

**PENINGKATAN KEPERCAYAAN DIRI MELALUI  
KEGIATAN MENARI KREATIF  
(Penelitian Tindakan TK B Satu Atap Kramat Jati 25  
Jakarta Timur 2015)**

**TITIN HERMAYANTI**

PAUD PPs Universitas Negeri Jakarta  
Jl. Rawamangun Muka, Jakarta Timur. E-mail: [hermayantititin@gmail.com](mailto:hermayantititin@gmail.com)

***Abstract:** The purpose of this research was to determinate the proccess of implementation creation dance to increase self confidence in Group B Satu Atap Kramat Jati 25, East Jakarta. This research is an action research which refers to the model of a classroom Action Research Kemmis and Mc. Taggart. The subject of this research are children in Group B Satu Atap Kramat Jati 25 East Jakarta there are 10 children. The steps of this research : 1) Planing (2) Action (3) Observation (4) Reflection. Data analysis used quantitative and qualitative. Data analysis qualitative used Miles and Hubberman model. This research do in two cycles, there are cycle I and II. The end result of the overall analysis of the data is the percentage in 87,05% cycles II which showed from pre-cycle is 26,25% up to cycles I 55,52%.*

**Keywords:** *Creation Dance, Self Confidence And Action Research*

**Abstrak:** Tujuan dari penelitian ini untuk menggambarkan proses penerapan kegiatan menari kreatif untuk meningkatkan kepercayaan diri di kelompok B TK Satu Atap Kramat Jati 25 Jakarta Timur. Penelitian tindakan kelas menggunakan model Kemmis dan Mc. Taggart. Subjek dari penelitian ini adalah di kelompok B TK Satu Atap Karamat Jati 25 Jakarta Timur yang berjumlah 10 anak. Langkah-langkah dalam penelitian ini yaitu: 1) Perencanaan; 2) Pelaksanaan; 3) Pengamatan; 4) Refleksi. Analisa data yang digunakan adalah kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatifnya menggunakan model Miles and Hubberman. Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus yaitu siklus I dan siklus II. Hasil akhir dari analisa data menunjukkan peningkatan sebanyak pada siklus II 87,05 % dari pra siklus sebanyak 26,25 % sampai pada siklus I 55,52%

**Kata Kunci:** Menari Kreatif, Kepercayaan Diri dan Penelitian Tindakan.

Orang sukses memiliki kepercayaan diri yang baik dan merasakan bahwa mereka bisa berbuat sesuatu untuk dunia. Mereka tetap  
berbuat sesuai kapasitas dan keterampilan yang mereka miliki, dan tetap menyadari bahwa keterampilan ini akan memberikan nilai kepada

orang lain. Kepercayaan diri dapat membuat kita sukses sekaligus dapat membuat kita menjadi orang gagal jika kepercayaan diri berlebihan. Kepercayaan diri adalah bagian dari konsep diri, konsep diri adalah dimensi harapan diri atau yang dicita-citakan dimasa depan.

Anak usia dini menurut NAEYC adalah sosok individu yang sedang menjalani suatu proses perkembangan dengan pesat dan fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Anak usia dini ada pada rentang usia 0-8 tahun. Menurut Berk dalam Desmita (2009: 146) pada masa ini proses pertumbuhan dan perkembangan dalam berbagai aspek sedang mengalami masa yang paling cepat dalam rentang perkembangan hidup manusia. Proses pembelajaran sebagai bentuk perlakuan yang diberikan kepada anak harus memperhatikan karakteristik yang dimiliki setiap tahapan perkembangan anak. Widia Pekerti (2010: xi) mengungkapkan Apabila kita mengamati pelaksanaan seni di TK,

kita sering menemui kenyataan bahwa praktek pembelajaran seni di sekolah-sekolah umum hanya sebatas kemampuan motorik saja. Sehingga esensi dari pendidikan seni pun belum tercapai.

Permasalahan di Taman Kanak-Kanak (TK) bukanlah permasalahan motorik saja, tapi semua aspek perkembangan harus dapat kita kembangkan secara optimal. Salah satunya yaitu perkembangan sosial emosionalnya misalnya kepercayaan diri. Kenyataan yang terjadi saat ini orang tua akan merasa bangga jika anaknya unggul dalam hal akademik dibandingkan potensi perkembangan dalam diri anak yang harus distimulasi.

