



Model Pelatihan Tari pada Pengembangan Diri di SMP Negeri 40 Padang

Dance Training Model on Self Development in State Junior High School 40 Padang

Fanny Ibriza Syafitri^{1*}; Afifah Asriati²;

¹ Prodi Pendidikan Sendratasik, Universitas Negeri Padang, Indonesia.

² Prodi Pendidikan Tari, Universitas Negeri Padang, Indonesia.

(*)✉ (e-mail) fanny.briza@gmail.com¹, afifahasriati@fbs.unp.ac.id²,

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan model pelatihan tari pada pengembangan diri seni tari di SMP Negeri 40 Padang. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan metode deskriptif. Instrumen penelitian, peneliti sendiri dan dibantu dengan instrumen pendukung seperti laptop, alat tulis dan kamera. Teknik pengumpulan data observasi dan dokumentasi. Langkah-langkah menganalisis data adalah reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode tutor sebaya, metode demonstrasi, dan metode kelompok pelatihan tari pada pengembangan diri seni tari di SMP N 40 Padang telah menghasilkan aktivitas dan keterampilan siswa dengan baik. Hal ini terbukti dari hasil pengamatan aktivitas siswa dari pertemuan pertama sampai dengan pertemuan terakhir. Terjadi peningkatan keaktifan siswa dari pertemuan pertama sampai dengan pertemuan keempat. Begitu juga dengan keterampilan siswa dalam melakukan gerak dari segi Teknik dan hafalan gerak.

Kata Kunci: *Model; Pelatihan; Tari; Pengembangan Diri*



Abstract

This study aims to identify and describe the dance training model for dance self-development at SMP Negeri 40 Padang. This type of research is a qualitative research with descriptive method. Research instruments, researchers themselves and assisted with supporting instruments such as laptops, stationery and cameras. Observation and documentation data collection techniques. The steps to analyze the data are data reduction, data presentation and conclusion. The results showed that the peer tutoring method, the demonstration method, and the dance training group method for the self-development of the art of dance at SMP N 40 Padang had produced student activities and skills well. This is evident from the results of observing student activity from the first meeting to the last meeting. There was an increase in student activity from the first meeting to the fourth meeting. Likewise with students' skills in performing motion in terms of technique and memorization of motion.

Keywords: *Modeling; Training; Dance; Personal Development*

Pendahuluan

Pendidikan di Indonesia pada dasarnya bertujuan untuk mengembangkan potensi yang ada pada peserta didik melalui proses pembelajaran agar memiliki pengetahuan dan keterampilan yang mantap sesuai dengan minat dan bakat peserta didik. Tujuan pendidikan nasional menurut Sindunurwito dalam (Trinanda, 2019) adalah untuk mengembangkan kesempatan peserta didik jadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, mandiri, dan warga negara yang demokratis serta bertanggungjawab.

Pengembangan potensi dan keterampilan siswa dapat dilakukan di luar kelas lewat kegiatan pengembangan diri yang diselenggarakan oleh sekolah. Pengembangan diri adalah upaya mencapai suatu yang telah dicapai untuk mengembangkan pengetahuan, keterampilan dan kemampuan setiap individu (Purwanti, 2017; Suprayitno, 2019). Dari observasi awal pada tanggal 19 Juli 2022 yang dilakukan di SMP N 40 Padang peneliti melihat ada beberapa bidang pengembangan diri yang ada di SMP Negeri 40 Padang, seperti bidang OSIS, Pasukan Baris Berbaris (PBB), Palang Merah Remaja (PMR), Futsal, Karate, Tahfiz, Pramuka, Seni Musik, dan Seni Tari.

Menurut Margareth dalam (Hartono dan Any Wuryaningrum, 2018) tari dimasukkan ke dalam pendidikan formal yaitu sebagai sarana memberikan kesempatan bebas bagi setiap anak untuk mengalami sumbangan yang dibuat tari bagi pribadinya dan sifat artistiknya yang tumbuh. Guru dapat menjelaskan kepada siswa langkah-langkah kerja produktif dengan cara melibatkan siswa dalam kegiatan berkreasi seni, baik berkreasi model duplikasi/rekonstruksi atau sebagai kegiatan kreatif lainnya (Putri, 2018). Pada pengembangan diri di bidang seni tari diikuti oleh siswa kelas VII dan kelas VIII yang berjumlah 23 orang siswa semuanya perempuan. yang dilaksanakan dalam satu kali seminggu yaitu setiap hari Kamis dari jam 12.40-14.40 . Dalam pelaksanaan mengajarkan tari, guru pembimbing bukan berasal dari bidang seni tari, sehingga pelaksanaan pengembangan diri masih kurang efektif. Sebagaimana terlihat banyaknya siswa yang kurang memperhatikan seperti mengobrol dengan temannya, bermain handphone disaat

guru mempraktikkan gerak, serta sering pula siswa kurang serius dan kebanyakan bercanda dalam mempraktekkan gerak yang diberikan. Selain itu ruangan yang tidak terlalu luas membuat guru pembimbing sulit untuk memantau siswa. Oleh sebab itu hanya sedikit siswa yang dapat menangkap gerakan yang diberikan dengan baik. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan beberapa siswa.

