

## Dampak Pelatihan Tari terhadap Rasa Percaya diri Siswa di SMAN 4 Pariaman

<sup>1</sup>Nashiwa Natania Salsabilla, <sup>2</sup>Indrayuda

<sup>1,2</sup> Universitas Negeri Padang

Alamat: Jl. Prof. Dr. Hamka, Air Tawar Barat, Padang, Indonesia

Korespondensi penulis: [natanianashiwa@gmail.com](mailto:natanianashiwa@gmail.com)

**Abstract.** *This study aims to find out how dance training has an impact on students' confidence at SMAN 4 Pariaman. This type of research is qualitative research with a descriptive method. The research instrument is the researcher himself and is assisted by supporting instruments such as stationery and cameras. Data were collected through literature studies, observations, interviews and documentation. The steps to analyze data are data collection, data reduction, data presentation and data verification. The results of the study showed that there was an increase in students' confidence when participating in dance training in dance extracurricular activities at SMAN 4 Pariaman which was influenced by optimistic, objective and responsible indicators. From the optimistic indicator, it can be seen that students have more willingness and do certain activities, students when they get new material, they look very eager to try and practice it well. From the objective indicators of impartial, fair and open students, students are able to make good friends with anyone and are also able to be fair to their peers. And from the responsibility indicator, being able to complete the tasks given and keep the promises according to the agreement, students who have tasks given by their coach always complete them on time and always follow whatever directions the coach tells them to do. So it can be concluded that the dance training carried out is able to increase students' confidence.*

**Keywords:** *impact, dance training, confidence*

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana dampak pelatihan tari terhadap rasa percaya diri siswa di SMAN 4 Pariaman. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan metode deskriptif. Instrumen penelitian ini adalah peneliti sendiri dan dibantu dengan instrumen pendukung seperti alat tulis dan kamera. Data dikumpulkan melalui studi pustaka, observasi, wawancara dan dokumentasi. Langkah-langkah menganalisis data adalah pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan verifikasi data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kepercayaan diri siswa saat mengikuti pelatihan tari dalam kegiatan ekstrakurikuler seni tari di SMAN 4 Pariaman yang dipengaruhi oleh indikator optimis, objektif dan tanggung jawab. Dari indikator optimis, terlihat dari siswa memiliki kemauan yang lebih dan melakukan kegiatan yang pasti, siswa saat mendapatkan materi baru, mereka terlihat sangat ingin mencoba dan mempraktikkannya dengan baik. Dari indikator objektif siswa tidak memihak, adil dan terbuka, siswa mampu berteman baik dengan siapapun dan mampu juga bersikap adil terhadap teman sebayanya. Dan dari indikator tanggung jawab, mampu menyelesaikan tugas yang diberikan dan menepati janji sesuai kesepakatan, siswa yang memiliki tugas yang diberikan pelatih mereka selalu menyelesaikannya tepat waktu dan selalu mengikuti apapun arahan yang di suruh pelatih. Maka dapat di simpulkan bahwa pelatihan tari yang dilakukan mampu meningkatkan rasa percaya diri siswa.

**Kata kunci:** dampak, pelatihan tari, percaya diri

### 1. LATAR BELAKANG

Percaya diri adalah kemampuan dalam meyakinkan diri pada kemampuan yang kita miliki atau kemampuan untuk mengembangkan penilaian positif baik untuk diri sendiri atau orang sekitar. Kepercayaan diri adalah sesuatu tingkatan rasa sugesti tertentu yang berkembang dalam diri seseorang sehingga merasa yakin dalam berbuat sesuatu. Dari hal tersebut tentu dapat di kaji bahwa percaya diri memiliki peran yang penting dalam kesuksesan seseorang dalam melakukan suatu tugas atau kegiatan. Keinginan untuk terus belajar dan mengetahui berbagai hal harus dipertahankan guna untuk bertahan hidup (Maclellan, 2013), sehingga anak

dengan kepercayaan diri tinggi lebih biasa mengenali kemudian percaya pada diri sendiri, mengerti seperti apa dirinya dan mampu melakukan banyak hal dengan baik.

