

**PELATIHAN TARI DALAM PENGEMBANGAN DIRI
DI SMA PEMBANGUNAN LABORATORIUM
UNP PADANG**

Miftahul Rizka

Jurusan Sendratasik
FBS Universitas Negeri Padang

Indrayuda

Jurusan Sendratasik
FBS Universitas Negeri Padang

Fuji Astuti

Jurusan Sendratasik
FBS Universitas Negeri Padang

@mail: miftahulrizka7@gmail.com

Abstract

This article aimed to describe Dance Training in Self Development Development at SMA Pembangunan of UNP Padang. This research was a qualitative research with descriptive type, the object of the research was SMA Pembangunan of UNP Padang. Data collection techniques used were literature study and observation. The data analysis used in this research was interpretation techniques. The results showed that the implementation of dance self-development at SMA Pembangunan of UNP Padang did not run smoothly, assessed from the slow implementation process of students in responding to the material given because of the lack of applying this method by the coach in the school. The demonstration method conducted by the trainer was not enough to provide training to students because to produce creative students who were active in dancing need special direction and training.

Keywords: Dance Training, Self Improvement

A. Pendahuluan

SMA Pembangunan Laboratorium UNP adalah salah satu mengadakan kegiatan pengembangan diri, diantaranya pengembangan diri pramuka, olahraga (sepak bola, basket, dan volley), paskibra dan tari. Tari adalah gerak tubuh secara berirama yang dilakukan ditempat dan waktu tertentu keperluan pergaulan, mengungkapkan perasaan, maksud dan pikiran. Soedarsono (1977) salah satu pakar tari di Indonesia menyatakan bahwa tari adalah ekspresi jiwa manusia yang di wujudkan melalui gerak yang ritmis dan indah.

Menurut Soedarsono (1986) tari adalah kegiatan kreatif dan konstruksi yang dapat menimbulkan intensitas emosional dan makna. Sebagai ekspresi seni, tari dapat

berkomunikasi dengan penghayatnya melalui media gerak bersama frase-frase ekspresif.

Pengembangan diri penggunaan istilah pengembangan diri dalam kebijakan kurikulum memang relatif baru .jika menelaah literature tentang teori –teori pendidikan, khususnya bidang psikologi pendidikan,istilah pengembangan diri tampaknya dapat disepadankan dengan istilah pengembangan kepribadiannya (*personal development*), sudah lazim digunakan dan banyak dikenal meskipun istilah diri (*self*) tidak sepenuhnya dengan kepribadian (*personality*) *personal development* atau pengembangan pribadi merupakan kegiatan meningkatkan kesadaran modal manusia dan memfasilitasi kerja,meningkatkan kualitas hidup serta berkonstrubusi pada realisasi mimpi dan aspirasi (Aubery, 2010) .

Pelaksanaan pengembangan diri merupakan tempat bagi siswa untuk mengembangkan bakat dan minat nya disekolah, kegiatan ini tentunya bertujuan untuk menjadikan siswa kreatif terhadap bakat dan minat nya masing–masing. Oleh sebab itu Untuk mencapai tujuan tersebut maka diperlukan usaha–usaha oleh guru untuk meningkatkan cara berlatih siswa agar dapat mengembangkan potensi siswa secara aktif serta dapat mencapai keberhasilan yang dicapaidan yang di inginkan dalam pelatihan.

Menurut Sadirman (2007: 108), bahwa dalam proses belajar mengajar seorang guru perlu menggunakan metode yang tepat, karena tanpa adanya metode pembelajaran dapat dipastikan bahwa proses belajar mengajar akan mengalami hambata dari sisi transformasi yang dilakukan oleh guru.

