

Pembelajaran Tari Sebagai Penguatan Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini : Studi Kasus pada Paud Lab School Universitas Negeri Semarang

Siti Nurjanah^{1*}, Lesa Paranti²
¹⁻² Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Sekaran, Gunung Pati, Kota Semarang, Jawa Tengah, Indonesia

Email : sitinurjanahh@students.unnes.ac.id¹, lesa_tari@mail.unnes.ac.id²

Abstract. This research is motivated by the importance of strengthening emotional intelligence in early childhood as a foundation for character building and social abilities. One approach used is through dance education. The purpose of this study is to examine the dance learning process at the Lab School Early Childhood Education (PAUD) of Universitas Negeri Semarang and to analyze the function of dance education in strengthening emotional intelligence. The method used is descriptive qualitative with observation, interview, and documentation techniques. The results show that dance education at the UNNES Lab School PAUD is part of the intraclass curriculum. The dance material provided is adjusted to the learning themes and objectives. The dance learning process is conducted in an enjoyable manner, helping to strengthen children's emotional intelligence. This is evident in their ability to control themselves and in their social skills, including learning to wait their turn, follow rules, manage emotions, cooperate, and show empathy during the dance process. Through age-appropriate approaches and teacher support, dance learning serves as an effective medium for fostering aspects of emotional intelligence in early childhood.

Keywords: Dance Learning, Emotional Intelligence, Early Childhood

Abstrak. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya penguatan kecerdasan emosional pada anak usia dini sebagai dasar pembentukan karakter dan kemampuan sosial. Salah satu pendekatan yang digunakan adalah melalui pembelajaran seni tari. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji proses pembelajaran seni tari di PAUD Lab School Universitas Negeri Semarang dan untuk menganalisis fungsi pembelajaran tari dalam penguatan kecerdasan emosional. Metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran tari di PAUD Lab School UNNES masuk dalam pembelajaran intrakurikuler. Materi tari yang diberikan disesuaikan dengan tema dan tujuan pembelajaran. Proses pembelajaran tari dilakukan dengan metode yang menyenangkan sehingga dapat membantu memperkuat kecerdasan emosional anak. Hal tersebut dilihat dari kemampuan mengendalikan diri dan keterampilan sosial, diantaranya anak belajar menunggu giliran, mengikuti aturan, mengendalikan emosi, bekerja sama, dan menunjukkan empati dalam proses menari. Melalui pendekatan yang sesuai usia dan dukungan guru, pembelajaran tari berperan sebagai media efektif dalam menumbuhkan aspek-aspek kecerdasan emosional anak usia dini.

Kata Kunci: Pembelajaran Tari, Kecerdasan Emosional, Anak Usia Dini

1. LATAR BELAKANG

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) memegang peranan krusial pada masa *golden age*, yakni periode penting dalam memberikan stimulasi terhadap seluruh aspek perkembangan anak (Ashar & Pamungkas, 2023). Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa PAUD bertujuan mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh agar siap memasuki jenjang pendidikan selanjutnya. Pada fase ini, anak mulai membentuk dasar-dasar kemampuan seperti kognitif, motorik, bahasa, sosial, dan emosional. Oleh sebab itu, pendekatan pembelajaran yang holistik dan menyenangkan diperlukan untuk mendukung perkembangan anak secara optimal.

Salah satu lembaga yang menerapkan pendekatan tersebut adalah PAUD Lab School Universitas Negeri Semarang (UNNES) yang merupakan lembaga pendidikan anak usia dini di bawah naungan Lab School UNNES yang berdiri sejak 1 April 2008. Lembaga ini dirancang sebagai pusat pembelajaran holistik dengan pendekatan konservasi, pendidikan karakter, dan pengembangan potensi anak secara menyeluruh. Kurikulum yang diterapkan berbasis pembelajaran aktif dan menyenangkan (*play-based learning*), didukung dengan kegiatan sentra seperti seni, alam, balok, memasak, peran, dan budaya. Fasilitas yang tersedia meliputi ruang kelas tematik, area bermain, laboratorium sains, dan ruang psikologi. Nilai-nilai konservasi juga diterapkan melalui kegiatan seperti *urban farming* dan pengelolaan lingkungan yang ramah anak.