Percaya diri merupakan bagian dari pendidikan karakter dan kepribadian siswa. Pendidikan karakter harus ditanamkan semenjak dini, melalui berbagai kegiatan, salah satunya kegiatan pelatihan tari. Pelatihan tari dapat dilakukan diluar sekolah maupun dalam sekolah. Seperti pelatihan tari yang ada di SMAN 4 Pariaman. Kegiatan pelatihan tari ini sengaja diselenggarakan oleh pihak sekolah karena lemahnya rasa percaya diri siswa SMAN 4 Pariaman dalam pengembangan diri. Dengan adanya pelatihan seni tari yang diajarkan oleh guru bisa membantu untuk menunjang rasa percaya diri siswa. Percaya diri menjadi satu dari pendidikan karakter. Pasalnya orang yang percaya diri yakin atas kemampuan yang dimilikinya serta memiliki pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan mereka belum terwujud mereka tetap berfikir secara positif. Percaya diri juga merupakan kondisi mental atau psikologis di seseorang yang memberi keyakinan kuat pada diri sendiri untuk berbuat sesuatu (Ita Rohayati, 2014).

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa percaya diri adalah penilaian positif terhadap diri sendiri mengenai kemampuan yang ada dalam dirinya untuk menghadapi berbagai situasi dan tantangan serta kemampuan mental untuk mengurangi pengaruh negatif dari keragu-raguan yang mendorong individu untuk meraih keberhasilan atau kesuksesan tanpa tergantung kepada pihak lain dan bertanggung jawab atas keputusan yang telah ditetapkannya.

Pelatihan ialah upaya yang dilakukan oleh organisasi (instansi pemerintahan, lembaga swadaya masyarakat, perusahaan) untuk mencukupi kebutuhan atau mencapai tujuan organisasi sedemikian rupa sehingga pelatihan dapat dikatakan sebagai kegiatan pembelajaran, dengan bantuan yang dilakukan organisasi, terbentuk perilaku yang lebih baik sebagaimana diinginkan oleh organisasi (Sudjana, 2007: 4).

Pelatihan tari merupakan proses pembelajaran yang terjadi di luar sistem persekolahan, baik dilaksanakan secara mandiri maupun sebagai bagian penting dari kegiatan sekolah yang dilaksanakan. Pelatihan tari sangat berguna bagi anak-anak untuk menunjukkan minat dan bakat menari mereka.

Tari adalah percampuran gerak yang berirama dan indah dari seluruh bagian tubuh, baik yang spontan yang dilakukan dengan baik, dikoordinasikan secara cermat dengan ekspresi atau gagasan tertentu yang selaras dengan musik, untuk memberikan kesenang atau pengakuan kepada pelaku (Jazuli, 1994: 13). Menurut Soedarsono (1986) tari adalah kegiatan kreatif dan konstruksi yang dapat menimbulkan intensitas emosional dan makna. Sebagai ekspresi seni tari dapat berkomunikasi dengan penghayatnya melalui media gerak bersama frase-frase ekspresif.

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.

Pendidikan itu penting untuk menjadikan manusia yang seutuhnya, dengan pendidikan maka manusia akan mendapatkan pengetahuan, dan dengan pendidikan kita bisa mengetahui sesuatu yang tidak diketahui sebelumnya. Pendidikan adalah pilar utama dalam kemajuan suatu bangsa, serta tanpa pendidikan suatu bangsa juga akan hancur. Dunia pendidikan diharapkan mampu mewujudkan cita-cita bangsa dan tujuan pendidikan nasional. bertujuan untuk berkembangnya potensi seseorang tidak terwujud begitu saja apabila tidak diupayakan dan seberapa jauh individu tersebut mengupayakan sehingga bisa mewujudkan potensinya menjadi aktual dan terwujud dalam sikap kepribadiannya.

Pendidikan juga bertujuan untuk membantu siswa mengembangkan potensinya sehingga menjadi manusia yang lebih berbudaya, lebih baik, dan lebih manusiawi. Pada setiap penyelenggara pendidikan khususnya di sekolah, pendidikan karakter yang dimiliki siswa sangatlah penting dalam perkembangan siswa. Penyelenggaraan pendidikan di lapangan hendaknya mampu memberikan perhatian terhadap semua ranah hasil belajar siswa.

Pengembangan pribadi pada siswa menjadi aspek krusial dalam membangun generasi yang tangguh dan percaya diri. Rasa percaya diri merupakan landasan penting dalam menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, memfokuskan perhatian pada pelatihan tari sebagai sarana pengembangan diri pada siswa menjadi suatu keputusan yang strategis dan berpotensi memberikan dampak positif yang signifikan.