Berdasarkan pengamatan dengan pelatih Pengembangan diri tari di SMA Pembangunan UNP Padang, kegiatan pengembangan diri tari kurang dapat memberikan perkembangan terhadap penyaluran minat, bakat, dan kreativitas yang ada pada diri siswa, dikarenakan kegiatan pengembangan diri tersebut baru berjalan selama 3 tahun namun belum memperlihatkan kemampuan siswa,tampak dilihat pada proses kegiatan siswa hanya mampu menirukan gerakan yang diberikan oleh pelatih dan dilihat dari daya tangkap siswa terhadap materi yang diberikan pelatih, siswa terlihat lamban dalam merespon tarian yang diberikan oleh pelatih tari. Lambannya siswa dalam merespon dapat diduga karena cara pelatihan pelatih yang kurang menarik dan monoton. Terlihat pada saat proses pelaksanaan kegiatan pengembangan diri tari pelatih kurang berinterkasi dengan siswa, pelatih hanya mengajarkan materi secara sekilas dan langsung diperagakan oleh siswa tanpa mengarahkan siswa secara detail pada setiap gerakan yang diajarkan. Dalam kegiatan pengembangan diri tari ini tidak semua siswa yang mempunyai bakat dalam menari separuh dari siswa hanya mempunyai minat tetapi tidak mempunyai bakat dalam menari,oleh sebab itu pelatih harus mengatur strategi untuk membuat siswa menjadi lebih cepat menanggapi terhadap materi yang diberikan agar mencapai tujuan dalam pelaksanaan pengembangan diri yaitu untuk mengembangkan bakat dan minat siswa terhadap tari.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif. Instrumen penelitian adalah peneliti sendiri dan peneliti dibantu dengan instrumen pendukung seperti alat tulis dan kamera foto. Jenis data dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan langkah-langkah studi kepustakaan dan observasi. Analisis data dilakukan dengan melihat hasil observasi yang telah penulis

lakukan selama penelitian. kemudian di diskripsikan di teknik kumpulan dengan melalui interpretasi.

C. Pembahasan

1. Training Aktif

Training aktif adalah pemberian pelatihan dengan efektif kepada siswa dengan mengajarkan gerak kepada siswa secara detail secara berurutan dan memperhatikan sekaligus kualitas teknik siswa dalam menari. dalam pelatihan training aktif pelatih lebih aktif mengajarkan gerakan kepada siswa dengan mengajarkan satu persatu gerakan seperti mengajarkan terlebih dahulu gerakan tangan lalu di lanjutkan pada gerakan kaki agar siswa lebih cepat merespon dan memahami gerakan, pelatih juga mengarahkan siswa dalam melakukan gerakan, siswa diberi kebebasan dalam bertanya atau meminta pelatih untuk mengulang gerakan yang belum mereka pahami.

2. Training Observasi

Training observasi adalah setelah pemberian materi disini pelatih melakukan pengamatan kepada siswa mengamati perkembangan siswa terhadap gerak, dalam training ini pelatih meminta siswa untuk berlatih sendiri dan pelatih melakukan pengamatan, training ini berguna untuk melatih siswa dalam memahami gerakan yang telah diajarkan dan mengaplikasikan tanpa adanya pengarahan dari pelatih, pelatih disini hanya mengamati siswa dan mengetahui seberapa paham siswa dalam memahami tari yang telah diajarkan oleh pelatih.

3. Training Mental

Training mental adalah mempengaruhi persiapan siswa secara lebih baik melalui pemahaman dan pengenalan siswa terhadap situasi dalam menampilkan suatu tari. Dalam training mental ini pelatih melatih mental siswa atau persiapan siswa dalam menari, dengan meminta siswa untuk melakukan gerakan secara sendiri dengan bertujuan untuk melatih rasa percaya diri siswa dalam menari agar tidak canggung dalam melakukan tari disaat pementasan yang akan mereka laksanakan nanti. Kesiapan mental siswa dilatih dari pemahaman mereka terhadap gerak yang mereka lakukan jika mereka memahami gerakan dan lancar dalam melakukan gerakan rasa percaya diri itu akan tumbuh dan menjadikan siswa berhasil dalam menarikan satu tari.

