



Dampak Pelatihan Tari Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa di MTsN 1 Kota Padang

The Impact of Dance Training on Trust Self Students in MTsN 1 Padang City

Hidayatunnisa¹; Indrayuda²;

^{1,2} Prodi Pendidikan Sendratasik, Universitas Negeri Padang, Indonesia.

(*)✉ (e-mail) hidayatunnisa55@gmail.com¹, indrayuda@fbs.unp.ac.id²,

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan dampak pelatihan tari terhadap rasa percaya diri siswa di MTsN 1 Kota Padang. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan metode deskriptif. Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri dan dibantu dengan instrumen pendukung seperti alat tulis dan kamera. Data dalam penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara studi pustaka, observasi, wawancara dan dokumentasi. Langkah-langkah menganalisis data adalah pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta didik kelas VIII yang mengikuti pelatihan tari dalam kegiatan ekstrakurikuler seni tari nampak memiliki sikap percaya diri. Hal tersebut tercermin melalui aspek yang terwakili dengan beberapa indikator yaitu keyakinan diri, optimis, objektif, dan tanggung jawab. Aspek keyakinan diri yaitu siswa nampak memiliki pendirian yang tetap, kemauan dan semangat, hal ini tercermin melalui setiap langkah yang diambil siswa selalu yakin dan pasti. Aspek optimis terlihat dari indikator idealis penuh harapan dan pasti. Aspek objektif terlihat dari indikator tidak memihak, adil dan terbuka. Aspek tanggung jawab terlihat dari indikator mampu menyelesaikan tugas dan janji. Berdasarkan hasil analisis data, maka dampak percaya diri siswa melalui indikator yang diteliti yaitu keyakinan diri, optimis, objektif, dan tanggung jawab terjadinya peningkatan yang dipengaruhi oleh adanya pelatihan tari dalam kegiatan ekstrakurikuler di MTsN 1 Kota Padang.

Kata Kunci: *Dampak; Pelatihan Tari; Percaya Diri*

Abstract

This study aims to reveal the impact of dance training on students' self-confidence in MTsN 1 Padang City. This type of research is qualitative research with descriptive methods. The main instrument in this study was the researcher himself and assisted by supporting instruments such as stationery and cameras. The data in this study used primary data and secondary data. Data collection techniques are carried out employing literature studies, observations, interviews and documentation. The steps of analyzing data are data collection, data reduction, data presentation and conclusion. The results showed that class VIII students who took part in dance training in extracurricular activities of dance seemed to have a confident attitude. This is reflected through aspects that are represented by several indicators, namely self-confidence, optimism, objectives, and responsibility. The aspect of self-confidence is that students seem to have a fixed stance, will and spirit, this is reflected through every step taken by students who are always confident. The optimistic aspect can be seen from the hopeful and definite idealistic indicators. The objective aspect can be seen from the indicators of impartiality, fairness and openness. The aspect of responsibility can be seen from the indicator of being able to complete tasks and promises. Based on the results of data analysis, the impact of student confidence through the indicators studied, namely self-confidence, optimism, objectives, and responsibility, an increase was influenced by dance training in extracurricular activities at MTsN 1 Padang City.

Keywords: *Impact; Dance Training; Confidence*

Pendahuluan

Pelatihan ialah upaya yang dilakukan oleh organisasi (lembaga negara, organisasi non-pemerintah, bisnis) untuk melengkapi atau mencapai tujuan organisasi sedemikian rupa hingga pelatihan dapat dikatakan sebagai kegiatan pembelajaran, dengan bantuan yang sebelumnya perilaku organisasi. terbentuk perilaku yang lebih baik diinginkan dari peserta pelatihan (Sudjana, 2007: 4). Pelatihan tari adalah pembelajaran yang diselenggarakan di luar sistem sekolah, baik secara mandiri maupun sebagai bagian penting dari kegiatan sekolah. Latihan menari sangat berguna bagi anak-anak untuk menunjukkan keterampilan menari mereka.