Siswa juga merasa enggan dan malu untuk bertanya kepada guru pembimbing ketika ketinggalan gerakan yang diajarkan. Selain itu berdasarkan observasi yang dilakukan, kurangnya sarana dan prasarana dalam menunjang proses pengembangan diri seni tari juga menjadi salah satu kurangnya minat siswa terhadap seni tari. Berdasarkan fenomena di atas maka peneliti sebagai seorang calon guru pada bidang tari, tertarik untuk melakukan model pelatihan tari dalam pengembangan diri menggunakan metode demonstrasi, metode kelompok, dan metode tutor sebaya. Karena dengan menggunakan metode ini diharapkan dapat menaikkan minat siswa dalam pelatihan pengembangan diri seni tari.

Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan metode deskriptif. Penelitian kualitatif oleh Libarkin C. Julie & Kurdziel P. Joseph dalam (Muh. Fitrah & Luthfiah, 2017) adalah teknik penelitian yang menggunakan informasi deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang dan pelaku yang diamati. (Muliawan, 2010: 104) mengatakan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang memuat uraian, penjelasan, dan/atau uraian tentang fakta-fakta pelatihan lapangan. Instrumen penelitian ini adalah peneliti sendiri dengan dibantu alat seperti laptop, alat tulis dan kamera. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan teknik observasi dan dokumentasi. Langkah-langkah analisis data melalui reduksi data, penyajian dan inferensi.

Hasil

Pelatihan *Tari Pasambahan* pada Pengembangan diri di SMP Negeri 40 Padang

a. Perencanaan

Pelaksanaan kegiatan pengembangan diri di SMP Negeri 40 Padang direncanakan dilaksanakan 4 kali pertemuan dengan jadwal satu kali seminggu yaitu setiap hari Kamis. Adapun waktu yang digunakan pada pelaksanaan pengembangan diri yaitu dimulai pada jam 12.40 WIB dan berakhir pada jam 14.40 WIB dan dilaksanakan di dalam ruangan kelas yang tersedia di SMP Negeri 40 Padang. Peneliti bertindak sebagai pelatih pada pengembangan diri seni tari di SMP Negeri 40 Padang dengan materi yang diajarkan yaitu *Tari Pasambahan* yang sudah dikreasikan. Sebagaimana menurut (Rizka, 2018) pelaksanaan pengembangan diri merupakan tempat bagi siswa untuk mengembangkan bakat dan minatnya disekolah, kegiatan ini tentunya bertujuan untuk menjadikan siswa kreatif terhadap bakat dan minatnya masing-masing. Dengan metode yang digunakan dalam pelatihan yaitu metode demonstrasi, metode kelompok dan metode tutor sebaya, yaitu dimana peneliti mendemonstrasikan gerak agar siswa bisa mempelajarinya serta siswa yang mampu menguasai gerakan yang diberikan membantu teman yang belum mampu menguasai gerakan yang diberikan.

b. Pelaksanaan Pelatihan Tari Pada Pengembangan Diri

Pertemuan Pertama

Pertemuan pertama ini peneliti mengajarkan *Tari Pasambahan* yang sudah dikreasikan, guru bertindak sebagai pengamat selama peneliti melatih siswa pada pengembangan diri seni tari. Pada pertemuan pertama ini siswa yang hadir mengikuti pengembangan diri seni tari yaitu ada 14 orang siswa. Sebelum memulai pengembangan diri guru pembimbing meminta siswa untuk berkumpul di tengah ruangan dan memperkenalkan peneliti kepada siswa yang mengikuti pengembangan diri seni tari. Serta meminta siswa yang masih menggunakan rok sekolah untuk mengganti menggunakan celana agar leluasa dalam bergerak. Guru juga menyampaikan beberapa aturan yang harus diikuti siswa selama pengembangan diri yaitu, datang tepat waktu, membersihkan kelas sebelum dan sesudah digunakan dan memakai celana training selama pelatihan. Pada pertemuan pertama ini peneliti memberitahukan bahwa tari yang akan di ajarkan yaitu *Tari Pasambahan*. Peneliti juga menjelaskan tentang *Tari Pasambahan* yaitu, fungsi dari *Tari Pasambahan*.