Dalam kegiatan pengembangan diri tari ini siswa yang mengikuti sebanyak 22 orang dan dalam pelatihan pelatih sudah membatasi hanya memberikan pengarahan dan pelatihan hanya pada kelompok tari galombang yang berjumlah 6 orang dan 1 orang carano. Karena dalam pelaksanaan tari di sma pembangunan laboratorium ini memiliki 3 tari yaitu Tari galombang, Tari Pasambahan, dan Tari piring, setiap siswa sudah dipilih pada kelompoknya masing-masing dan disini peneliti memilih pelatihan pada kelompok tari galombang yang berjumlah 6 orang dan 1 carano.

4. Pelatihan Tari dalam Pengembangan Diri

Pelatihan pengembangan diri tari di SMA Pembangunan unpad tidak berjalan dengan baik, jika dilihat dari proses kegiatan pengembangan diri selama ini banyak terdapat kendala seperti, keterbatasan ruangan untuk melakukan proses kegiatan. Proses kegiatan dilakukan dalam ruangan praktek fisika atau di koridor sekolah, tidak adanya ketersediaan tempat dari pihak sekolah membuat kegiatan

sering tidak berjalan lancar karna keterbatasan tempat membuat siswa susah untuk bergerak dengan bebas. Dalam mengikuti kegiatan siswa sering tidak membawa celana training saat proses pengembangan diri tari dengan alasan terlalu banyak membawa peralatan kesekolah.

Pelaksanaan pengembangan diri tari juga terlihat monoton dikarenakan pelatih dari pihak sekolah tidak menggunakan metode yang tidak bervariasi, pelatih hanya menggunakan metode demonstrasi dalam pelatihan, tidak adanya pelatihan yang khusus, terlalu cepatnya pelatih memberikan materi membuat siswa bingung dan lamban dalam merespon materi yang diberikan oleh pelatih.

Dengan tidak berjalan baiknya proses kegiatan pengembangan diri tari ini menjadikan motivasi siswa menurun dikarenakan tidak adanya pengarahan khusus dari pelatih pengembangan diri tari dan kurang menarik nya metode yang dilakukan pelatih kepada siswa sehingga siswa kurang termotivasi untuk lebih kreatif dalam kegiatan pengembangan diri tari ini.

Jika dilihat penyebab lemahnya respon siswa terhadap materi yang diberikan diakibatkan karena kurang tepatnya metode yang diberikan pelatih dan kurangnya pelatihan dan pengarahan yang khusus oleh pelatih ,selama kegiatan berlangsung pelatih hanya sekedar memberikan materi gerak tanpa menekan kepada siswa untuk lebih cepat tanggap dan pelatih tidak memberikan pengarahan kepada setiap individu siswa yang lamban dalam merespon, terkadang dalam proses kegiatan siswa takut untuk bertanya dan meminta pelatih untuk mengulang atau mengajari secara individu kepadanya karena kurangnya komunikasi dan kurangnya perhatian pelatih terhadap siswa.

Dalam proses kegiatan pengembangan diri tari seharusnya pelatih menerapkan metode yang lebih bervariasi agar siswa lebih termotivasi dalam mengikuti proses kegiatan pengembangan diri tari dengan cara memberikan perhatian khusus, memberikan pengarahan yang lebih akan membantu siswa lebih cepat untuk menerima materi yang diberikan oleh pelatih. Pelatih juga harus memberikan suatu yang baru dalam kegiatan pengembangan diri tari agar siswa lebih termotivasi dalam melaksanakan proses pengembangan diri tari.

Maka disini peneliti ingin memberikan pelatihan kepada siswa yang mengikuti pengembangan diri tari dengan cara memberikan metode yang bervariasi seperti menerapkan metode training aktif, training observasi, dan training mental. Dalam pelatihan ini peneliti ingin membantu siswa dalam proses pengembangan diri agar lebih cepat dalam merespon gerakan yang akan diajarkan, pada pelatihan ini siswa banyak membutuhkan pengarahan seperti mengajarkan siswa secara detail dan membantu siswa yang sulit dalam merespon gerakan .