Tari adalah perpaduan gerak yang berirama dan indah dari seluruh atau sebagian tubuh, baik yang spontan yang dilakukan dengan baik, dikoordinasikan secara cermat dengan ekspresi atau gagasan tertentu yang selaras dengan musik, untuk memberikan kesenangan atau pengakuan kepada pelaku (Jazuli, 1994: 13). Orang yang sedang menari disebut penari. Seorang akan dapat dikatakan menari apabila anak menyadari bahwa ia sedang menari bukan sedang bermain. Seseorang disebut menari ketika ia menyadari bahwa sedang mengungkapkan sesuatu melalui tarian yang sedang ditarikan. Keberhasilan ketika menari adalah ketika seseorang mampu berekspresi dan bereksplorasi secara total dalam sebuah tarian (gerakan). Soedarsono dalam (Rizka, 2018: 12) juga menjelaskan bahwa tari adalah kegiatan kreatif dan konstruksi yang dapat menimbulkan intensitas emosional dan makna.

Pembentukan karakter sangat dibutuhkan dalam menari. Karena, dengan adanya pembentukan karakter maka anak-anak akan lebih percaya menampilkan bakat mereka. Menurut Ratna Megawangi dalam (Fitria, 2017), ada sembilan karakter dasar yang

dikembangkan dalam pendidikan karakter, diantaranya; 1)cinta kepada Allah dan semesta beserta isinya; 2)tanggung jawab, disiplin dan mandiri; 3)jujur; 4)hormat dan santun; 5)kasih sayang, peduli dan kerja sama; 6)percaya diri, kreatif, kerja keras, pantang menyerah; 7)keadilan dan kepemimpinan; 8)baik hati, rendah hati; 9)toleransi, cinta damai dan persatuan.

Percaya diri merupakan salah satu pembentukan karakter. Karena, orang yang percaya diri percaya pada kemampuan mereka dan memiliki harapan yang realistis, mereka berpikir positif bahkan ketika harapan mereka tidak terpenuhi. Percaya diri juga dapat di asumsikan tentang keadaan mental atau psikologis seseorang untuk meyakini sesuatu (Ita Rohayati Fitriyas, 2017). Orang yang minder selalu meragukan kemampuannya dan menyebabkan hal-hal yang tidak sesuai harapan. Selain itu, kepercayaan diri merupakan nilai pribadi seseorang dalam segala aktivitas sehari-hari. Percaya diri bukanlah hal yang mudah. Terbukti bahwa orang dengan kepercayaan diri tinggi tidak mendapatkan segalanya tanpa proses. Rasa percaya diri terbentuk sejak masa kanak-kanak, ketika pendidikan orang tua, sekolah dan lingkungan memiliki pengaruh yang besar.

Percaya diri berarti bahwa orang mampu beradaptasi dan berkomunikasi dalam situasi yang berbeda dan memiliki keterampilan sosial. Amanah yang relevan adalah keyakinan akan segala kepentingan anak dan keyakinan bahwa anak dapat memenuhi keinginannya dalam hidup. Dalam pendidikan, perkembangan fisik dan mental anak harus dimaksimalkan. Karena sekolah menawarkan begitu banyak kegiatan untuk siswa. Salah satunya adalah latihan menari. Seni itu sendiri, sebagai salah satu nilai keindahan, merupakan sarana untuk mengekspresikan pengalaman kreatif yang sangat unik. Selain itu juga sangat bermanfaat dalam membentuk sikap, kepribadian, perilaku dan moral terhadap diri sendiri dan lingkungan sosial. Kegiatan artistik harus mempertimbangkan fitur-fitur ini untuk memberikan pengalaman dalam mengembangkan, mengevaluasi, menciptakan, dan mengekspresikan konsep. Semua ini dicapai dengan mencoba mempelajari unsur-unsur, prinsip, proses dan teknik kerja dalam konteks budaya masyarakat yang berbeda (Indrayuda, 2018: 61).