Pelatihan tari bukan hanya sekadar aktivitas fisik, melainkan juga merupakan sarana untuk membentuk karakter dan kepribadian siswa. Melalui ekspresi gerakan tubuh, siswa dapat mengasah keterampilan motorik, meningkatkan kreativitas, dan yang tak kalah penting, membangun rasa percaya diri. Penampilan di depan publik, baik itu dalam latihan rutin atau pertunjukan, memberikan pengalaman berharga yang secara bertahap memperkuat keyakinan diri mereka.

Percaya diri menjadi salah satu cara Pendidikan karakter. Palsunya orang yang percaya diri yakin akan kemampuan yang dimilikinya serta mampu menampilkan dirinya di depan khalayak umum, bahkan Ketika harapan mereka belum terwujud mereka tetap berfikir secara

positif. Hal ini terbukti bahwa, orang yang memiliki percaya diri tinggi tidak memperoleh semuanya tanpa adanya proses. Kepercayaan diri dibentuk sejak kecil dengan didikan dari orang tua, sekolah dan lingkungan yang sangat berpengaruh. Percaya diri yang tinggi juga merupakan kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada diri sendiri untuk berbuat sesuatu (Fitria, 2019).

Pembentukan karakter dalam menari sangat dibutuhkan. Karena, dengan adanya pembentukan karakter maka siswa akan lebih percaya diri dalam menunjukkan minat dan bakat yang dimilikinya. Pembina dapat dilibatkan sebagai pembentukan karakter pada siswa, dengan cara pelatihan menari yang teratur agar menjadi kokoh dan kuat. Ada sembilan karakter dasar yang dikembangkan untuk pendidikan karakter di Indonesia. 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, dan rendah hati; (9) toleransi, cinta damai dan persatuan” (Megawangi, R. 2010).

Orang yang memiliki rasa percaya diri berarti orang tersebut mampu menyesuaikan diri dan mampu berkomunikasi di berbagai situasi, dan kondisi dimanapun, orang percaya diri memiliki kemampuan bersosialisasi. Rasa percaya diri yang dimaksud adalah keyakinan atas segala kelebihan yang dimiliki dalam diri anak, dengan keyakinan itu membuat diri anak mampu mencapai keinginan dalam hidupnya.

Dalam pendidikan harus ada perkembangan dari jasmani dan rohani anak. Berbagai kegiatan yang disajikan oleh sekolah untuk mendorong anak menampilkan minat dan bakat, salah satunya adalah pelatihan seni tari. Pelatihan seni tari ini menjadi media pengungkapan pengalaman kreatif yang unik. Selain menjadi media pengungkapan kreativitas pada anak pelatihan seni tari juga mempunyai manfaat yang sangat besar dalam pembentukan sikap, kepribadian, tingkah laku, dan moral terhadap dirinya sendiri maupun dalam lingkungan pergaulan.

Kesenian salah satu bentuk nilai keindahan. Kesenian juga merupakan salah satu upaya manusia untuk bersatu dengan lingkungan sekitar. Oleh karena itu berbagai macam bentuk kegiatan kesenian, terlihat bahwa kesenian sebagai wujud usaha manusia untuk memenuhi kebutuhan aktualisasi sendiri. Pelatihan seni tari tidak hanya memiliki manfaat untuk menjadikan anak seniman tari, tetapi di sisi lain memiliki manfaat untuk kepribadian anak, diantaranya yaitu membantu meluapkan rasa emosionalnya, membantu menghilangkan perasaan yang kacau, membantu menghilangkan rasa takut dalam diri, membantu meluapkan

kekecewaan, memberi kan rasa kepercayaan diri yang lebih, serta mendorong anak agar selalu berbuat positif.

Pelatihan tari merupakan kegiatan tambahan yang menyajikan kesempatan kepada siswa untuk memperoleh pengalaman-pengalaman pendidikan didalam sekolah maupun luar sekolah. Pelatihan tari yang sengaja diselenggarakan oleh pihak sekolah ini juga sebagai penyaluran potensi, bakat dan minat siswa yang memiliki jiwa seni yang tinggi.