Sebelum masuk kepada materi *Tari Pasambahan* peneliti meminta kepada siswa untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu untuk mengurangi resiko cedera dalam melakukan gerakan nantinya, bentuk gerakannya yaitu meregangkan tubuh dengan hitungan 1x8 setiap peregangan. Dimulai dari gerak peregangan kepala dengan mengadapkan kepala ke kiri, ke kanan, ke atas, dan ke bawah. Peregangan tangan dengan mengarahkan tangan kanan ke arah kiri dan tangan kiri menekan tangan kanan begitu pun sebaliknya. Selanjutnya peregangan kaki dengan menekuk kaki sebatas pinggang dan kedua tangan menahan kaki yang ditekuk. Peneliti juga meminta siswa untuk melakukan gerak berlari-lari kecil membentuk lingkaran dengan 5 kali putaran. Terakhir peneliti meminta siswa untuk melakukan gerak pitunggua tengah selama 2x8 hitungan.

Peneliti mengajarkan gerakan pertama dengan cara menjelaskan sambil mendemonstrasikan dimulai dari gerakan kaki, dengan kaki kanan dilangkahkan ke arah kanan di ikuti kaki kiri jinjit ke arah kanan begitu pun sebaliknya. Dilanjutkan dengan gerakan tangan, yaitu telapak tangan yang disatukan di depan dada dengan diberi jarak selebar tiga jari. Setelah itu, siswa disuruh menirukan gerakan tersebut. Selanjutnya siswa mengulang lagi dan peneliti memperhatikan siswa dalam melakukan gerak. Kemudian mengoreksi gerakan yang salah, yang mana ada beberapa orang siswa yang tangannya mengapit ke badan pada saat telapak tangan disatukan di depan dada. Setelah itu peneliti melanjutkan dengan gerakan yang kedua, peneliti mendemonstrasikan dimulai dari gerakan tangan, dengan tangan kanan di luruskan kedepan dan tangan kiri ditekuk kearah kanan begitupun sebaliknya.

Selanjutnya gerakan kaki yaitu kaki kiri diarahkan kedepan begitupun sebaliknya. Setelah itu peneliti menggabungkan gerakan tangan dan kaki, dengan tangan kanan diarahkan kedepan dan tangan kiri ditekuk kearah tangan dan kaki kiri dimajukan kedepan begitupun sebaliknya. Setelah itu siswa menirukan gerakan kedua yang sudah peneliti demonstrasikan. Sama dengan sebelumnya, peneliti juga memperhatikan siswa dalam melakukan gerak dan membenarkan gerakan yang salah pada gerakan kedua ini yaitu ada beberapa siswa yang sikap tangannya kurang tepat, dan ada beberapa siswa yang salah melakukan gerakan kaki.

Peneliti meminta siswa untuk mengulang-ulang gerakan yang sudah diberikan dari gerakan pertama sampai gerakan kedua. Peneliti juga memandu siswa dalam mengulang-ulang gerakan yang diberikan serta mengatur sikap tubuh yang benar dalam melakukan gerakan.



Gambar 1. *Siswa Sedang Mengulang Gerak*
(Dok. Fanny Ibriza Syafitri, 15 September 2022)

Saat peneliti memberikan materi pada pertemuan pertama ini dapat peneliti lihat aktivitas siswa dalam mengikuti pengembangan diri seni tari yaitu ada 3 orang siswa yang memperhatikan, 2 orang siswa mau bertanya, 4 orang siswa yang kurang memperhatikan, 4 orang siswa yang tidak bertanya, serta 1 orang siswa yang keluar-masuk ruangan latihan. Serta keterampilan siswa dalam melakukan gerak tari, di antaranya 3 orang siswa yang teknik tangannya benar, sedangkan teknik kakinya kurang tepat dan hafalannya kurang, 2 orang siswa yang teknik tangan dan kakinya benar dan hafal gerakan, 4 orang siswa yang teknik tangannya kurang tepat sedangkan teknik kakinya benar dan hafal gerak, serta 5 orang siswa yang teknik tangan dan kakinya kurang tepat dan hafalannya kurang.

Pertemuan Kedua

Pertemuan kedua, siswa yang hadir mengikuti pengembangan diri seni tari yaitu ada 16 orang siswa. Pada pertemuan kedua ini peneliti meminta siswa untuk berbaris dan melakukan pemanasan terlebih dahulu, dimulai dari gerak peregangan kepala dengan mengadapkan kepala ke kiri, ke kanan, ke atas, dan ke bawah. Peregangan tangan dengan mengarahkan tangan kanan ke arah kiri dan tangan kiri menekan tangan kanan begitu pun sebaliknya.

Selanjutnya peregangan kaki dengan menekuk kaki sebatas pinggang dan kedua tangan menahan kaki yang ditekuk. Peneliti juga meminta siswa untuk melakukan gerak berlari-lari kecil membentuk lingkaran dengan 5 kali putaran. Terakhir peneliti meminta siswa untuk melakukan gerak pitunggua tengah selama 2x8 hitungan. Setelah pemanasan peneliti meminta siswa untuk duduk dengan meluruskan kaki guna mengistirahatkan badan sejenak dan mengambil nafas sebelum memulai gerak.