Seni salah satu upaya manusia untuk berbaur dengan lingkungan. Oleh karena itu, dalam berbagai kegiatan seni pun, tampaknya seni merupakan salah satu bentuk usaha manusia untuk memenuhi kebutuhan realisasi diri. Manfaat latihan tari tidak hanya anak menjadi seniman tari, tetapi di sisi lain juga memiliki manfaat tersendiri bagi kepribadian anak, antara lain membantu perasaannya, menghilangkan keterikatan, menghilangkan rasa takut, membantu menekan kekecewaan, memberikan rasa percaya diri dan mendorong anak untuk selalu bersikap positif (Purwatiningsih dan Ninik Harini, 2004: 4).

Berdasarkan pengamatan awal peneliti melakukan observasi yang dilakukan pada kelas VIII di MTsN 1 Kota Padang. Peneliti mengamati saat siswa mengikuti proses belajar mengajar di kelas. Dari yang peneliti lihat masih kurangnya percaya diri siswa dalam menyampaikan pendapat, bertanya ataupun dalam sebuah pertunjukan. Selain itu, menurut guru seni budaya siswa kurang berani untuk tampil ke depan kelas bila diminta untuk menampilkan sebuah tarian yang sudah diajarkan pada siswa kelas VIII di MTsN 1 Kota Padang. Berdasarkan permasalahan inilah peneliti terdorong untuk melakukan penelitian mengenai dampak pelatihan tari terhadap rasa percaya diri siswa di kelas VIII MTsN 1 Kota Padang.

Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan metode deskriptif. Bogdan dan Taylor yang disebutkan oleh (Moleong, 2012), metodologi kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif tentang orang-orang dan perilaku yang diamati dalam bentuk kata-kata tertulis atau lisan. Subjek penelitian ini adalah pengaruh latihan tari terhadap kepercayaan diri siswa di MTsN 1 Kota Padang. Instrumen utama penelitian ini peneliti sendiri dan dibantu oleh perangkat pendukung seperti alat tulis dan kamera. Data dalam penelitian ini memakai data primer dan data sekunder. Teknik pengumpulan data melalui studi pustaka, observasi, wawancara dan dokumentasi. Tahapan analisis data yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil dan Pembahasan

1. Perencanaan Pelatihan Tari dalam Ekstrakurikuler

Perencanaan ekstrakurikuler di MTsN 1 Kota Padang diikuti oleh siswa kelas VIII yang mengikuti pelaksanaan pelatihan tari dalam kegiatan ekstrakurikuler tari sebanyak 17 siswa dan peneliti bertindak sebagai pelatih penanggung jawab ekstrakurikuler.

Dengan materi yang diajarkan adalah tari pasambahan. Pelatih berharap materi ini siswa mampu menari dan melestarikan tari tradisional minangkabau. Tari pasambahan adalah khas tari tradisi yang ada di Sumatera Barat sehingga tari ini menjadi tari yang wajib bahkan sangat umum dipelajari oleh masyarakat minangkabau tanpa memandang usia, termasuk pada pelatihan dalam kegiatan ekstrakurikuler di MTsN 1 Kota Padang tari pasambahan dijadikan tari utama yang dipelajari dalam kegiatan ekstrakurikuler sebelum mempelajari tari-tari lainnya.

2. Proses Pelatihan Tari dalam kegiatan Ekstrakurikuler

Sebelum masuk pada materi pelatih mengingatkan siswa agar menggunakan waktu secara efektif karena kedisiplinan sangat diperlukan. Tidak hanya itu saja pelatih juga menyarankan kepada siswa dalam mengikuti kegiatan praktek tari siswa hendaklah menggunakan celana training atau celana olahraga supaya lebih leluasa dalam melakukan gerakan, dan pelatih memberikan motivasi dalam menari seperti menari itu apa harus ikhlas dan senyum, harus dengan perasaan dan percaya diri.