Salah satu kegiatan unggulan di PAUD Lab School UNNES adalah pembelajaran seni tari. Melalui kegiatan ini, anak dilatih untuk bergerak ritmis, mengekspresikan emosi, berkonsentrasi, dan bekerja sama. Seni tari dapat menjadi media yang efektif dalam menumbuhkan kepercayaan diri, empati, dan pengendalian diri sejak usia dini. Pementasan tari dilakukan setiap akhir tahun ajaran yang bertujuan untuk penguatan karakter dan kecerdasan emosional anak. Dengan dukungan lingkungan yang kaya stimulasi dan pendekatan menyenangkan, pembelajaran tari di PAUD Lab School UNNES mendukung tumbuh kembang anak secara menyeluruh. Berdasarkan wawancara dengan Bapak Jefri (1 Mei 2025), kegiatan tari membuat anak lebih berani tampil, mampu mengelola emosi saat tampil, dan belajar menghargai teman melalui kerja sama dalam menari. Tari juga menjadi momen yang ditunggu anak karena menyenangkan dan meningkatkan rasa percaya diri. Guru pun lebih mudah mengamati perkembangan sosial-emosional anak dari ekspresi, interaksi, dan respon mereka selama proses menari berlangsung. Dengan demikian, seni tari bukan hanya media ekspresi, tetapi juga strategi efektif dalam memperkuat kecerdasan emosional dan keterampilan sosial anak usia dini.

PAUD Lab School Universitas Negeri Semarang dipilih sebagai objek penelitian karena memiliki keunggulan dibandingkan PAUD lain, khususnya dalam hal pembelajaran seni tari. PAUD pada umumnya memiliki program seni tari hanya sebagai kegiatan ekstrakurikuler yang tidak rutin dan hanya dilakukan saat menjelang pentas atau lomba. Namun, di PAUD Lab School UNNES, pembelajaran tari sudah menjadi bagian dari kegiatan intrakurikuler yang masuk ke dalam kurikulum harian anak di kelas *Performing Art* yang dilakukan secara rutin setiap minggu di hari Rabu dan Jumat. Hal ini menjadikan pembelajaran tari lebih diperhatikan, dirancang secara terstruktur, serta memiliki rencana dan tujuan yang jelas sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak usia dini. Artinya, tari bukan hanya menjadi

hiburan atau pengisi waktu luang, tetapi benar-benar diajarkan secara rutin dan terencana seperti mata pelajaran lainnya. Hal ini tentu menjadi kelebihan tersendiri karena anak-anak mendapat kesempatan lebih banyak untuk belajar, berlatih, dan berkembang melalui seni tari. Oleh karena itu, PAUD Lab School UNNES dianggap tepat untuk diteliti, terutama untuk melihat bagaimana pembelajaran tari di sana dapat berperan dalam mengembangkan kecerdasan emosional anak usia dini.

Selain itu PAUD Lab School Universitas Negeri Semarang memiliki empat jenjang program layanan pendidikan anak usia dini, yaitu Taman Pendidikan Anak, Toddler, Kelompok Bermain, dan Taman Kanak-kanak. Pada jenjang Taman Kanak-kanak, kelas dibagi menjadi dua tingkat, yaitu TK A dan TK B. TK A diperuntukkan bagi anak usia 4-5 tahun, sedangkan TK B untuk anak usia 5-6 tahun. Dalam penelitian ini, peneliti memilih fokus pada kelas TK A, dengan pertimbangan bahwa pada usia 4-5 tahun, anak-anak umumnya masih berada dalam tahap perkembangan emosional yang relatif labil dan belum stabil, sehingga menjadi kelompok yang tepat untuk mengkaji kecerdasan emosional secara lebih mendalam. Kelas TK A di PAUD Lab School UNNES terbagi menjadi dua kelas paralel, masing-masing terdiri dari 12 anak. Jumlah yang relatif kecil ini juga menjadi pertimbangan karena peneliti dapat melakukan observasi dan pengumpulan data secara lebih optimal dan mendalam terhadap dinamika pembelajaran tari yang berlangsung di kelas tersebut.

