

**EFEKTIVITAS KEGIATAN EKSTRAKURIKULER SENI TARI DALAM
MENGEMBANGKAN EKSPRESI DIRI ANAK USIA 5-6 TAHUN
DI TK CENDANA MAWANG**

Resa Anggreni Syam¹, Wahyuni², Umi Kusyairy³, Muchlisah⁴, Ade Agusriani⁵
^{1,2,3,4,5}UIN Alauddin Makassar

resaanggreanisymm@gmail.com¹, wahyuni.ismail@uin-alauddin.co.id²,
muchlisah.muchlisah@uin-alauddin.ac.id³, ade.agusriani2@uin-alauddin.ac.id⁴,
umy.kusyairy@uin-alauddin.ac.id⁵

ABSTRACT

The results of the study indicate that extracurricular dance activities are carried out through the stages of basic movement training, rhythmic accuracy, body expression training, and final performances. Supporting factors for this activity include teacher and parental support, adequate school facilities, and high student interest. Inhibiting factors include limited practice time and differences in each child's ability to follow the movements. The implications of this activity are seen in improving children's self-expression, such as increased self-confidence, nonverbal communication skills, courage to perform in public, movement creativity, and the ability to control body coordination, its validity using triangulation of sources, techniques, and time.

Keywords: *effectiveness, self-expression, extracurricular activities, early childhood education*

ABSTRAK

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler seni tari dilaksanakan melalui tahapan latihan gerak dasar, ketepatan irama, pembiasaan ekspresi tubuh, dan penampilan akhir. Faktor pendukung kegiatan ini yaitu dukungan guru dan orang tua, fasilitas sekolah yang memadai, serta minat anak yang tinggi. Faktor penghambatnya meliputi keterbatasan waktu latihan dan perbedaan kemampuan setiap anak dalam mengikuti gerakan. Implikasi kegiatan ini terlihat pada peningkatan ekspresi diri anak, seperti meningkatnya kepercayaan diri, kemampuan komunikasi nonverbal, keberanian tampil di depan umum, kreativitas gerak, serta kemampuan mengontrol koordinasi tubuh.

Kata Kunci: *efektivitas, ekspresi diri, kegiatan ekstrakurikuler, pendidikan anak usia dini*

A. Pendahuluan

Pendidikan memiliki peran penting dalam mengembangkan potensi dan kemampuan setiap individu. Melalui pendidikan, seseorang dapat membentuk karakter, meningkatkan keterampilan, serta mempersiapkan diri untuk menghadapi tantangan kehidupan di masa depan. Hal ini sejalan dengan firman Allah Swt. dalam QS. Ar-Ra'd ayat 11 yang menegaskan bahwa perubahan suatu kaum bergantung pada usaha mereka dalam mengubah diri sendiri. Oleh karena itu, pendidikan menjadi sarana utama dalam membentuk kualitas sumber daya manusia yang unggul.

Sebagai tahap awal dalam sistem pendidikan, Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) memiliki peran strategis dalam memberikan dasar perkembangan yang optimal bagi anak. Masa usia dini dikenal sebagai *golden age* (masa emas), di mana perkembangan otak anak berlangsung sangat pesat. Pada masa ini, anak membutuhkan stimulasi yang tepat agar seluruh aspek perkembangannya, baik kognitif, motorik, sosial-emosional, maupun kreativitas, dapat berkembang secara optimal. Hal ini

juga diperkuat oleh QS. An-Nahl ayat 78 yang menjelaskan bahwa manusia lahir dalam keadaan tidak mengetahui apa-apa, kemudian diberikan potensi berupa pendengaran, penglihatan, dan hati untuk belajar dan berkembang. Dalam

implementasinya, pembelajaran pada PAUD tidak hanya berfokus pada aspek kognitif, tetapi juga mencakup perkembangan sosial-emosional, fisik, dan kreativitas anak. Oleh karena itu, diperlukan metode pembelajaran yang menyenangkan, variatif, dan sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Salah satu pendekatan yang efektif untuk mengembangkan berbagai aspek tersebut adalah melalui pendidikan seni.