Selanjutnya pelatih mulai memberikan materi kepada siswa. Pada pertemuan pertama materi yang diajarkan pelatih yaitu tari pasambahan dan mengajarkan gerakan gerak tari pasambahan. Sebelum memulai praktek peneliti menjelaskan terlebih dahulu apa itu tari pasambahan. Tari pasambahan adalah khas tari tradisional dari minangkabau, tari pasambahan ditarikan untuk penyambutan acara-acara besar. Pada saat peneliti menjelaskan tentang tari ini peneliti menggunakan metode ceramah. Sebagaimana menurut Putri (2018:2) Metode pembelajaran sebagai cara untuk melaksanakan rencana yang disusun dalam bentuk kegiatan nyata dan praktis untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Selanjutnya pelatih mulai mengajarkan gerakan tari pasambahan. Pelatih terlebih dahulu mempraktekan ke depan gerakan tari pasambahan. Selanjutnya pelatih menyuruh siswa untuk menirukan gerakan tersebut, pelatih menghampiri satu persatu siswa untuk

mengajarkan teknik yang benar. Terlihat ada beberapa siswa yang kurang melakukan teknik gerakan tari pasambahan, pelatih menyuruh siswa untuk mengajari temannya yang tidak bisa. Akhirnya pelatih mengulang kembali gerakan dan diikuti siswa, terlihat sudah hampir semua siswa mampu melakukannya.

Pelatih mulai melakukan gerakan pertama dengan 2 kali 8 gerakan. Terlihat siswa mengikuti dengan benar. Setelah itu pelatih melanjutkan gerakan kedua dengan 2 kali delapan gerakan. Masih terlihat siswa mengikuti arahan dari pelatih dengan benar. Setelah guru selesai memberikan materi dan gerakan pada siswa, pelatih menyuruh siswa untuk melakukan gerakan ke depan, tapi tidak ada satu pun yang berani tampi kedepan. Karena itu pelatih menyuruh siswa untuk latihan dirumah untuk dilihat dipertemuan selanjutnya dan di akhiri doa bersama.

Selanjutnya pengamatan dilakukan hari Rabu tanggal 25 Mei 2022 jam 15.00-17.00. Pada kegiatan kedua ini kegiatan yang dilakukan diluar kelas tepatnya di aula sekolah. Siswa mengucapkan salam kepada pelatih dan pelatih membalas salam dari siswa, sebelum memulai kegiatan pelatih terlebih dahulu mengambil absen siswa yang hadir.

Pelatih membiasakan siswa untuk berbaris rapi kemudian melakukan pemanasan agar disaat melakukan gerak tidak ada yang cidera. Kemudian pelatih mengulang kembali materi dan gerakan pertemuan sebelumnya. Pelatih pun mencoba untuk kemampuan siswa untuk satu persatu maju ke depan melakukan gerakan yang telah di ajarkan. Karena sebelumnya belum ada yang berani tampil ke depan. Akhirnya ada siswa yang mau maju ke depan dengan kemampuannya.

Selanjutnya pelatih menambah gerakan ke tiga dan keempat. Pelatih mempraktekan terlebih dahulu dan diikuti dengan siswa. Dilhat dari pertemuan kedua ini siswa lebih semangat dan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Dilihat juga siswa tersebut lebih tertib mengikuti yang diajarkan pelatih.

Selanjutnya pelatih memberi waktu istirahat selama 10 menit. Tidak terasa 10 menit berlalu pelatih menyuruh siswa untuk berbaris dan mengulang kembali gerakannya. Setelah pelatih selesai menambah gerak , semua gerakan diulang kembali dan diikuti semua siswa dan memberi tugas menghafal. Dan diakhiri dengan membaca doa dan salam.

Peneliti melakukan pengamatan selanjutnya hari Rabu tanggal 8 Juni 2022 jam 15.00-17.00. Pada kegiatan ini kegiatan yang dilakukan diluar kelas tepatnya di aula sekolah. Siswa mengucapkan salam kepada pelatih dan pelatih membalas salam dari siswa, sebelum memulai kegiatan pelatih terlebih dahulu mengambil absen siswa yang hadir.