Setelah istirahat sejenak, peneliti meminta siswa untuk berdiri dan membuat barisan untuk melanjutkan pelatihan. Sebelum memberikan gerak baru kepada siswa peneliti melakukan evaluasi gerak yang sudah diberikan pada pertemuan sebelumnya. Untuk evaluasi peneliti meminta siswa untuk mendemonstrasikan gerak dimulai pada barisan pertama dan dilanjutkan pada barisan kedua, ketiga, dan keempat. Sedangkan peneliti hanya memperhatikan dan membenarkan sikap tubuh siswa yang kurang tepat. Pada evaluasi yang dilakukan peneliti melihat masih ada beberapa siswa yang belum hafal

gerakan yang di berikan dan melakukan teknik gerak yang kurang tepat. Setelah melakukan evaluasi peneliti meminta siswa melakukan gerakan secara berulang-ulang agar siswa hafal dan melakukan teknik dengan tepat.

Ketika siswa sudah mulai lancar melakukan gerakan ragam satu dan dua, peneliti melanjutkan memberikan gerakan ragam tiga dan empat. Sama seperti pada pertemuan sebelumnya peneliti memberikan gerakan ke-tiga dengan cara mendemonstrasikan mulai dari gerakan tangan, dengan merentangkan tangan kanan di atas dan tangan kiri di bawah begitu pun sebaliknya.

Selanjutnya gerakan kaki dengan kaki kiri diarahkan kedepan begitu pun sebaliknya. Setelah itu peneliti menggabungkan gerakan tangan dan kaki, dengan merentangkan tangan kanan diatas dan tangan kiri dibawah serta kaki kiri dimajukan kedepan begitupun sebaliknya. Setelah itu, siswa disuruh menirukan gerakan tersebut. Selanjutnya peneliti memperhatikan siswa dalam melakukan gerak dan membenarkan gerakan yang salah pada gerakan ketiga ini yaitu ada beberapa siswa yang sikap tangannya kurang tepat yaitu tangan yang seharusnya lurus menjadi melengkung, dan ada beberapa siswa yang salah melakukan gerakan kaki yaitu pada saat tangan kanan diatas yang maju adalah kaki kiri menjadi kaki kanan.

Setelah itu peneliti melanjutkan dengan gerakan yang keempat dengan cara mendemonstrasikan dengan gerakan tangan kanan diayunkan keatas kemudian di tarik kembali menuju depan dada dan pada saat tangan kanan di ayunkan kaki menggerakkan langkah tak jadi di lanjutkan gerakan berputar dengan kedua tangan berada di atas kepala. Setelah peneliti mengajarkan gerakan keempat, siswa menirukan gerakan yang sudah peneliti demonstrasikan. Selanjutnya sama seperti sebelumnya peneliti juga memperhatikan siswa dalam melakukan gerak dan membenarkan gerakan yang salah pada gerakan keempat ini yaitu ada beberapa siswa yang sikap tangannya kurang tepat yaitu tangannya mengapit ke badan pada saat tangan dibawa ke depan dada, dan ada beberapa siswa yang salah melakukan gerakan kaki yaitu kaki yang dihentakkan pada saat melangkah ke depan.

Peneliti meminta siswa untuk mengulang-ulang gerakan yang sudah diberikan dari gerakan ketiga sampai gerakan keempat dan peneliti juga memandu siswa dalam mengulang-ulang gerakan yang diberikan serta mengatur sikap tubuh yang benar dalam melakukan gerakan pada siswa. Setelah dirasa siswa sudah mulai lancar melakukan gerakan ketiga dan keempat peneliti meminta siswa untuk mencoba lagi gerak dari gerakan pertama sampai dengan gerakan keempat, pada saat ini peneliti memilih siswa tampil berkelompok dengan 4 orang siswa sementara siswa yang lain memperhatikan sampai semua siswa mendemonstrasikan.

Saat tampil peneliti memilih siswa yang gerakannya sudah hafal dengan Teknik yang benar untuk dijadikan tutor sebaya, setelah itu peneliti membagi menjadi tiga kelompok yang berisi delapan orang termasuk satu orang tutor sebaya. Setelah membagi kelompok peneliti meminta kepada tutor sebaya untuk melatih teman satu kelompoknya yang belum bisa melakukan gerakan dengan benar. Selama latihan berkelompok peneliti tetap mengawasi dan melihat aktivitas siswa dalam latihan. Sebelum mengakhiri pertemuan peneliti meminta siswa untuk melakukan gerakan pertama sampai gerakan ke-empat dengan tampil secara berkelompok sesuai dengan kelompok yang sudah di bagikan. Diakhir penampilan siswa disuruh tepuk tangan untuk mengapresiasi siswa yang tampil.