Setelah menerapkan pelatihan di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang yang dilakukan selama enam kali pertemuan memberikan perubahan terhadap siswa, terlihat dari perkembangan siswa dalam bergerak siswa lebih cepat dalam merespon karena pelatihan yang diberikan peneliti lebih membuat siswa lebih leluasa meminta pelatih untuk memberikan pengarahan terhadap pengajaran. Dalam pelatihan ini peneliti memberikan siswa kebebasan dalam meminta pengarahan karena yang dibutuhkan siswa dalam pengembangan diri tari ini adalah perhatian dan pengarahan bagi siswa yang lamban dalam merespon materi yang diberikan oleh pelatih.

D. Simpulan dan Saran

Pelatihan pengembangan diri tari di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang merupakan tempat menyalurkan minat siswa terhadap seni tari, dalam kegiatan ini siswa dapat mengembangkan dan menyalurkan minat selain itu dalam pengembangan diri tari siswa dapat belajar dan mengenal tarian Tradisional Minangkabau.

Kenyataan yang terjadi adalah kegiatan pelatihan pengembangan diri tari di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang belum mampu melahirkan siswa yang kreatif. Hal ini disebabkan oleh tidak berjalannya pelatihan pengembangan diri tari dengan baik banyak nya kendala dan kurang tepatnya pemilihan metode yang diterapkan oleh pelatih mengakibatkan anak tidak terampil dan kreatif dalam menari. Adapun kendala yang terjadi yaitu : 1) tidak adanya ketersediaan tempat untuk pengembangan diri tari 2) kurang tepatnya metode yang diberikan pelatih 3) kurang disiplinnya siswa dalam mengikuti kegiatan pelatihan pengembangan diri tari.

Maka dari itu peneliti menawarkan pelatihan kepada siswa yang mengikuti pengembangan diri di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang agar membantu perkembangan siswa dalam bergerak agar siswa lebih cepat dalam merespon gerakan maka peneliti memberikan pelatihan yang berbeda dari metode yang diberikan pelatih dari sekolah.

Setelah melakukan pelatihan selama enam pertemuan terlihat pada perkembangan gerak dari sebelumnya, siswa sudah dapat merespon dengan cepat karena dalam proses pelatihan siswa leluasa dalam meminta untuk memberikan pengarahan kepada mereka yang kurang paham dengan materi gerak yang diberikan. Dalam proses pengembangan diri sebenarnya siswa membutuhkan perhatian dan pengarahan dari pelatih karena akibat lambanya siswa dalam merespon selama ini dikarenakan kurangnya pengarahan dan perhatian dari pelatih sekolah dalam proses pengembangan diri tari.

Diharapkan kepada pihak sekolah SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang agar lebih memperhatikan setiap keperluan sarana dan prasarana untuk pengembangan diri khususnya pengembangan diri tari, sekiranya pihak sekolah bisa menyediakan tempat untuk pengembangan diri tari ruangan agar proses kegiatan berjalan dengan lancar dan membuat siswa lebih termotivasi untuk mengikuti proses kegiatan pelatihan pengembangan diri tari.

Selain itu disarankan kepada pelatih pengembangan diri tari agar lebih tepat memilih metode yang akan di terapkan dan lebih kreatif dalam memberikan pengajaran agar siswa termotivasi dan lebih cepat dalam merespon dalam materi yang diberikan.

Daftar Rujukan

- A.M. Sardiman, 2007. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Bandung: Rajawali Pers.
- Astuti, Fuji. 2011. "Menggali dan Mengembangkan Potensi Kreativitas Seni pada Anak Usia Dini". *Jurnal Bahasa dan Seni*. Vol 14. No.2 Tahun 2011 (52-63).
- Moleong, Lexy J. 2014. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung. PT Remaja Rosdakarya.
- Soedarsono. 1997. *Tarian –tarian di Indonesia I*. Jakarta: Proyek Pengembangan Media Kebudayaan Direktorat Jenderal Depdikbud.