Seni merupakan media yang efektif bagi anak untuk mengekspresikan ide, perasaan, dan kreativitasnya. Salah satu bentuk seni yang sangat dekat dengan dunia anak adalah seni tari. Seni tari melibatkan gerakan tubuh, irama musik, serta ekspresi emosi, sehingga mampu merangsang perkembangan motorik, sosial, dan emosional anak secara bersamaan. Melalui kegiatan seni tari, anak dapat belajar mengenali tubuhnya, berinteraksi dengan teman

sebagai, serta mengekspresikan perasaan secara nonverbal. Ekspresi diri merupakan kemampuan anak dalam mengungkapkan perasaan, ide, dan emosi, baik melalui gerakan, mimik wajah, maupun perilaku. Kemampuan ini sangat penting dalam perkembangan sosial dan emosional anak, karena membantu mereka berkomunikasi dan berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Anak yang memiliki kemampuan ekspresi diri yang baik cenderung lebih percaya diri dan mampu beradaptasi dengan lingkungan sosialnya.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengembangkan ekspresi diri anak adalah melalui kegiatan ekstrakurikuler seni tari. Kegiatan ini memberikan ruang bagi anak untuk berekspresi secara lebih bebas dan terarah di luar pembelajaran inti. Selain itu, kegiatan ekstrakurikuler seni tari juga dapat meningkatkan rasa percaya diri, keberanian tampil, serta kreativitas anak dalam mengolah gerakan.

Namun, berdasarkan hasil observasi awal di TK Cendana Mawang, ditemukan bahwa masih terdapat anak yang kurang percaya diri dalam mengekspresikan diri, khususnya dalam kegiatan seni tari.

Sebagian anak terlihat malu, ragu, dan belum mampu menampilkan ekspresi gerak secara maksimal. Hal ini menunjukkan bahwa pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler seni tari belum sepenuhnya optimal dalam mengembangkan ekspresi diri anak. Selain itu, meskipun kegiatan ekstrakurikuler seni tari telah dilaksanakan, belum terdapat kajian yang secara khusus meneliti efektivitas kegiatan tersebut dalam mengembangkan ekspresi diri anak usia 5–6 tahun. Oleh karena itu, diperlukan penelitian untuk mengetahui sejauh mana kegiatan ekstrakurikuler seni tari dapat memberikan kontribusi terhadap perkembangan ekspresi diri anak.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan perspektif fenomenologi untuk memahami secara mendalam. Efektivitas kegiatan dalam mengembangkan ekspresi diri anak usia. Data dikumpulkan dari dua sumber: data primer melalui wawancara mendalam dengan Kepala Madrasah, guru, staf Tata Usaha, ; serta data sekunder berupa dokumen sekolah, laporan kegiatan,

dan literatur relevan. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tiga metode utama: observasi langsung terhadap proses pengelolaan fasilitas, wawancara tatap muka untuk menggali persepsi informan, dan dokumentasi untuk memperkuat validitas temuan.ⁱ Peneliti bertindak sebagai instrumen utama (*human instrument*) yang dibantu dengan pedoman wawancara dan catatan lapangan.

Teknik analisis data mengikuti model interaktif yang meliputi tiga tahapan: reduksi data (merangkum dan memfokuskan data relevan), penyajian data (naratif sistematis), dan penarikan kesimpulan/verifikasi. Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menerapkan triangulasi yang mencakup: 1). Triangulasi Sumber: Membandingkan informasi dari berbagai pihak. 2). triangulasi Teknik: Memverifikasi data hasil wawancara dengan observasi dan dokumen. 3). riangulasi Teori: Menganalisis temuan menggunakan perspektif teori manajemen pendidikan yang relevan.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