Hal ini juga terjadi di Taman Kanak-Kanak (TK) satu atap Kramat Jati 25, dari dua puluh anak hanya ada sembilan atau sekitar 45% anak yang memiliki rasa kepercayaan diri, rendahnya kepercayaan diri anak-anak tersebut ditunjukkan melalui anak cenderung diam dan tidak mau beranjak dari tempat duduk

(keberanian) ketika disuruh guru melakukan suatu hal. Anak malu-malu melakukannya (keberanian), anak terlihat malas-malasan (antusias), anak mengikuti instruksi guru dengan baik (ketekunan).

Maka dengan melihat kenyataan ini penulis perlu melakukan peningkatan kepercayaan diri melalui kegiatan menari kreatif. Penulis memilih menari kreatif sebagai stimulasi karena dalam menari kreatif dapat mengungkapkan dan mengkomunikasikan, ide-ide, gagasan-gagasan, perasaan, pengalaman, kedalam bahasa tari. Estetika, menari kreatif tidak akan muncul jika tidak memiliki rasa kepercayaan diri. Maka rasa kepercayaan diri akan menjadi kebiasaan bagi anak. Dari kebiasaan tersebut akan membentuk sikap kepercayaan diri anak. Melalui kegiatan menari kreatif diduga dapat meningkatkan kepercayaan diri anak. Untuk itulah Penulis melakukan penelitian meningkatkan kepercayaan diri melalui kegiatan menari kreatif, agar sejak dini kepercayaan diri anak

dapat dikembangkan seoptimal mungkin.

### **Kepercayaan Diri**

Hakim dalam Rahayu (2013: 63) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang membuat kemampuan untuk mencapai berbagai tujuan hidup. Pemily dalam Desmita (2009:164) mengatakan bahwa konsep diri sebagai sistem yang dinamis dan kompleks dari keyakinan yang dimiliki seseorang tentang dirinya, termasuk sikap, perasaan, persepsi, nilai-nilai dan tingkah laku yang unik dari individu tersebut. Feldman dalam Yamin dan Sanan (2013: 13) mengatakan konsep diri merupakan penerimaan diri seseorang akan dirinya sendiri atau tingkatan penilaian orang tentang harga diri seorang yang menghargai dirinya apa adanya.

Lie dalam Rahayu (2013: 69) juga mengemukakan tentang ciri-ciri perilaku yang mencerminkan kepercayaan diri tinggi, yakni kepada diri sendiri, tidak tergantung pada orang lain, tidak ragu-ragu merasa diri berharga, tidak menyombongkan diri,

dan memiliki rasa keberanian untuk bertindak.

Serupa dari pendapat, Lautser memaparkan secara terperinci bahwa ciri-ciri dari kepercayaan diri yaitu tidak mementingkan diri sendiri, cukup toleran, tidak membutuhkan dukungan orang lain secara berlebihan, bersikap optimis, dan gembira.

Sejalan dengan pendapat sebelumnya, Maslow mengemukakan bahwa kepercayaan diri memiliki kemerdekaan psikologis, yang berarti kebebasan mengarahkan pikiran dan mencurahkan tenaga berdasarkan pada kemampuan dirinya, untuk melakukan hal-hal yang bersifat produktif, menyukai pengalaman baru, suka menghadapi tantangan, pekerjaan yang efektif, dan bertanggung jawab dengan tugas yang diberikan.

Lain halnya dengan Bandura dalam Santrock (2009: 216) efikasi diri (*self-efficacy*) keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai sesuatu dan memberikan hal positif. Menurutnya efikasi diri dapat menentukan siswa akan berprestasi

atau tidak. Tiga jenis kepercayaan diri yang perlu dikembangkan pada anak, antara lain: (1) *Tingkah laku*, merupakan kepercayaan diri untuk mampu bertindak dan menyelesaikan tugas-tugas yang paling sederhana. Misalnya ketika guru memberikan tugas menari kreatif di depan kelas, anak mampu melakukannya; (2) *Emosi*, merupakan kepercayaan diri untuk yakin dan mampu menguasai seluruh sisi emosi. Maksudnya, ketika anak diberi tugas untuk menari kreatif, emosi anak terlihat sangat antusias dan penuh kegembiraan; dan (3) *Spiritual (agama)*, merupakan keyakinan bahwa hidup ini memiliki tujuan positif. Dalam hal ini anak diajarkan konsep keagamaan yang dianutnya dalam kegiatan sehari-hari. Misalnya, kegiatan menari kreatif meniru gerakan binatang, tumbuh-tumbuhan, air yang mengalir ombak yang bergelombang itu menunjukkan kebesaran Sang Pencipta.