Gambar 2. *Siswa Menampilkan Gerak Secara Berkelompok*
(Dok. Fanny Ibriza Syafitri, 22 September 2022)

Saat peneliti memberikan materi pada pertemuan kedua ini dapat peneliti lihat aktivitas siswa dalam mengikuti pengembangan diri seni tari yaitu ada 2 orang siswa yang memperhatikan, 2 orang siswa mau bertanya, 4 orang siswa yang mau bekerja kelompok, 3 orang siswa yang kurang memperhatikan, 3 orang siswa yang tidak bertanya, dan 2 orang siswa yang keluar-masuk ruangan latihan. Serta keterampilan siswa dalam melakukan gerak tari, di antaranya 3 orang siswa yang teknik tangannya benar sedangkan teknik kakinya kurang tepat dan hafalannya kurang, 6 orang siswa yang teknik tangan dan kakinya benar dan hafal gerakan, 4 orang siswa yang teknik tangannya kurang tepat sedangkan teknik kakinya benar dan hafal gerak, serta 3 orang siswa yang teknik tangan dan kakinya kurang tepat dan hafalannya kurang.

Pertemuan Ketiga

Pada pertemuan ketiga siswa sudah menunggu guru didalam ruangan untuk memulai pelatihan tari. Siswa yang hadir mengikuti pengembangan diri seni tari pada pertemuan ketiga ini yaitu ada 21 orang siswa, selanjutnya sama seperti pertemuan sebelumnya peneliti meminta siswa untuk berbaris dan melakukan pemanasan terlebih dahulu. Dimulai dari gerak peregangan kepala dengan mengadapkan kepala ke kiri, ke kanan, ke atas, dan ke bawah. Peregangan tangan dengan mengarahkan tangan kanan ke arah kiri dan tangan kiri menekan tangan kanan begitu pun sebaliknya. Selanjutnya peregangan kaki dengan menekuk kaki sebatas pinggang dan kedua tangan menahan kaki yang ditekuk. Peneliti juga meminta siswa untuk melakukan gerak berlari-lari kecil membentuk lingkaran dengan 5 kali putaran. Terakhir peneliti meminta siswa untuk melakukan gerak pitunggua tengah (kuda-kuda tengah) selama 2x8 hitungan.

Setelah pemanasan peneliti meminta siswa untuk duduk dengan meluruskan kaki guna mengistirahatkan badan sejenak dan mengambil nafas sebelum memulai gerak. Sesudah istirahat sejenak, peneliti meminta siswa untuk berkumpul bersama kelompoknya dan peneliti melakukan evaluasi gerak yang diberikan dari gerakan pertama sampai dengan gerakan ke-empat pada pertemuan sebelumnya sesuai dengan kelompok yang sudah dibagikan pada pertemuan sebelumnya serta peneliti tetap mengawasi dan membenarkan teknik gerak tangan dan kaki siswa yang masih kurang tepat pada setiap kelompok.

Setelah semua kelompok tampil peneliti meminta semua siswa untuk mengambil posisi dan dilanjutkan dengan peneliti memberikan gerakan terakhir kepada siswa. Setelah itu peneliti mendemonstrasikan gerak ragam kelima dengan gerakan kedua tangan ditarik dari samping badan dan dibawa kedepan badan dengan posisi badan kearah diagonal kiri

depan dengan kaki kiri melangkah ke arah diagonal di ikuti kaki kanan jinjit kearah kaki kiri, selanjutnya tangan kanan melakukan gerak tusuk dengan kaki kanan mundur ke belakang di ikuti kaki kiri jinjit di belakang kaki kanan, selanjutnya kedua tangan di dorong dari arah belakang telinga kanan ke arah depan dengan kaki kanan melangkah ke depan begitu pun sebaliknya. setelah peneliti mengajarkan gerakan ragam terakhir, siswa menirukan gerakan terakhir yang sudah peneliti demonstrasikan.

Selanjutnya peneliti memperhatikan siswa dalam melakukan gerak dan membenarkan gerakan yang salah pada gerakan terakhir ini yaitu ada beberapa siswa yang sikap tangannya kurang tepat yaitu tangan yang mengapit kebadan, beberapa siswa yang salah melakukan gerakan kaki yaitu salah memundurkan kaki pada saat gerak tusuk, dan beberapa siswa yang sikap badannya kurang tepat yaitu badan yang arah hadap nya diagonal kiri menjadi kearah depan.

Sesudah memberikan gerakan serta membenarkan teknik gerakan dan setelah mengulang gerakan beberapa kali peneliti meminta siswa untuk berlatih bersama kelompok serta peneliti meminta kepada tutor sebaya untuk melatih teman satu kelompoknya yang belum bisa melakukan gerakan dengan tepat. Selama latihan berkelompok peneliti tetap mengawasi dan melihat aktivitas yang dilakukan oleh siswa selama latihan. Sesudah berlatih bersama kelompok, peneliti meminta kepada setiap kelompok untuk tampil melakukan gerakan dari awal sampai dengan terakhir. Dimulai dari kelompok satu dan seterusnya.