1.Pelaksanaan Ekstrakurikuler Seni Tari

Pelaksanaan ekstrakurikuler seni tari di TK Cendana Mawang dilakukan melalui tahapan yang sistematis, mulai dari pemanasan, latihan gerak dasar, latihan irama, pembiasaan ekspresi, hingga penyusunan koreografi. Tahapan ini menunjukkan bahwa kegiatan tari tidak hanya berorientasi pada hasil akhir, tetapi juga memperhatikan proses perkembangan anak secara bertahap. Pendekatan yang digunakan pelatih, yaitu memberikan kesempatan anak untuk bergerak bebas sebelum diarahkan, sejalan dengan prinsip pembelajaran anak usia dini yang menekankan kebebasan berekspresi dan belajar melalui bermain. Hal ini mendukung teori perkembangan anak yang menyatakan bahwa pengalaman langsung dan aktivitas fisik sangat penting dalam membangun keterampilan motorik dan emosional anak. Selain itu, penggunaan musik sebagai media pengiring terbukti membantu anak dalam memahami ritme dan meningkatkan koordinasi gerak. Namun demikian, pelaksanaan kegiatan masih menunjukkan

kecenderungan berpusat pada guru (teacher-centered), terutama pada tahap peniruan gerakan. Hal ini mengindikasikan inovasi metode pembelajaran perlu ditingkatkan agar anak lebih aktif dan kreatif dalam menciptakan gerakan sendiri.

2.Efektivitas Kegiatan dalam

Mengembangkan Ekspresi Diri Anak

Kegiatan ekstrakurikuler seni tari terbukti efektif dalam mengembangkan ekspresi diri anak, yang ditunjukkan melalui peningkatan kemampuan anak mengekspresikan emosi, kepercayaan diri, dan komunikasi nonverbal. Pertama, dari aspek ekspresi emosi, anak mulai mampu menampilkan mimik wajah yang sesuai dengan gerakan tari, seperti ekspresi ceria, semangat, dan percaya diri. Hal ini menunjukkan bahwa seni tari dapat menjadi media bagi anak untuk menyalurkan emosi secara positif. Temuan ini sejalan dengan teori perkembangan emosional yang dikemukakan oleh Daniel Goleman, bahwa kemampuan mengenali dan mengekspresikan emosi merupakan bagian penting dari kecerdasan emosional. Kedua, dari aspek kepercayaan diri, anak menunjukkan peningkatan keberanian untuk tampil di depan teman maupun

dalam kegiatan pentas seni. Pengalaman tampil di depan umum memberikan stimulus yang kuat dalam membangun rasa percaya diri anak. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa pengalaman sosial dan penguatan lingkungan membentuk konsep diri yang positif pada anak.

Ketiga, dari aspek komunikasi nonverbal, anak mulai mampu menyampaikan perasaan melalui gerakan tubuh dan ekspresi wajah. Seni tari memberikan ruang bagi anak untuk berkomunikasi tanpa kata, yang sangat penting pada usia dini di mana kemampuan verbal belum berkembang secara optimal.

Namun demikian, efektivitas kegiatan ini belum merata pada semua anak. Beberapa anak masih menunjukkan sikap malu, kurang fokus, dan membutuhkan waktu lebih lama untuk menyesuaikan diri. Hal ini menunjukkan bahwa perkembangan ekspresi diri dipengaruhi oleh karakteristik masing-masing anak.

3.Faktor Pendukung dalam Pengembangan Ekspresi Diri

Keberhasilan kegiatan ekstrakurikuler seni tari di TK Cendana Mawang dipengaruhi oleh berbagai faktor pendukung, baik dari internal maupun eksternal.

Antusiasme dan minat anak menjadi faktor utama yang mendorong keterlibatan aktif dalam kegiatan. Anak yang memiliki minat tinggi cenderung mudah mengekspresikan diri dan berpartisipasi secara optimal. Selain itu, dukungan orang tua juga memberikan kontribusi besar, terutama dalam bentuk pendampingan latihan di rumah dan pemberian motivasi kepada anak.

Dukungan sekolah melalui penyediaan fasilitas dan kesempatan tampil juga menjadi faktor penting. Lingkungan belajar yang kondusif serta peran guru dan pelatih yang sabar dan kreatif mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. Hal ini memperkuat teori Lev Vygotsky tentang pentingnya interaksi sosial dan dukungan lingkungan (*scaffolding*) dalam perkembangan anak. Kerja sama antara guru dan orang tua juga terbukti efektif dalam memperkuat proses pembelajaran. Komunikasi yang baik memungkinkan adanya kesinambungan latihan antara sekolah dan rumah, sehingga perkembangan anak menjadi lebih optimal.