Pelatih membiasakan siswa untuk berbaris rapi kemudian melakukan pemanasan agar disaat melakukan gerak tidak ada yang cidera. Pemanasan dilakukan selama 15 menit. Mulai gerak pemanasan dari berlari-lari kecil kemudian pemanasan dari kepala, otot tangan, otot pinggul, dan otot kaki, selesainya pelatih menyuruh siswa duduk dengan tenang.

Sebelum mengulang kembali gerakan sebelumnya, pelatih menambah gerakan yang terakhir, dan diikuti dengan siswa dengan benar. Selanjutnya pelatih menyuruh siswa menghafal kembali gerakan yang sudah diajarkan dari awal sampai akhri. Pelatih memberi waktu yang cukup lama. Saat siswa berlatih sendiri, pelatih melihat siswa yang saling terbuka untuk mengajarkan teman yang belum hafal gerakan. Dilihat juga siswa sangat bersemangat.

Setelah waktu yang lama diberikan kepada siswa, pelatih menyuruh siswa satu persatu maju ke depan. Walaupun masih ada yang belum hafal gerakan dan teknik gerak yang masih kurang. Dilihat dari pertemuan ini siswa sudah ada kemajuan tampil kedepan dan adanya rasa percaya diri pada diri mereka. Selanjutnya pelatih menyuruh siswa untuk menghafal kembali di rumah gerakan yang sudah diajarkan dan diakhiri dengan doa bersama.

Pengamatan terakhir dilakukan hari Rabu tanggal 15 Juni 2022 jam 15.00-17.00. Pada kegiatan ini kegiatan yang dilakukan diluar kelas tepatnya di aula sekolah. Siswa mengucapkan salam kepada pelatih dan pelatih membalas salam dari siswa, sebelum memulai kegiatan pelatih terlebih dahulu mengambil absen siswa yang hadir.

Pelatih membiasakan siswa untuk berbaris rapi kemudian melakukan pemanasan agar disaat melakukan gerak tidak ada yang cidera. Pemanasan dilakukan selama 15 menit. Mulai gerak pemanasan dari berlari-lari kecil kemudian pemanasan dari kepala, otot tangan, otot pinggul, dan otot kaki, selesainya pelatih menyuruh siswa duduk dengan tenang.

Pada pertemuan terakhir ini, pelatih langsung menyuruh siswa untuk menampilkan gerakan yang sudah diajarkan sebelumnya. Pelatih langsung menyuruh beberapa siswa tampil ke depan seperti kelompok. Pada saat semuanya sudah tampil, pelatih melihat siswa sudah berani untuk tampil kedepan. Dilihat juga siswa sangat bersemangat tampil di depan. Siswa juga sudah bertanggung jawab dengan tugas menghafal yang disuruh pelatih. Dan sudah ada kepercayaan diri pada diri mereka masing-masing.

Selanjutnya pelatih tetap menyuruh siswa untuk menghafal tari yang sudah diajarkan, agar siswa tidak lupa dengan tari tersebut. Kemudian diakhiri dengan membaca doa.



Gambar 1. Proses Latihan Ekstrakurikuler Tari
(Dok. Hidayatunnisa, Mei 2022)

3. Evaluasi

Evaluasi bertujuan agar pelatih mengetahui sejauh mana siswa menguasai materi yang sudah diberikan. Dengan adanya evaluasi pelatih dapat mengetahui siswa yang sudah menguasai diajarkan dan siswa yang belum menguasai materi. Setelah melakukan kegiatan evaluasi selanjutnya pelatih memfokuskan perhatiannya pada siswa yang belum menguasai materi. Kemudian siswa berusaha memperbaiki kekurangan yang telah disampaikan padanya oleh pelatih.

Pelatih selalu meminta siswa untuk memperagakan gerakan minggu lalu sebelum memulai latihan, bagi siswa yang kurang memahami gerakan atau kurang menguasai gerakan maka pelatih meminta siswa yang lain untuk mengajarkan siswa yang kurang paham. Dalam hal ini peneliti bias menilai bahwasanya pelatih mengadakan evaluasi pada saat melakukan latihan tari.