Setelah semua kelompok tampil peneliti meminta semua siswa mengambil posisi berbaris untuk melakukan penyesuaian tarian dengan iringan musik. Peneliti juga memandu siswa dalam melakukan gerak dengan musik yang dilakukan berulang-ulang kali. Setelah dilakukan berulang-ulang peneliti meminta siswa untuk melakukan tarian dengan iringan musik secara berkelompok tanpa dipandu oleh peneliti.



Gambar 3. Penampilan Siswa Secara Berkelompok
(Dok. Fanny Ibriza Syafitri, 06 Oktober 2022)

Saat peneliti memberikan materi pada pertemuan ketiga ini dapat peneliti lihat aktivitas siswa dalam mengikuti pengembangan diri seni tari yaitu ada 5 orang siswa yang memperhatikan yaitu, 4 orang siswa mau bertanya, 5 orang siswa yang mau bekerja kelompok, 3 orang siswa yang kurang memperhatikan, 4 orang siswa yang tidak bertanya, serta sudah tidak ada siswa yang keluar-masuk ruangan latihan. Serta keterampilan siswa dalam melakukan gerak tari, di antaranya yaitu 2 orang siswa yang teknik tangannya benar sedangkan teknik kakinya kurang tepat dan hafalannya kurang, 12 orang siswa yang teknik tangan dan kakinya benar dan hafal gerakan, 4 orang siswa yang teknik tangannya kurang

tepat sedangkan teknik kakinya benar dan hafal gerak, serta 3 orang siswa yang teknik tangan dan kakinya kurang tepat dan hafalannya kurang.

Pertemuan Keempat

Pertemuan keempat, siswa sudah menunggu guru di dalam ruangan untuk memulai pelatihan tari serta siswa yang hadir mengikuti pengembangan diri seni tari pada pertemuan keempat ini yaitu ada 22 orang siswa, selanjutnya sama seperti pertemuan sebelumnya peneliti meminta siswa untuk berbaris dan melakukan pemanasan terlebih dahulu, Dimulai dari gerak peregangan kepala dengan mengadapkan kepala ke kiri, ke kanan, ke atas, dan ke bawah dengan hitungan 1x8. Peregangan tangan dengan mengarahkan tangan kanan ke arah kiri dan tangan kiri menekan tangan kanan begitu pun sebaliknya dengan hitungan 1x8. Selanjutnya peregangan kaki dengan menekuk kaki sebatas pinggang dan kedua tangan menahan kaki yang ditekuk dengan hitungan 1x8. Peneliti juga meminta siswa untuk melakukan gerak berlari-lari kecil membentuk lingkaran dengan 5 kali putaran. Terakhir peneliti meminta siswa untuk melakukan gerak pitunggua tengah selama 2x8 hitungan.

Setelah pemanasan peneliti meminta siswa istirahat dan meluruskan kaki serta mengingatkan siswa bahwa akan ada evaluasi seperti yang diucapkan pada pertemuan sebelumnya. Selanjutnya istirahat peneliti bertanya, kelompok mana yang ingin tampil pertama untuk evaluasi dan ada satu kelompok yang mengangkat tangan untuk tampil pertama dan dilanjutkan dengan kelompok-kelompok selanjutnya. Pada saat evaluasi peneliti melihat masih ada beberapa siswa yang belum hafal dan teknik nya masih kurang tepat pada gerakan terakhir, serta beberapa siswa belum bisa menyesuaikan dengan iringan musik, Sehingga peneliti meminta siswa untuk berlatih kembali bersama kelompok dan peneliti juga meminta kepada tutor sebaya untuk membantu teman satu kelompoknya mulai dari gerakan pertama sampai dengan gerakan terakhir dan menyesuaikan gerakan dengan iringan musik. Setelah berlatih bersama kelompok peneliti melakukan evaluasi ulang dari kelompok 1 sampai dengan kelompok 3, dan sebelum setiap kelompok tampil peneliti mengingatkan kepada siswa untuk tidak lupa tersenyum pada saat menari. Setelah semua kelompok tampil, peneliti memberikan tepuk tangan pada setiap kelompok dan peneliti melihat siswa sudah bisa menyesuaikan gerakan dengan musik dan siswa sudah hafal dari gerak pertama sampai dengan gerak terakhir. Sehingga sudah tidak ada siswa yang melihat-lihat ke teman sebelahnya.

c. Evaluasi

Evaluasi pada pelaksanaan pengembangan diri seni tari di SMP Negeri 40 Padang peneliti lakukan pada setiap awal pertemuan sebelum memberikan materi selanjutnya serta evaluasi dilakukan secara berkelompok sehingga peneliti bisa melihat bagaimana perkembangan siswa dalam melakukan gerakan yang sudah diajarkan, ekspresi siswa dan penjiwaan siswa dalam menari, serta penyesuaian dengan music iringan tari. Dan pada saat evaluasi dilaksanakan peneliti juga membantu setiap kelompok untuk membenarkan gerakan yang masih kurang tepat, mengatur ekspresi siswa dalam menari, serta menyesuaikan gerakan dengan musik.