Berdasarkan pengamatan awal penulis melakukan observasi yang dilakukan di SMAN 4 Pariaman. Penulis mengamati siswa yang sedang mengikuti proses latihan bersama pelatih yang sudah disediakan oleh pihak sekolah. Pelatihan tari ini di ikuti oleh siswa kelas X,XI, dan XII. Jumlah siswa yang aktif dalam ekstakulikuler ini 13 siswa. Dari yang penulis lihat siswa masih kurang percaya diri, mereka bersemangat hanya saat gerakan baru diberikan oleh pelatih. Dilihat dari cara siswa saat berproses, siswa yang masih takut untuk bertanya pada pelatih, siswa yang masih malu untuk berekspresi, dan siswa yang masih ragu untuk bergerak dengan luas. Selain itu, menurut guru seni budaya siswa masih kurang berani atau masih ragu-ragu untuk tampil ke depan kelas atau panggung bila di minta menampilkan sebuah tarian yang sudah diajarkan pada siswa oleh pelatih di SMAN 4 Pariaman.

## **2. KAJIAN TEORITIS**

### **Pelatihan**

Menurut Mondy (2008:210) pelatihan merupakan serangkaian aktivitas yang dirancang guna memberi pengetahuan dan keterampilan yang dibutuhkan para pembelajar untuk dapat melaksanakan pekerjaan mereka pada saat itu. Pelatihan adalah sebuah proses pembelajaran yang melibatkan perolehan, keahlian, atau sikap untuk meningkatkan kemampuan di dalam penguasaan materi (Hadyana Pujaatmaka: 2001:283).

### **Seni Tari**

Menurut Indrayuda (2013:5) Tari adalah suatu aktivitas manusia yang diungkapkan melalui gerak dan ekspresi terencana, tersusun dan terpola dengan jelas. Menurut Soedarsono (1984:3) mengatakan bahwa tari adalah ekspresi jiwa manusia yang dituangkan melalui gerak yang ritmis dan indah. Tari adalah gerak-gerak yang dibentuk secara ekspresif yang diciptakan oleh manusia untuk dapat dinikmati dan dirasakan. Sedangkan menurut Kasudiardjo (1992: 11) kesenian adalah bagian dan kebudayaan. Soedarsono (1986:81) bahwa tari adalah salah satu cabang kebudayaan substansi materi bukunya adalah gerak. Gerak yang dimaksud adalah gerak yang telah terlatih dan disusun secara seksama untuk menyatakan tata laku dan tata rasa orang maupun makhluk.

## **Rasa Percaya Diri**

Menurut Loekmono (2008) kepercayaan diri adalah sikap positif seseorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang dapat menyenangkan bagi orang lain (Ghufron, 2010:34).

### **3. METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan metode deskriptif. Moleong (2010:4) menyatakan bahwa “penelitian kualitatif bersifat deskriptif, yang akan menyajikan data-data melalui kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati”. Instrumen penelitian ini adalah peneliti sendiri dan dibantu dengan instrumen pendukung seperti alat tulis dan kamera. Data dikumpulkan melalui studi pustaka, observasi, wawancara dan dokumentasi. Langkah-langkah menganalisis data adalah pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan verifikasi data.

### **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **Dampak Pelatihan Tari terhadap Rasa Percaya Diri Siswa**

Wawancara yang dilakukan peneliti terhadap 13 siswa yang mengikuti kegiatan pelatihan tari mengenai sikap optimis, objektif dan tanggung jawab dapat disimpulkan bahwa pelatihan tari berdampak terhadap rasa percaya diri siswa, hal ini dapat dilihat saat pelatih memperagakan gerakan mereka terlihat bersungguh-sungguh memperhatikan pelatih, saat pelatih menyuruh siswa untuk menampilkan gerakan mereka bisa mempraktekan dengan baik sesuai dengan yang di ajarkan oleh pelatih dan teknik yang bagus, berani tampil dengan rasa percaya diri mereka masing-masing.

Berdasarkan data pengamatan pada saat pelatihan kegiatan ekstrakurikuler tari ini siswa cukup berinteraksi dengan pelatih dan saling terbuka. Ketika siswa bertanya kepada pelatih tentang materi baru yang diajarkan dan pelatih selalu membenarkan teknik gerakan siswa yang salah. Siswa juga selalu menyelesaikan tugas yang diberikan pelatih. Berdasarkan demonstrasi gerak secara individu, siswa selalu mempraktekan gerak selama pelatihan berlangsung dan pada saat demonstrasi kelompok siswa terlihat saling tolong menolong siswa lainnya yang tidak bisa melakukan gerakan dengan benar. Maka dari itu siswa menjadi merasa percaya diri dan tidak ada keraguan lagi untuk tampil kedepan.