Lebih lanjut berdasarkan kajian literatur Anak usia 4-5 tahun berada pada tahap perkembangan yang pesat dan kompleks, mencakup aspek kognitif, motorik, bahasa, sosial, serta emosional. Secara sosial dan emosional, anak mulai menunjukkan empati, mampu bermain peran, membentuk relasi sosial, serta belajar mengekspresikan dan mengelola emosinya. Pada usia ini, anak mulai memiliki kesadaran diri dan dapat menyesuaikan diri dalam interaksi sosial meskipun masih mengalami emosi seperti malu atau bosan (Nisa et al., 2021). Penelitian menyatakan bahwa anak mulai menunjukkan perilaku moral, seperti kepedulian terhadap orang lain dan respons positif terhadap lingkungan sosial (Kosasih & Rahmaniah, 2014). Hal ini menunjukkan bahwa usia 4-5 tahun merupakan masa penting dalam pembentukan fondasi keterampilan hidup anak. Oleh karena itu, pendekatan pembelajaran yang mendukung perkembangan emosional anak secara menyeluruh sangat diperlukan.

Berbagai penelitian telah menunjukkan pentingnya PAUD dalam pembentukan karakter dan keterampilan sosial emosional anak. Seni tari terbukti efektif dalam mengembangkan aspek motorik, kognitif, dan emosional menekankan pada aspek motorik dan kecerdasan kinestetik anak (Nu'man, 2023). Namun, penelitian ini belum mengkaji secara mendalam keterkaitan antara tari dan kecerdasan emosional. Penelitian Zahra menyatakan efek tari terhadap kreativitas dan sosial-emosional, namun berfokus pada kreativitas dan motorik

(Zahra Lubis et al., 2024). Adapun penelitian dari Ulfah (2020) menyoroti peran tari dalam memperbaiki suasana hati dan konsentrasi, tetapi belum menggunakan pendekatan kecerdasan emosional seperti yang dikemukakan Goleman (Ulfah, 2020). Kajian literatur juga menunjukkan bahwa meskipun terdapat penelitian yang membahas hubungan antara seni dan perkembangan sosial emosional, masih sangat sedikit studi yang dilakukan dalam konteks lokal Indonesia, khususnya di institusi PAUD. Oleh karena itu, penelitian ini juga memiliki nilai kebaruan karena mengangkat konteks spesifik lokal, yakni PAUD Lab School UNNES di Kecamatan Gajah Mungkur, Kota Semarang. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya menjawab kesenjangan dalam literatur, tetapi juga memberikan kontribusi terhadap praktik pendidikan tari bagi anak usia dini.

Meskipun sejumlah penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa seni, termasuk seni tari, memiliki pengaruh positif terhadap perkembangan sosial emosional. Di Indonesia, khususnya pada lembaga PAUD, masih sangat sedikit studi yang secara spesifik mengkaji bagaimana pembelajaran seni tari dapat diterapkan secara sistematis untuk menstimulasi kecerdasan sosial dan emosional anak usia dini (Yovanka B. Lobo, 2008). Sebagian besar institusi pendidikan anak usia dini masih lebih memfokuskan pada pengembangan kognitif dan motorik, sementara aspek sosial dan emosional belum mendapatkan perhatian yang proporsional dalam strategi pembelajaran. Kecerdasan sosial dan emosional merupakan aspek penting yang menjadi dasar bagi anak untuk beradaptasi, berinteraksi, serta mengelola diri di lingkungan sosialnya. Anak usia dini berada pada masa emas perkembangan yang sangat penting untuk dibentuk pondasi emosional dan sosialnya. Namun, di Paud Lab School UNNES masih banyak anak yang mengalami kesulitan dalam mengelola emosi, seperti mudah marah, sulit bekerja sama, atau tidak sabar menunggu giliran, khususnya di awal pembelajaran tari. Anak usia 4-5 tahun ini masih menunjukkan kesulitan fokus, mudah terdistraksi, ingin tampil lebih dulu, serta belum sepenuhnya mampu mengelola emosi saat melakukan kesalahan gerakan. Beberapa anak juga terlihat belum percaya diri dan kesulitan berkoordinasi dalam kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa penguatan kecerdasan emosional perlu menjadi perhatian dalam proses pendidikan anak usia dini. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk membantu anak mengembangkan kecerdasan emosional adalah melalui kegiatan seni, khususnya seni tari. Seni tari tidak hanya melatih fisik, tetapi juga membantu anak mengekspresikan perasaan, mengenal aturan, berinteraksi dengan teman, dan mengendalikan diri dalam situasi sosial.

Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk memahami emosi diri dan orang lain, memotivasi diri, serta mengelola emosi secara efektif, baik dalam konteks personal maupun

sosial. Kemampuan ini mencakup keterampilan dalam menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan emosional, menjaga semangat, serta menjalin hubungan sosial melalui empati (Foeh & Saefatu, 2024). Kecerdasan emosional dapat diidentifikasi melalui kemampuan mengenali emosi diri, memanfaatkannya untuk motivasi diri, memahami emosi orang lain, dan menjalin hubungan sosial secara sehat (Yusri & Herawaty, 2022). Kecerdasan ini memiliki peranan penting dalam membentuk individu yang tangguh secara emosional, mampu mengendalikan stres, serta memiliki empati yang tinggi.

Kecerdasan emosional pada anak usia dini berkembang melalui dua komponen utama, yaitu pengendalian diri dan keterampilan sosial (Golemen, 1995). Pengendalian diri mencakup kemampuan menahan impuls, mengelola gangguan emosional, serta beradaptasi dengan situasi yang menantang. Individu dengan pengendalian diri yang baik mampu mengambil keputusan rasional dan menghindari perilaku negatif. Sementara itu, keterampilan sosial mencakup kemampuan memahami perasaan dan situasi sosial, membangun komunikasi yang efektif, serta menjalin hubungan yang positif. Pada anak usia dini, pengembangan kecerdasan emosional merupakan aspek fundamental. Masa kanak-kanak adalah periode penting dalam mengenali dan mengekspresikan emosi, seperti bahagia, sedih, marah, takut, dan kecewa. Oleh karena itu, peran pendidik dan orang tua sangat penting dalam membantu anak memahami dan mengelola emosi secara positif.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji proses pembelajaran seni tari di PAUD Lab School Universitas Negeri Semarang dan untuk menganalisis fungsi pembelajaran tari dalam penguatan kecerdasan emosional. Penelitian ini juga diharapkan memberikan kontribusi secara teoritis dalam memperkaya literatur akademik mengenai hubungan antara seni pertunjukan dan pendidikan anak usia dini. Selain itu, secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi pendidik, orang tua, dan pengelola lembaga PAUD dalam mengoptimalkan pembelajaran berbasis seni untuk mendukung perkembangan anak secara menyeluruh.

2. KAJIAN TEORITIS

Pembelajaran Seni Tari

Pembelajaran seni tari merupakan proses pendidikan yang melibatkan aktivitas gerak sebagai media untuk menanamkan nilai-nilai estetis, sosial, emosional, dan budaya. Pembelajaran seni tari tidak hanya mengajarkan keterampilan teknis menari, tetapi juga merupakan sarana untuk membentuk kepribadian dan karakter anak melalui pengalaman estetis dan ekspresif (Jazuli, 2008). Beliau juga menekankan bahwa pembelajaran tari bersifat holistik, yaitu mencakup tiga ranah perkembangan peserta didik yaitu kognitif (pengetahuan tentang

bentuk, struktur, dan makna tari), afektif (penghayatan dan sikap estetis), dan psikomotorik (kemampuan fisik dalam melakukan gerakan tari). Pembelajaran seni tari juga harus konkret dan kontekstual, disesuaikan dengan perkembangan usia, lingkungan budaya, dan pengalaman hidup peserta didik.

Pembelajaran seni tari pada anak usia dini merupakan bagian dari pendidikan berbasis seni yang memberikan peluang bagi anak untuk mengembangkan kemampuan fisik, kognitif, dan emosional secara simultan. Kegiatan tari tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas fisik, tetapi juga mendorong kreativitas, memperkuat interaksi sosial, serta menstimulasi kecerdasan emosional anak. Gerakan tari melibatkan koordinasi tubuh, pengendalian diri, dan pemahaman terhadap ritme, yang semuanya menjadi media untuk mengekspresikan perasaan dan membangun regulasi emosi (Hidayatu Munawaroh, n.d.).

Pembelajaran tari untuk anak usia dini harus disusun secara menyenangkan, fleksibel, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak dalam pelaksanaannya, terdapat beberapa komponen penting, yaitu guru, siswa, materi, metode, media, dan evaluasi (Kambria, 2018). Guru berperan sebagai fasilitator yang membimbing dan menciptakan suasana belajar yang kondusif (Lombu, 2023). Anak sebagai subjek utama perlu diberikan ruang untuk berekspresi dan mengeksplorasi gerak (Fajrin, 2017). Materi tari meliputi gerak dasar serta nilai-nilai seperti kerja sama dan ekspresi (Dewi, 2020). Metode yang digunakan bersifat aktif dan tematik, didukung oleh media seperti musik dan alat peraga (Mariati & Asmara, 2017). Evaluasi pembelajaran tari lebih menekankan pada proses partisipasi anak, seperti keberanian tampil dan kemampuan mengikuti aturan, bukan pada hasil akhir semata (Mariati & Asmara, 2017).