Peneliti juga memberikan apresiasi seperti tepukan tangan ketika setiap kelompok selesai menampilkan gerakan yang diajarkan. Hasil dari evaluasi yang dilakukan pada setiap awal pertemuan, yaitu siswa sudah mampu melakukan gerak dengan benar, mampu menunjukkan senyum pada saat menari, dan mampu menyesuaikan dengan iringan musik.

Pembahasan

Pelatihan tari ini dilakukan selama 4 kali pertemuan. Jadwal pelatihan tari dilakukan setiap satu kali dalam satu minggu. Pada pertemuan pertama siswa yang mengikuti pelatihan tari hanya 14 orang siswa dari 23 orang siswa yang terdaftar mengikuti pengembangan diri seni tari, pada pertemuan kedua hanya 16 orang siswa yang mengikuti pelatihan tari dari 23 orang siswa, pada pertemuan ketiga siswa yang hadir untuk mengikuti pelatihan tari mengalami peningkatan yaitu 21 orang siswa dari 23 orang siswa, selanjutnya pada pertemuan keempat 22 orang siswa yang hadir dan hanya 1 orang siswa yang tidak mengikuti pelatihan tari. Sejak pertemuan kedua yang menggunakan metode tutor sebaya aktivitas siswa juga mengalami peningkatan dimana siswa yang mau memperhatikan, mau bertanya dan mau bekerja kelompok terlihat lebih banyak dibandingkan dengan siswa yang kurang memperhatikan, tidak bertanya dan keluar masuk ruangan. Dilihat dari kemampuan keterampilan siswa dalam melakukan gerak dan hafalan juga mulai meningkat.

Pada pengamatan aktivitas siswa yang dilakukan selama pelatihan dapat diuraikan sebagai berikut, pada pertemuan pertama, yaitu 3 orang siswa yang mau memperhatikan, 2 orang siswa yang mau bertanya, 4 orang siswa yang kurang memperhatikan, 4 orang siswa yang tidak bertanya, serta 1 orang siswa yang keluar-masuk ruangan latihan. Dilihat dari kemampuan keterampilan siswa dalam melakukan gerak dan hafalan gerak yaitu 3 orang siswa yang teknik tangannya benar sedangkan teknik kakinya kurang tepat dan hafalannya kurang, 2 orang siswa yang teknik tangan dan kakinya benar dan hafal gerakan, 4 orang siswa yang teknik tangannya kurang tepat sedangkan teknik kakinya benar dan hafal gerak, dan 5 orang siswa yang teknik tangan dan kakinya kurang tepat serta hafalannya kurang.

Pada pertemuan kedua, peneliti sudah mulai menggunakan metode tutor sebaya dan metode kelompok pada pelaksanaan pengembangan diri seni tari. Aktivitas siswa pada pertemuan kedua ini yaitu 2 orang siswa yang mau memperhatikan, 2 orang siswa yang mau bertanya, 4 orang siswa yang mau bekerja kelompok, 3 orang siswa yang kurang memperhatikan, 3 orang siswa yang tidak bertanya pada saat pelaksanaan pelatihan tari, dan 2 orang siswa yang keluar-masuk ruangan. Dilihat dari kemampuan keterampilan siswa dalam melakukan gerak dan hafalan gerak yaitu 3 orang siswa yang teknik tangannya benar sedangkan teknik kakinya kurang tepat dan hafalannya kurang, 6 orang siswa yang teknik tangan dan kakinya benar dan hafal gerakan, 4 orang siswa yang teknik tangannya kurang tepat sedangkan teknik kakinya benar dan hafal gerak, dan 3 orang siswa yang teknik tangan dan kakinya kurang tepat dan hafalannya kurang.

Pada pertemuan ketiga aktivitas siswa mengalami peningkatan, yaitu 5 orang siswa yang mau memperhatikan, 4 orang siswa yang mau bertanya, 5 orang siswa yang mau bekerja kelompok, 3 orang siswa yang kurang memperhatikan, 4 orang siswa yang tidak bertanya selama pelatihan tari berlangsung, dan tidak ada siswa yang keluar-masuk ruangan. Dilihat dari kemampuan keterampilan siswa dalam melakukan gerak dan hafalan gerak yaitu 2 orang siswa yang teknik tangannya benar sedangkan teknik kakinya kurang tepat dan hafalannya kurang, 12 orang siswa yang teknik tangan dan kakinya benar dan hafal gerakan, 4 orang siswa yang teknik tangannya kurang tepat sedangkan teknik kakinya benar dan hafal gerak, dan 3 orang siswa yang teknik tangan dan kakinya kurang tepat dan hafalannya kurang.