Berdasarkan hasil pertemuan pelaksanaan kegiatan pelatihan tari dalam kegiatan ekstrakurikuler tari di MTsN 1 Kota Padang, dari setiap pertemuan siswa mengalami peningkatan dalam mempraktekan gerakan tari. Serta meningkatnya rasa percaya diri pada diri siswa. Hal tersebut dikarenakan adanya evaluasi setiap pertemuan, sehingga siswa bisa memperbaiki teknik gerakan dan adanya rasa percaya diri.

4. Dampak Pelatihan Tari terhadap Rasa Percaya Diri Siswa

a. Sikap Keyakinan Diri

Melalui penelitian yang dilakukan oleh peneliti, maka peneliti mendapatkan data berupa penjabaran aspek keyakinan diri meliputi, pendirian tetap kemauan, dan semangat. Peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler seni tari tergolong memiliki aspek keyakinan diri yang baik, hal ini terlihat dari sikap peserta didik yang begitu tertib dan memiliki kemauan yang sangat tinggi dan kuat dan mampu mengikuti, mendengar dan melakukan segalanya dengan baik. Dalam melakukan observasi, pada saat latihan peserta didik mampu membagi focus yang mereka miliki, hal ini terlihat apabila pelatih sedang menjelaskan mereka dengan serius memperhatikan dan mendengarkan, dan ketika diminta untuk mengerjakannya, mereka mampu mengerjakannya dengan baik.

b. Sikap Optimis

Peneliti juga mendapatkan data berupa idealis, penuh harapan dan pasti. Hal ini terlihat dari selama siswa mendapatkan materi ajar baru, mereka Nampak sekali ingin mencoba dan mempraktikkannya dengan baik, peserta didik Nampak berusaha dan berlatih menari dan selalu ingin mencoba, hal ini mencerminkan adanya sikap optimis pada diri peserta didik, seperti ketertarikan peserta didik terhadap materi baru yang akan dipelajari, selain itu peserta didik aktif bertanya ketika mereka belum jelas dan belum paham.

c. Sikap Tanggung Jawab

Melalui hasil wawancara dengan beberapa peserta didik, peneliti mendapatkan data penjabaran meliputi aspek tanggung jawab seperti, mampu menyelesaikan tugas dan janji. Mereka mengikuti ekstrakurikuler tari tergolong memiliki sikap tanggung jawab yang tinggi karena selama peserta didik memiliki tugas, mereka selalu

menyelesaikannya dengan tepat waktu seperti mendapatkan gerakan baru mereka mampu menghapalkan gerakan tersebut.

d. Sikap Objektif

Peserta didik juga memiliki sikap yang objektif, hal ini terlihat dari hasil wawancara. Peneliti mendapatkan hasil terkait dengan aspek objektif yaitu adil dan tidak memihak. Peserta didik yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler seni tari termasuk golongan yang baik, hal ini terlihat dari peserta didik yang mampu berteman baik dengan siapapun dan juga mampu bersikap adil, peserta didik juga mampu menyelesaikan masalah dan terbuka dengan guru maupun teman sebayanya. Mereka yang sering menggali informasi melalui tanya jawab, baik dengan guru maupun dengan temannya, terkadang mereka nampak sering saling tolong menolong dalam proses latihan.

Menurut hasil wawancara secara keseluruhan di atas, dapat disimpulkan ternyata apa saja yang disampaikan oleh siswa itu sesuai dengan hasil pengamatan yang dilakukan peneliti. Mereka sangat bersemangat disaat latihan berlangsung, saat pelatih menerangkan mereka bersungguh-sungguh melihat dan memperhatikan pelatih, saat pelatih menyuruh menampilkan gerakan mereka bisa menampilkannya dengan teknik yang bagus dan berani tampil ke depan dengan rasa percaya diri mereka masing-masing.

