dalam Pembelajaran Bahasa Inggris melalui Metode *Running Dictation Game* Kelas IV. *Kalam Cendekia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 12(3), 1320–1329.

Sariyati, I. (2017). Efektivitas Penggunaan Metode Total Physical Response dalam Meningkatkan Penguasaan Vocabulary Bahasa Inggris pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Universitas Garut*, 11(1), 38–49.

Utomo, S. (2025). Pengaruh Mendengarkan Lagu Berbahasa Inggris Dalam Meningkatkan Kemampuan Bahasa Inggris. *WASIS: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 6(1), 58-63.