Pada pertemuan keempat aktivitas siswa pelatihan tari lebih baik dari pertemuan-pertemuan sebelumnya, yaitu 6 orang siswa yang mau memperhatikan, 5 orang siswa yang mau bertanya, 7 orang siswa yang mau bekerja kelompok, 2 orang siswa yang kurang memperhatikan, 2 orang siswa yang tidak bertanya pada saat pelaksanaan pelatihan tari, dan sudah tidak ada lagi siswa yang keluar-masuk ruangan. Dilihat dari kemampuan keterampilan siswa dalam melakukan gerak dan hafalan geraknya, siswa sudah mampu melakukan gerak dengan teknik tangan dan kaki yang benar, serta sudah tidak ada siswa yang belum menghafal gerakan dari awal sampai akhir.

Pelaksanaan pelatihan tari pada pengembangan diri seni tari menggunakan metode tutor sebaya ini memberikan pengaruh yang baik terhadap keinginan siswa untuk mengikuti pengembangan diri seni tari dilihat dari daftar hadir siswa yang mengalami peningkatan di setiap pertemuan dan aktivitas siswa pada saat mengikuti pelatihan tari pada pengembangan diri seni tari dimana siswa tidak segan bertanya kepada teman nya ketika belum bisa mengikuti gerak yang diberikan selama pelatihan tari, bantuan dari teman dalam pelatihan tari ini mampu membuat siswa tidak mengalami kecanggungan ketika belum bisa mengikuti gerak yang diberikan, dan pelaksanaan pelatihan tari terasa lebih akrab karena tidak adanya rasa malu untuk bertanya atau meminta bantuan kepada temannya sendiri, serta bisa memotivasi siswa untuk bekerja sama dan aktif dalam mengikuti pelatihan tari. Dan karena dilakukan berkelompok juga memudahkan peneliti untuk memantau aktivitas yang dilakukan oleh siswa secara menyeluruh sehingga pelaksanaan pelatihan tari terlaksana dengan efektif.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat dikemukakan, dengan metode tutor sebaya, metode demonstrasi, dan metode kelompok yang digunakan pada pengembangan diri seni tari di SMP N 40 Padang berjalan dengan baik. Hasilnya dapat membantu siswa memahami dengan baik materi yang diberikan, siswa juga tidak segan lagi untuk bertanya dan meminta tolong ketika belum menguasai gerak yang diajarkan, serta siswa juga merasa bisa menerima dengan baik ketika berlatih bersama kelompok. Hal ini terbukti dari hasil pengamatan aktivitas siswa dan keterampilan siswa dari pertemuan pertama sampai dengan pertemuan terakhir. Sehingga dapat disimpulkan bahwa metode tutor sebaya, metode kelompok, dan metode demonstrasi mampu membawa pengaruh yang baik dalam pelaksanaan pengembangan diri seni tari, serta pelaksanaannya dilakukan secara berkelompok sehingga guru lebih mudah untuk memantau siswa selama pelaksanaan pengembangan diri.

Referensi

- Fitrah, M. Luthfiyah, (2017). *Metode Penelitian: Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus*. Sukabumi: CV Jejak
- Hartono dan Any Wuryaningrum. (2018). *Teknik Analisis Pembelajaran Tari*. Yogyakarta : Lontar Mediatama.
- MULIAWAN, J, U. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas (Classroom Action Research)* (Ed. 1 Cet. 1). Yogyakarta: Gava Media.
- 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.
- Purwanti, D. (2017). Pendidikan Karakter Peduli Lingkungan Dan Implementasinya. *DWIJA CENDEKIA: Jurnal Riset Pedagogik*, 1(2), 14–20. <https://doi.org/10.20961/jdc.v1i2.17622>
- Rizka, M., Indrayuda, I., & Astuti, F. (2018). PELATIHAN TARI DALAM PENGEMBANGAN DIRI DI SMA PEMBANGUNAN LABORATORIUM UNP PADANG. *Jurnal Sendratasik*, 7(2), 12-16.
- Suprayitno, A. (2019). *Pedoman penyusunan dan penulisan jurnal ilmiah bagi guru*. Deepublish.
- Trinanda, R., & Indrayuda, I. (2019). Hubungan Pelatih Terhadap Kreativitas Siswa Dalam Pengembangan Diri Seni Tari Di SMP Pembangunan Laboratorium Unp. *Jurnal Sendratasik*, 8(2), 9-16.