Selama penelitian berlangsung penelitian tidak hanya menemukan hasil aspek dan indikator yang ada, peneliti juga menemukan hasil diluar indikator seperti, peserta didik yang memiliki sikap percaya diri akan terlihat lebih aktif dalam sebuah kelompok, seperti sering bertanya dan memberikan jawaban, dan peserta didik yang memiliki sikap rasa percaya diri akan mudah dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan.

5. Pembahasan

Dari hasil pengamatan langsung di lapangan hingga pelaksanaan penelitian dilakukan pada Semester Januari-Juni tahun 2022. Dalam pembahasan ini kepercayaan diri siswa dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler tari ditinjau melalui aspek rasa percaya diri yang terwakili dengan beberapa indikator yaitu keyakinan diri, optimis, objektif, dan tanggung jawab.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, kepercayaan diri siswa dalam ekstrakurikuler latihan tari tergolong baik atau tinggi. Hal ini terlihat dalam proses belajar mengajar dan kegiatan di luar tari secara terkendali dan terbimbing. Selain itu, siswa memiliki kemauan dan semangat yang kuat untuk melakukan apa yang diminta. Menurut Antony (1992), Ghufron dan Rini 2010 menyatakan bahwa percaya diri adalah sikap dalam diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, mandiri dan dapat memperoleh serta mencapai segala sesuatu yang diinginkannya.

Selanjutnya rasa percaya diri siswa yang dilihat dari optimis siswa mengikuti pelatihan ekstrakurikuler tari tergolong baik dan tinggi. Hal tersebut dilihat ketika siswa didik mendapatkan materi baru, peserta didik nampak ingin mempraktikkannya. Kemudian mereka terlihat sangat berusaha dalam berlatih menari. Mereka memiliki sikap yang ulet, tekun, dan yakin pada suatu hal. Kemudian rasa percaya diri siswa yang dilihat dari objektif

siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tari tergolong baik dan tinggi. Hal tersebut terlihat dari peserta didik mampu berteman dengan siapapun, kemudian peserta didik mampu bertindak adil dengan siapapun. Selain itu, peserta didik mampu bersikap terbuka dengan siapapun.

Tasmara (2000) menyatakan bahwa kepercayaan diri membuat orang melihat ke depan, membuat rencana tanpa pengaruh faktor eksternal. Orang-orang itu sendiri percaya bahwa masalahnya dapat diselesaikan. Individu optimis yang mengatasi jantung berdebar-debar dan ragu-ragu dalam waktu singkat. Mampu beradaptasi atau cepat menangani situasi yang tidak biasa.

Dan yang terakhir rasa percaya diri yang dilihat dari tanggung jawab siswa yang mengikuti pelatihan dalam ekstrakurikuler tergolong baik dan tinggi. Hal tersebut terlihat bahwa peserta didik terkait memiliki tugas atau pekerjaan selalu mereka selesaikan tepat pada waktunya. Selain itu setiap kali peserta didik tersebut memiliki janji, pasti janji yang dibuat selalu ditepati. Selama peserta didik mendapatkan gerakan baru dalam tari, mereka juga senantiasa menghafalnya sendiri.

Siswa yang mengikuti pelatihan tari memiliki rasa percaya diri yang sangat tinggi, mampu menampilkan gerakan yang diberikan dan melakukan tugas yang diberikan secara teratur. De Angelis mendefinisikan kepercayaan diri sebagai sesuatu yang harus dapat menyalurkan segala sesuatu yang kita ketahui dan lakukan. Dalam pengertian ini, kepercayaan diri dapat muncul dari kemampuan untuk melakukan atau tidak melakukan sesuatu. Keyakinan baru lahir ketika seseorang melakukan pekerjaan dengan terampil dan melakukannya sesuka hati.