4. Faktor Penghambat dalam Pelaksanaan Kegiatan

Di samping faktor pendukung, terdapat beberapa hambatan yang memengaruhi efektivitas kegiatan ekstrakurikuler seni tari. Keterbatasan waktu latihan menjadi kendala utama, karena frekuensi latihan yang tidak konsisten menyebabkan anak sulit mengingat gerakan dan mengembangkan keterampilan secara optimal. Hal ini menunjukkan pentingnya kontinuitas dalam proses pembelajaran, terutama pada anak usia dini yang membutuhkan pengulangan.

Ketidakhadiran pelatih juga menjadi hambatan yang signifikan, karena mengganggu konsistensi latihan. Selain itu, perbedaan kemampuan dan karakter anak menjadi tantangan tersendiri bagi guru dalam memberikan pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing anak. Kurangnya latihan di rumah juga menjadi faktor penghambat, terutama bagi anak yang membutuhkan pengulangan lebih banyak. Hal ini berkaitan dengan keterbatasan waktu dan pemahaman orang tua dalam mendampingi anak. Selain itu, keterbatasan fasilitas seperti tidak

adanya cermin latihan dan alat musik yang lengkap juga memengaruhi kualitas pembelajaran. Padahal, fasilitas yang memadai dapat membantu anak dalam mengamati gerakan dan meningkatkan kualitas ekspresi diri.

5. Implikasi Penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler seni tari memiliki potensi besar dalam mengembangkan ekspresi diri anak usia dini. Oleh karena itu, diperlukan:

- a. Pengembangan metode pembelajaran yang lebih kreatif dan berpusat pada anak
- b. Penambahan waktu latihan yang lebih konsisten
- c. Peningkatan kerja sama antara sekolah dan orang tua
- d. Penyediaan fasilitas yang lebih memadai

Dengan optimalisasi berbagai aspek tersebut, kegiatan seni tari dapat menjadi media yang lebih efektif dalam mendukung perkembangan sosial-emosional dan kreativitas anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, N., Ervina, M., Mutiara, A. S., Aghnaita, M., Saudah, & Hidayati, S. (2024). Implementasi ekstrakurikuler tari dan relevansinya sebagai pengembangan kreativitas seni anak usia dini. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, 6(1), 111–122.
- Agustina, I., & Saputra, A. A. (2025). Pengelolaan sarana dan prasarana untuk efektivitas pembelajaran di PAUD Harapan Ibu. *NGOPENI: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 1(1), 59–71.
- Alzahrani, A., & Ibrahim, N. (2024). Enhancing social-emotional skills in early childhood: Intervention study on the effectiveness of social and emotional learning. *BMC Psychology*, 12(1), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02280-w>
- Amelia, F., & Dewi, S. (2022). Pengaruh kegiatan seni tari terhadap keterampilan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 220–229.
- Anderson, A. J. (2024). How did we get so bored? A bioecological model of the development of boredom. *Psychological Reports*, 127(5), 1941–1958. <https://doi.org/10.1177/00332941241275590>
- Anggraeni, R., & Rizal, A. (2021). Seni tari sebagai media pengembangan ekspresi diri anak usia dini. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Anak*, 7(1), 45–53.
- Azizah, A. N. I., Ariyanto, A. N., Setyaningsih, A. N., Pitaloka, A. A., Khamidah, A., et al. (2024). *Seni tari anak usia dini* (Edisi pertama). Tahta Media Group.
- Bandura, A. (2017). *Self-efficacy: The*