Dengan demikian terdapat pengaruh pelatihan tari terhadap rasa percaya diri siswa diantaranya adalah siswa menjadi lebih antusias dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tari. Siswa menjadi lebih percaya diri saat ditunjuk untuk tampil kedepan dan ketika mengikuti pelajaran di dalam kelas, siswa lebih terbuka dan bergaul dengan siapa saja, tidak hanya pertumbuhan fisik yang mereka dapatkan tetapi juga mental mereka.

### **Analisis Data**

#### **a. Sikap Optimis**

Sikap optimis merupakan sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya. Sikap optimis salah satu aspek yang menunjang rasa percaya diri seseorang dalam melakukan suatu kegiatan. Dengan adanya pelatihan tari dalam kegiatan ekstrakurikuler tari siswa SMAN 4 Pariaman memiliki sikap optimis sehingga menimbulkan rasa percaya diri pada siswa.

Berdasarkan pengamatan dan wawancara peneliti dari awal pertemuan sampai dengan akhir pertemuan semua siswa mengalami peningkatan sikap. Wawancara dengan Aura Gina Samara dan Chaselsa Audra Putri siswa kelas XII.3 yang mengikuti kegiatan pelatihan tari mengatakan bahwa kegiatan pelatihan tari ini membuat dirinya merasa lebih yakin dan percaya diri dalam kegiatan ekstrakurikuler tari. Sikap optimis dari siswa juga dapat dilihat pada siswa lainnya yang mengikuti kegiatan pelatihan tari. Saat belajar gerakan baru dari pelatih, mereka terlihat sangat antusias dalam mencoba dan mempraktekannya dengan baik. Siswa terlihat berusaha untuk berlatih menari dan selalu ingin mencoba. Hal ini telah mencerminkan adanya sikap optimis pada diri siswa, seperti ketertarikan siswa terhadap materi baru yang akan di ajarkan.

#### **b. Sikap Objektif**

Sikap objektif adalah orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri. Hal ini berkaitan dengan kegiatan pelatihan tari yang dilakukan di SMAN 4 Pariaman.

Berdasarkan pengamatan peneliti dari pertemuan awal sampai dengan pertemuan akhir sebagian siswa memiliki sikap objektif. Hal ini terbukti dari wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan beberapa siswa yang mengikuti kegiatan pelatihan tari ini. Seperti wawancara dengan Nesya Paradita dan Sri Delvia mengatakan bahwa dirinya lebih percaya diri jika menerapkan sikap objektif dalam kegiatan ekstrakurikuler, begitu juga dengan Aulia Putri Ramadhani dan Niken Oktavia mereka juga merasa dirinya lebih percaya diri saat menerapkan sikap objektif.

Sikap objektif yang dimaksud dilihat dari siswa yang tidak memihak, adil dan terbuka. Hal ini juga terlihat dari peserta didik yang mampu berteman baik dengan siapapun dan juga mampu bersikap adil. Peserta didik juga mampu menyelesaikan masalah dan terbuka dengan pelatih maupun dengan temannya. Mereka yang sering menggali informasi melalui tanya jawab, baik dengan pelatih maupun temannya, terkadang mereka terlihat sering saling tolong menolong dalam proses latihan.