Dari definisi para ahli tersebut dapat disintesis bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan yang

bersifat kompleks dan dinamis yang dimiliki seseorang untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Keyakinan tersebut dapat berupa berupa tingkah laku, emosi dan spiritual. Keyakinan yang ada ini senantiasa tercermin dalam kehidupan sehari-hari. Anak yang memiliki rasa kepercayaan diri memiliki ciri-ciri yaitu tidak mementingkan diri sendiri, cukup toleran, tidak membutuhkan dukungan orang lain secara berlebihan, bersikap optimis, gembira, yang bersifat produktif, menyukai pengalaman baru, suka menghadapi tantangan, pekerjaan yang efektif dan bertanggung jawab dengan tugas yang diberikan.

### **Menari Kreatif**

Kasudiardjo (1992: 11) mengatakan kesenian adalah bagian dan kebudayaan. Seni tari adalah salah satu bagian dan kesenian arti tari adalah keindahan gerak anggota-anggota badan manusia yang bergerak, berirama dan berjiwa atau dapat diberi arti bahwa seni tari adalah keindahan bentuk anggota badan manusia yang

bergerak, berirama dan berjiwa yang harmonis.

Menurut Hawkins (1990: 2) tari adalah ekspresi jiwa manusia yang diubah oleh imajinasi dan diberi bentuk melalui media gerak sehingga bentuk gerak yang simbolis dan sebagai ungkapan pencipta. Dalam bahasa lain dapat kita ungkapkan bahwa tari merupakan ungkapan ekspresi jiwa yang digambarkan dalam bentuk gerak. Menurut Tim Estetika (2000: 10) merupakan salah satu cabang seni yang menggunakan gerak tubuh sebagai alat ekspresi. Jadi gerak tubuh merupakan media untuk mengekspresikan diri.

Senada dengan Soedarsono (2000:4-5) yang mengatakan bahwa tari adalah desakan perasaan manusia tentang "sesuatu" yang disalurkan melalui gerak-gerak ritmis yang indah. Artinya Tari merupakan bentuk komunikasi perasaan manusia yang diekspresikan melalui gerakan sehingga orang yang menonton akan mengerti. Namun dalam gerakan-gerakan badan mengandung ritmis

yang indah yang berfungsi untuk menari kreatif perhatian penonton.

Menurut Suryodiningrat (1980: 90) tari juga didefinisikan sebagai gerakan dari seluruh bagian tubuh manusia yang disusun selaras dengan irama musik dan memiliki maksud tertentu. Menari kreatif adalah menyamakan antara gerak dan irama musik. Hal ini senada dengan Soeryobrongoto (1987: 87) yang mengatakan bahwa tari merupakan gerak anggota tubuh yang selaras dengan bunyi musik. Menari kreatif adalah setiap gerakan-gerakan harus selaras antara irama dan gerak.

Dari berbagai pendapat para ahli tersebut dapat disintesis bahwa tari kreatif adalah keindahan bentuk anggota badan manusia yang bergerak, berirama dan berjiwa yang harmonis yang merupakan ekspresi jiwa yang diwujudkan dalam gerak yang selaras dengan musik sehingga menarik perhatian penonton.

## **METODE PENELITIAN**

Metode dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan yang menggunakan model Kemmis dan Taggart. Yang terdiri dari empat komponen, yaitu: perencanaan (*planning*), tindakan (*acting*), pengamatan (*observing*), dan refleksi (*reflecting*).

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan (a) Observasi Pemantau Tindakan pada anak dan guru (b) Wawancara dan (c) Dokumentasi.

Jenis instrumen yang digunakan adalah menggunakan non tes berupa lembar observasi, yang terdiri dari, lembar observasi pemantauan tindakan.

Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah melalui dua cara yaitu teknik analisis kuantitatif deskriptif dan data kualitatif. Statistika deskriptif untuk membandingkan hasil yang diperoleh dari siklus pertama dan siklus kedua berupa rata-rata angka hitung (*mean*) dan perhitungan/pengukuran berbentuk

prosentase. Analisis data kualitatif dilakukan terhadap data yang dikumpulkan melalui wawancara, catatan lapangan peneliti, dan refleksi. Analisis data kualitatif menggunakan teknik menurut Miles dan Huberman (1992: 16-20) yang terdiri dari: data *reduction*, data *display*, data *concluding drawing/verification*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1. Grafik Kepercayaan Diri Pra Siklus

Grafik tersebut menggambarkan bahwa kepercayaan diri di TK Satu Atap Kramat Jati 25 yaitu persentase 32, 57 %. Setelah mengetahui hasil peneliti bersama kolaborator melakukan analisis dan berdiskusi tentang hasil dari assesmen pra siklus. Setelah dianalisa secara

Hasil penelitian dan pembahasan menunjukkan bahwa kepercayaan diri meningkat dari tiap siklusnya.

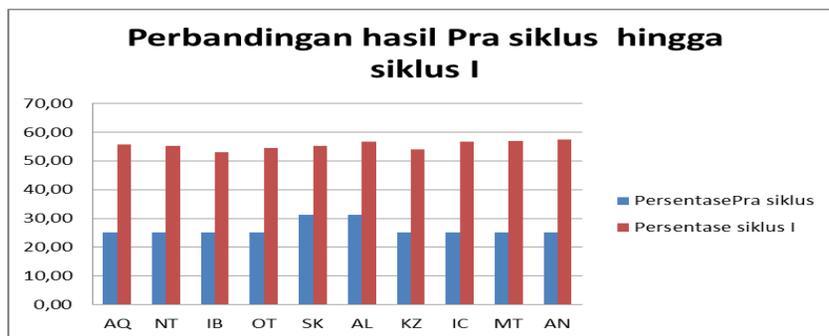
### Pra-Siklus

Dari data kepercayaan diri pada anak pra-penelitian dapat disajikan dalam bentuk grafik maka hasilnya sebagai berikut:

mendalam. Maka peneliti dan kolaborator memutuskan untuk melaksanakan tindakan intervensi yaitu pelaksanaan siklus I karena nilai hasil assesmen pra siklus berada dibawah *das sein* dan masih jauh dari standar keberhasilan yang

telah disepakati antara kolaborator dan peneliti yakni 71%.

## Siklus I



Gambar 2. Grafik Hasil Asesmen Kepercayaan Diri Siklus I

Berdasarkan hasil tabel dan grafik di atas, diperoleh data tentang peningkatan kepercayaan melalui tari kreatif pada Pelaksanaan anak pada siklus I. Secara klasikal sebesar persentase 55,52 % artinya pelaksanaan pada siklus I belum mencapai kriteria keberhasilan yang telah disepakati diawal bersama kolaborator dan *mastery learning* yang ada di sekolah yakni sebesar 71%.

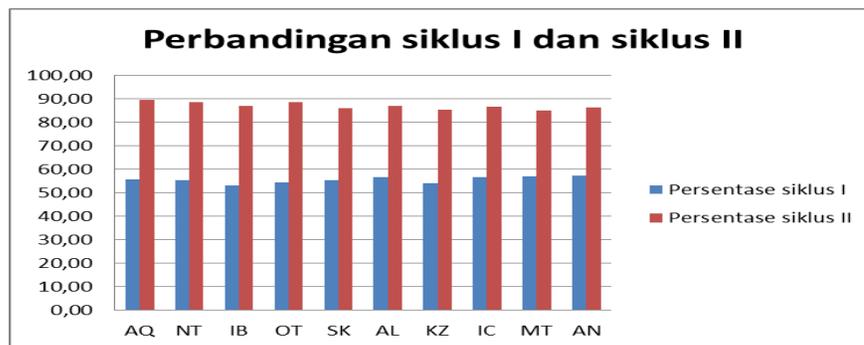
Maka peneliti melanjutkan ke siklus II namun sebelum melanjutkan Peneliti dan kolaborator melakukan refleksi setelah pelaksanaan siklus I telah selesai dilaksanakan. Ada

beberapa hal yang menjadi bahan refleksi peneliti dan kolaborator pada siklus I baik itu berupa kelemahan maupun kelebihan. Adapun hasil refleksi tersebut, yaitu:

- Anak duduk belum membentuk *huruf U* karena mereka penasaran dengan gambar lebah dan film lebah yang diputar oleh guru
- Ketika guru menjelaskan ada anak yang tidak peduli dengan penjelasan guru.
- Guru tidak menyampaikan tema pembelajaran pada saat akan mulai mengajar.