Semakin baik pelatihan menari, semakin baik kepercayaan diri siswa. Hal ini sejalan dengan pendapat Purwatiningsih (2009) bahwa pendidikan tari harus mendukung pematangan siswa. Dalam hal ini memiliki fungsi pendidikan. Kegiatan-kegiatan ini berkontribusi pada pertumbuhan dan perkembangan anak-anak, meningkatkan perkembangan estetika dan meningkatkan kehidupan. Selain itu, aktivitas siswa di dalam kelas selama pembelajaran berlangsung. Mereka yang pada awalnya masih ragu-ragu dalam berpendapat, tetapi sekarang lebih banyak yang datang, meskipun tidak banyak. Dan siswa dengan harga diri yang tinggi cenderung memiliki banyak teman karena mudah bergaul dengan teman yang lain.

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta didik kelas VIII yang mengikuti pelatihan tari dalam kegiatan ekstrakurikuler seni tari nampak memiliki sikap percaya diri. Hal tersebut tercermin melalui aspek yang terwakili dengan beberapa indikator yaitu keyakinan diri, optimis, objektif, dan tanggung jawab. Berikut berupa aspek serta indikator yang dimaksud, pertama yaitu aspek keyakinan diri dimana siswa nampak memiliki pendirian yang tetap, kemauan dan semangat. Hal tersebut tercermin melalui setiap langkah yang diambil siswa selalu yakin dan pasti. Kedua, aspek optimis terlihat dari indikator idealis penuh harapan dan pasti. Ketiga, aspek objektif terlihat dari indikator tidak memihak, adil dan terbuka. Keempat, aspek tanggung jawab terlihat dari indikator mampu menyelesaikan tugas dan janji.

Berdasarkan hasil analisis data, maka dampak percaya diri siswa melalui indikator yang diteliti yaitu keyakinan diri, optimis, objektif, dan tanggung jawab terjadinya peningkatan yang dipengaruhi oleh adanya pelatihan tari dalam kegiatan ekstrakurikuler di MTsN 1 Kota Padang.

Referensi

- Fitria, H. A. (2017). *Pengaruh pelatihan seni tari terhadap peningkatan rasa Percaya diri siswa SDN Kauman 1 Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Ghufron, M. N., & Rini Risnawita, S. (2010). *Teori-teori Psikologi*, Yogyakarta. Ar-Ruzz Media, 33-38.
- Jazuli, M. 1994. *Telaah Teoretis Seni Tari*. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Moleong, J. Lexy. 2012, *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung : PT. Remaja Rosda Karya.
- Nuraeni, D. (2010). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa Kelas VII dan VIII di SLTPN 1 Lumbang Pasuruan. *Skripsi tidak diterbitkan. Malang: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang*.
- Purwatiningsih, H. N. (2004). *Pendidikan Seni Tari-Drama di TK-SD*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Putri, R. A., Astuti, F., & Indrayuda, I. (2018). Kreativitas Tari Berbasis Lingkungan Pada Kegiatan Pengembangan Diri di SMP Pembangunan Laboratorium UNP. *Jurnal Sendratasik*, 7(2), 60-67.
- Putri, W. A., Indrayuda, I., & Susmiarti, S. (2018). Efektivitas Penggunaan Metode Ceramah dan Demonstrasi Pada Pembelajaran Seni Tari di Kelas VII A SMP Pembangunan Laboratorium Unp. *Jurnal Sendratasik*, 7(1), 1-5.
- Rizka, M., Indrayuda, I., & Astuti, F. (2018). Pelatihan Tari dalam Pengembangan Diri di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang. *Jurnal Sendratasik*, 7(2), 12-16.
- Sudjana, N dan Rivai, A.(2007). *Media Pengajaran*. Bandung : Sinar Baru Algesindob
- Tasmara, T. (2000). *Menuju Muslim Kaffah: Menggali Potensi Diri*. Gema Insani.
- Yondri, L., Taryati, T., Hadiprayitno, K. K., AA Ngr Anom, K., Nurwanti, Y. H., Nurhajarini, D. R., ... & Purwaningsih, E. (2009). Jantra Jurnal sejarah dan budaya Vol. IV No. 7. *Pembangunan Desa*, 4(7), 160.