c. Sikap Tanggung Jawab

Sikap tanggung jawab adalah melakukan semua tugas dan kewajiban dengan sungguh-sungguh, siap menanggung segala resiko atas perbuatan sendiri. Rasa percaya diri siswa dapat dibangun dengan cara menumbuhkan sikap bertanggung jawab pada siswa. Berkaitan dengan penelitian ini sikap tanggung jawab juga diperlukan pada saat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tari. Sikap tanggung jawab dalam pelatihan tari ini dilihat bagaimana siswa memenuhi tanggung jawabnya dengan melakukan tugas yang diberikan pelatih. Seperti menghafal gerakan yang telah diberikan pelatih dan mampu mempraktekannya dengan baik dan benar, maka siswa dinilai telah bertanggung jawab atas tugas yang diberikan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dari awal pertemuan sampai dengan akhir pertemuan 10 dari 13 siswa yang memiliki sikap tanggung jawab. Dapat dilihat dari pengamatan dan wawancara siswa sebagian besar mengikuti arahan dan melakukan tanggung jawab nya sebagai anggota ekstrakurikuler tari. Mendengarkan instruksi pelatih dan mempraktekannya dengan benar, lalu mengulang-ulang gerakan yang telah diajarkan pelatih di rumah sehingga saat di suruh menampilkan gerakan di pertemuan berikutnya siswa lancar dan hafal dengan gerakan tersebut. Selain itu, siswa mampu menerapkan sikap tanggung jawab selama kegiatan berlangsung.

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti yang dilakukan pada semester Juli – Desember tahun 2024. Dalam pembahasan ini kepercayaan diri siswa dalam melakukan pelatihan ekstrakurikuler tari ditinjau dari aspek rasa percaya diri yang terwakili melalui indikator yaitu optimis, objektif dan tanggung jawab.

Menurut Lauster (1992) bahwa kepercayaan diri berhubungan dengan kemampuan melakukan sesuatu yang baik. hal ini terlihat selama siswa mengikuti kegiatan pelatihan tari, saat mendapat materi ajar baru mereka terlihat sangat antusias dalam mengetahui hal tersebut. Keinginn siswa sangat kuat untuk mencoba hal baru dan mempraktekannya dengan baik. Hal ini mencerminkan adanya sikap optimis pada diri siswa, seperti ketertarikan siswa terhadap

materi yang akan dipelajari, selain itu siswa aktif bertanya kepada pelatih tentang apa yang belum mereka ketahui dan mereka pahami.

Selanjutnya rasa percaya diri siswa yang dilihat dari objektif siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tari terlihat dari indikator tidak memihak, adil dan terbuka. Hal tersebut dilihat dari siswa yang mau berteman dengan siapapun dan mampu bersikap adil. Siswa juga mampu menyelesaikan masalah dan terbuka dengan guru dan teman sebayanya. Siswa terlihat suka menggali informasi melalui tanya jawab, baik dengan pelatih maupun dengan teman sebayanya. Mereka juga tampak saling tolong menolong disaat teman yang lainnya butuh bantuan saat proses pelatihan tari berlangsung.

Selain itu, rasa percaya diri juga dilihat dari sikap tanggung jawab siswa yang mengikuti pelatihan tari. Terlihat mereka mampu menyelesaikan tugas dan menepati janji. Hal ini dapat dilihat ketika siswa diberi gerakan baru slalu pelatih meminta siswa agar mengulang-ulang gerakan dirumah supaya di pertemuan selanjutnya siswa hafal gerakan yang telah di berikan pelatih dan hasilnya siswa bisa melakukan itu berarti siswa telah mengikuti arahan dari pelatih. Selama pelatihan tari berlangsung siswa mendapatkan gerakan baru, mereka juga inisiatif menghafal gerakannya sendiri.

Berdasarkan indikator-indikator diatas maka terdapat 13 siswa yang memiliki sikap optimis, terdapat 10 siswa dari 13 siswa yang memiliki sikap objektif dan terdapat 10 siswa dari 13 siswa memiliki sikap tanggung jawab.

Siswa yang mengikuti pelatihan tari memiliki rasa percaya diri yang tinggi, mereka mampu mempraktekkan gerakan-gerakan yang telah diberikan dan menyelesaikannya dengan baik. Rasa percaya diri siswa muncul karena kemampuan dalam melakukan atau mengerjakan sesuatu. Sehingga percaya diri baru muncul setelah seseorang melakukan sesuatu pelajaran secara mahir dan melakukannya dengan cara memuaskan. Dilihat dari pelatihan tari yang bagus maka semakin bagus rasa percaya diri siswa. Hal ini sesuai dengan pendapat Purwatiningsih (2009), bahwa dalam pembelajaran seni tari mempunyai fungsi menunjang pendewasaan peserta didik.