- d) Guru belum memberikan kesimpulan
- e) Anak-anak bermain-main dilayar saat penayangan film sehingga mengganggu penjelasan guru.

## Siklus II



**Gambar 3. Grafik Hasil Asesmen Kepercayaan Diri Siklus II**

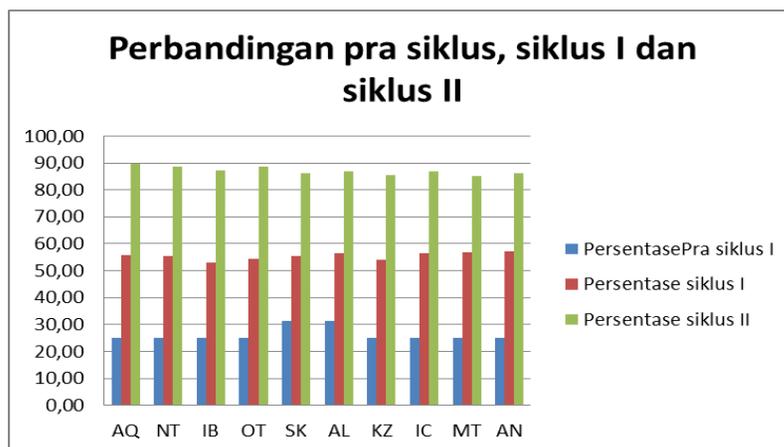
Berdasarkan hasil tabel dan grafik di atas, diperoleh data tentang peningkatan kepercayaan melalui tari kreatif pada pra-siklus yang mencapai persentase 26,25 % pada siklus I sebesar persentase 55,52 % sedangkan pada siklus II sebesar 87,05 % artinya pelaksanaan peningkatan kepercayaan diri mencapai kriteria keberhasilan yang telah disepakati di awal bersama kolaborator dan *mastery learning* yang ada di sekolah yakni sebesar 71%.

Hasil asesmen kepercayaan diri dari pra siklus, siklus I hingga siklus II

dapat dilihat pada gambar 4. Berdasarkan data di atas terlihat bahwa skor rata-rata persentase sebesar 26,25% pada pra siklus. kemudian mengalami peningkatan pada siklus I 29,27 % sehingga menjadi 55,52 %, selanjutnya dari siklus I ke Siklus II Kepercayaan diri pada anak mengalami peningkatan sebesar 31,53 % menjadi sebesar 87,05 %. Sehingga total peningkatan kepercayaan diri melalui tari kreatif dari pra siklus, siklus I sampai siklus II sebesar 60,08 %.

Berdasarkan perolehan data secara kuantitatif dan kualitatif, hasil Penelitian ini telah membuktikan

bahwa tari kreatif dapat meningkatkan kepercayaan diri pada anak TK B Satu Atap Kramat Jati 25 Jakarta Timur.



**Gambar 4. Grafik Perbandingan Kepercayaan Diri dari Pra Siklus, Siklus I dan Siklus II**

Pada akhir pra siklus, siklus I dan II Peneliti dan kolaborator melakukan perhitungan terhadap hasil observasi peningkatan kepercayaan diri. Berdasarkan data hasil tindakan yang telah dilakukan terhadap 10 responden, pada saat pra siklus diketahui bahwa kepercayaan diri anak diperoleh rata-rata persentase 26,25 % pada siklus I diperoleh 55,52 % jadi dari pra siklus hingga siklus I meningkat sebesar 29,27 %. Pada

siklus II diperoleh persentase sebesar 87,05 % maka dari siklus I ke siklus II meningkat sebesar 31,53 %, sehingga apabila dihitung terjadi peningkatan sebesar 60,80 % dari pra siklus hingga siklus II.