- exercise of control. New York: W. H. Freeman.
- Berk, L. E. (2020). *Child development and education* (7th ed.). Boston: Pearson.
- Depdiknas. (2008). *Petunjuk teknis pelaksanaan pengembangan diri pada sekolah menengah kejuruan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Desmita. (2020). *Psikologi perkembangan anak usia dini*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Dewi, N., & Rahmawati, R. (2021). Ekspresi emosional dalam seni tari sebagai media pendidikan anak. *Jurnal Seni dan Pendidikan*, 8(1), 15–18.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*. New York: W. W. Norton & Company.
- Fadillah, N., & Rahayu, S. (2023). Peran keterlibatan orang tua dalam mengembangkan kreativitas anak usia dini melalui kegiatan seni. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 8(1), 45–56. <https://doi.org/10.14421/jga.2023.81.05>
- Feldman, R. S. (2021). *Understanding psychology* (15th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. New York: Basic Books.
- Gardner, H. (2015). *Multiple intelligences: New horizons in theory and practice*. New York: Basic Books.
- Goleman, D. (2020). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. New York: Bantam Books.
- Hadi, S. (2019). *Aspek-aspek dasar koreografi kelompok*. Yogyakarta: Cipta Media.
- Hosea, H., & Lunn, S. (2020). The impact of dance on emotional development in early childhood. *Journal of Early Childhood Research*, 18(3), 243–259.
- Hurlock, E. B. (2019). *Child development* (9th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Juhaeti, Y. (2019). *Himmah spiritual sebagai alternatif penegakan disiplin dalam manajemen peserta didik*. Yogyakarta: CV Gre Publishing.
- Kotaman. (2024). Developing children's expressive skills through dance-based learning. *Early Child Development Journal*, 6(1), 33–47.
- Lestari, A., & Safitri, N. (2024). Integrasi nilai karakter melalui kegiatan seni pada pendidikan anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(2), 1450–1462. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i2.2789>
- Mulyono. (2008). *Manajemen administrasi dan organisasi pendidikan*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Nugraheni, T., & Pamungkas, J. (2022). Analisis pelaksanaan pembelajaran seni pada PAUD. *Early Childhood Research Journal (ECRJ)*, 5(1), 20–30.
- Opan, A. (2022). Optimalisasi kegiatan ekstrakurikuler dalam membina karakter peserta didik.

- JlIP: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(3), 829–837.
- Pratama, R., Nuraeni, E., & Respati, R. (2021). Peran ekstrakurikuler untuk meningkatkan prestasi belajar seni musik. *Pedadidaktika*, 8(4), 1037–1044.
- Prayitno. (2004). *Pengelolaan ekspresi diri dalam perkembangan anak*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Putri, S. N., & Prasetyo, A. (2023). Seni tari dalam meningkatkan kreativitas dan ekspresi diri anak usia dini. *Jurnal Psikologi Anak dan Pendidikan*, 8(2), 120–128.
- Rahmawati, S., & Nuryani, E. (2023). Pengaruh ketersediaan sarana dan prasarana terhadap efektivitas kegiatan ekstrakurikuler di PAUD. *Jurnal Obsesi*, 7(3), 1562–1571.
- Riyanti, A., Fardani, M. A., & Fajrie, N. (2023). Proses kreasi seni tari sebagai ekspresi diri anak SD Negeri Wotan 02 Desa Wotan Kabupaten Pati. *Islamika: Jurnal Keislaman dan Ilmu Pendidikan*, 5(2), 643–656.
- Santrock, J. W. (2021). *Child development* (16th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2021). *Life-span development* (19th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Umrati, & Wijaya, H. (2020). *Analisis data kualitatif: Teori konsep dalam penelitian pendidikan*. Makassar: STT Jaffray.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Widiastuti, A., Fadhilah, E. A., Ghina, H., & Mulyana, A. (2024). Pengembangan potensi, bakat, dan minat peserta didik melalui kegiatan ekstrakurikuler di sekolah dasar. *Sadewa*, 2(1), 129–138.
- Winda Syahrums Badawi. (2022). Implementasi ekstrakurikuler angklung pada anak usia dini di Kelompok Bermain Tunas Harapan SKB Kabupaten Sleman. *Journal of Society and Continuing Education*, 3(3), 438–445.
- Wulandari, T., & Haryanti, E. (2020). Efektivitas kegiatan ekstrakurikuler seni tari dalam meningkatkan ekspresi diri anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(3), 87–95.