Hal ini mempunyai fungsi yang edukatif. Fungsi-fungsi tersebut adalah membantu pertumbuhan dan perkembangan siswa. Membina perkembangan estetika dan membantu menyempurnakan kehidupan karena adanya kepercayaan diri siswa. Selain itu, aktivitas siswa dikelas mengalami kemajuan mereka yang awalnya malu-malu dan ragu-ragu untuk berpendapat, sekarang mengalami peningkatan meskipun tidak banyak. Dan siswa yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi cenderung memiliki banyak teman dan mudah bergaul dimanapun mereka berada.

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka disimpulkan bahwa terdapat peningkatan kepercayaan diri siswa saat mengikuti pelatihan tari dalam kegiatan ekstrakurikuler seni tari di SMAN 4 Pariaman yang dipengaruhi oleh indikator optimis, objektif dan tanggung jawab. Dari indikator optimis, terlihat dari siswa memiliki kemauan yang lebih dan melakukan kegiatan yang pasti, siswa saat mendapatkan materi baru, mereka terlihat sangat ingin mencoba dan mempraktikkannya dengan baik. Dari indikator objektif siswa tidak memihak, adil dan terbuka, siswa mampu berteman baik dengan siapapun dan mampu juga bersikap adil terhadap teman sebayanya. Dan dari indikator tanggung jawab, mampu menyelesaikan tugas yang diberikan dan menepati janji sesuai kesepakatan, siswa yang memiliki tugas yang diberikan pelatih mereka selalu menyelesaikannya tepat waktu dan selalu mengikuti apapun arahan yang di suruh pelatih. Maka dapat di simpulkan bahwa pelatihan tari yang dilakukan mampu meningkatkan rasa percaya diri siswa.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka disarankan: 1) bagi Kepala Sekolah dapat memberikan jam tambahan untuk kegiatan ekstrakurikuler seni tari, 2) guru mampu mengarahkan potensi siswa dan perkembangan siswa melalui ekstrakurikuler seni tari, 3) peserta didik agar mampu memaksimalkan kegiatan yang sudah disediakan oleh sekolah, salah satunya adalah mengikuti kegiatan ekstrakurikuler seni tari.

## DAFTAR REFERENSI

- Ade, N., Fitria, L., & Radyuli, P. (2019). Hubungan self disclosure dengan kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat di depan kelas X SMK Negeri 9 Padang. *Jurnal PTI (Pendidikan Teknologi Informasi)*.
- Arung, E. T., Kusuma, I. W., Purwatiningsih, S., Roh, S. S., Yang, C. H., Jeon, S., ... & Kondo, R. (2009). Antioxidant activity and cytotoxicity of the traditional Indonesian medicine Tahongai (*Kleinhovia hospita* L.) extract. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 2(4), 306-308.
- Ghufron, A. (2010). Integrasi nilai-nilai karakter bangsa pada kegiatan pembelajaran. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 1(3).
- Indrayuda. (2013). *Tari sebagai budaya dan pengetahuan*. Padang: UNP Press.
- Jazuli, M. (1994). *Telaah teoretis seni tari*. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Lauster. (1992). *Tes kepribadian* (terjemahan D. H. Gulo). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

- Loekmono, J. T. (2008). *Model-model konseling*. Salatiga: Widya Sari.
- Megawangi, R. (2010). *Pengembangan program pendidikan karakter di sekolah: Pengalaman sekolah karakter*. Jakarta: Indonesia Heritage Foundation (IHF).
- Moleong, L. J. (2010). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mondy, R. W. (2008). *Manajemen sumber daya manusia*. Jakarta: Erlangga.
- Rizka, M., Indrayuda, I., & Astuti, F. (2018). Pelatihan tari dalam pengembangan diri di SMA Pembangunan Laboratorium UNP Padang. *Jurnal Sendratasik*, 7(2), 12-16.
- Robbins, S. P., Tarigan, T., Molan, B., & Pujaatmaka, H. (2001). *Perilaku organisasi jilid 1: Konsep, kontroversi, aplikasi*.
- Rohayati, I. (2014). Usaha sekolah untuk mengembangkan rasa percaya diri siswa di SD Muhammadiyah Karangbendo Banguntapan Bantul (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga).
- Soedarsono. (1984). *Kritik tari*. Yogyakarta: Lagaligo.
- Soedarsono. (1986). *Pengantar pengetahuan dan komposisi tari*. Jakarta: DepDikBud.
- Sudjana. (2007). *Media pengajaran*. Bandung: Sinar Baru Algasindo.