Bila ditinjau dari berbagai kajian ilmu maka kepercayaan diri melalui tari kreatif ada hubungannya dengan berbagai disiplin ilmu. Dalam bidang pendidikan misalnya teori Piaget menjelaskan bahwa anak yang

berusia 2-7 tahun anak mulai mempersentasikan dunia dengan kata-kata dan gambar-gambar. Kata dan gambar menunjukkan adanya peningkatan pemikiran simbolis dan melampaui batas hubungan informasi sensor dan tindakan fisik. Ketika anak-anak kepercayaan diri dia akan berani mengemukakan ide dan gagasan yang dimilikinya di depan orang banyak.

Dalam teori pembelajaran yang dikemukakan John Dewey mengatakan bahwa *learning by doing* (belajar dengan melakukan). Mengajarkan karakter anak tidak hanya cukup dengan kata-kata tapi dapat dilakukan dengan gerakan atau dengan menari karena dengan kegiatan menari mereka akan tampil dihadapan orang banyak.



**Gambar 5. Bagan Multidisipliner Kepercayaan diri melalui tari kreatif**

Dalam ilmu sosial misalnya sebagaimana Edwi (2011: 83) mendefinisikan sosiologi adalah ilmu yang mempelajari hubungan sosial antara sesama manusia (individu dan individu), antara individu dan ide-ide social. Penelitian ini akan bermanfaat untuk kesuksesan anak dalam bersosialisasi dengan lingkungan karena dengan anak kepercayaan diri yang baik maka akan memudahkan mereka berinteraksi dengan siapapun.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dalam pembahasan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut: Proses peningkatan kepercayaan diri pada anak TK B Satu Atap Kramat Jati 25 Jakarta Timur melalui tari kreatif. Adapun pengembangan dalam proses pembelajaran peningkatan kepercayaan diri menggunakan media-media gambar dan film lebah pada siklus I, pada siklus II anak melatih kepercayaan

dirinya dengan menarikan tari kreatif bertema lebah. Hasil dari tari kreatif dapat meningkatkan kepercayaan diri. Berdasarkan data hasil tindakan yang telah dilakukan terhadap 10 responden, pada saat pra siklus diketahui bahwa kepercayaan diri anak diperoleh rata-rata persentase 26,25 % pada siklus I diperoleh 55,52 % jadi dari pra siklus hingga siklus I meningkat sebesar 29,27 %. Pada siklus II diperoleh persentase sebesar 87,05 % maka dari siklus I ke siklus II meningkat sebesar 31,53 %, sehingga apabila dihitung terjadi peningkatan sebesar 60,80 % dari pra siklus hingga siklus II.

## SARAN

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi di atas, adapun yang dapat disampaikan sebagai berikut:

1. Bagi guru diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini sehingga akan berguna untuk sekolah
2. Bagi orang tua, diharapkan dapat menanamkan kepercayaan diri sejak dini.

3. Bagi Peneliti lain diharapkan mau mengembangkan penelitian ini dan lebih banyak memperkaya sumber-sumber yang mendukung baik itu secara nasional atau internasional

## DAFTAR PUSTAKA

- Desmita, *Psikologi Perkembangan* Bandung: Rosdakarya, 2009
- Hawkins, Alma *Mencipta Lewat Tari* terj. Sumandiyo Hadi, Yogyakarta: ISI, 1990
- M. Jazuli, Soeyobrongoto, *Kebudayaan*, Bandung: STSI Press, 1987.
- Rahayu, Aprianti Yovita *Menumbuhkan Kepercayaan Diri Melalui Bercerita* (Jakarta: Indeks, 2013), h. 63.
- Tilaar, HAR *Pedagogik Teoritis untuk Indonesia*, Jakarta: Kompas Gramedia, 2015
- Sanan, Sabri dan Martinis Yamin dan Jamilah, *Panduan PAUD: Pendidikan Anak Usia Dini* Jakarta: Gaung Presada Press Group, 2013
- Kassuardjo, Bagong, *Bagong Kussuardja Dari Klasik Hingga Kontemporer* Yogyakarta: Padepokan Press
- Tim Dosen Estetika, Estetika (Jakarta: Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Jakarta, 2000
- Soedarsono, et al, *Indonesia Indah: Tari Tradisional Indonesia*, Jakarta: Harapan Kita TMII/BP
- Soeryadiningrat, *Babad lan Mekaring Djoget Djawi*, Yogyakarta: Kombuning, 1980.