Karakteristik Anak Usia Dini

Anak usia dini merupakan individu yang sedang berada dalam masa perkembangan paling pesat dan sensitif terhadap berbagai rangsangan. Perkembangan anak usia dini meliputi beberapa domain utama, yaitu fisik, kognitif, sosial-emosional, moral, bahasa, identitas diri, dan peran gender (Jannah & Khotimah, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa anak pada tahap ini sedang membentuk fondasi penting bagi pertumbuhan intelektual dan kepribadian mereka. Pendapat serupa dikemukakan oleh Kail dan Reese yang menekankan bahwa perkembangan anak usia dini terjadi secara simultan dalam berbagai aspek, termasuk bahasa, sosial, fisik, dan kognitif. Selain itu, Berk menambahkan bahwa perkembangan pada masa usia dini mencakup dimensi emosi, kecerdasan, serta nilai-nilai moral dan sosial yang akan menjadi dasar perilaku anak di masa mendatang.

Anak usia dini 4-5 tahun menunjukkan perkembangan sosial-emosional yang khas dan penting sebagai dasar pembelajaran yang sesuai tahap perkembangannya. Pada usia ini, anak mulai mandiri dalam memilih aktivitas, mampu mengendalikan emosi, percaya diri, memahami aturan, dan gigih menghadapi tantangan. Mereka juga mulai bertanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain, seperti menjaga keselamatan, menghargai keunggulan teman, serta mau berbagi dan membantu. Selain itu, anak memperlihatkan perilaku prososial seperti antusias dalam permainan, menaati aturan, menghargai orang lain, dan menunjukkan empati terhadap teman sebaya.

Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa anak usia 4-5 tahun berada dalam fase perkembangan emosional yang dinamis dan masih labil, sehingga memerlukan stimulus pembelajaran yang tidak hanya melatih keterampilan kognitif dan motorik, tetapi juga mengasah kesadaran diri, empati, dan kemampuan bersosialisasi. Pemahaman terhadap karakteristik ini penting sebagai dasar dalam merancang pembelajaran seni tari yang efektif dan sesuai dengan tahap tumbuh kembang anak usia dini. Hal ini sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini, yang menjabarkan tingkat pencapaian perkembangan anak dalam berbagai aspek, termasuk aspek sosial-emosional.

Fungsi Pembelajaran Tari Bagi Anak

Pembelajaran tari pada anak usia dini memiliki fungsi penting dalam mengembangkan berbagai aspek perkembangan anak. Berdasarkan penelitian sebelumnya pembelajaran seni tari membantu meningkatkan teknik mekanistik tubuh anak, mengembangkan rasa percaya diri, serta kemampuan bergerak secara sistemik dan terstruktur (Hidajat et al, 2021). Selain itu tari berperan dalam melatih motorik kasar dan halus, serta meningkatkan kemampuan koordinasi, keseimbangan, dan kekuatan otot pada anak usia dini (Ashar & Pamungkas, 2023).

Pemahaman mengenai manfaat tari, yakni turut merangsang perkembangan kognitif, bahasa, moral, sosial, dan emosional anak melalui gerakan dan ekspresi tematis (Akbar & Abidin, 2022). Kegiatan tari juga mendukung perkembangan kecerdasan kinestetik yang mencakup aspek wiraga (fisik), wirahma (ritme), dan wirasa (emosi) sebagaimana melaporkan peningkatan signifikan pada skor ketiga aspek tersebut setelah penerapan metode tari kreatif (Martini, 2023). Secara psikologis, tari menjadi media edukatif untuk menyalurkan emosi dan membangun empati melalui gerakan bersama teman sebaya. Hal ini selaras dengan paradigma embodied cognition, di mana gerak tubuh dan pengalaman ritmis membantu anak memahami konsep kognitif dan emosional melalui interaksi fisik dalam konteks sosial (Sundari & Setyo, 2016). Dengan demikian, pembelajaran tari tidak hanya berfungsi sebagai media estetis, melainkan sebagai pendekatan holistik yang simultan mendukung perkembangan motorik,

kognitif, emosional, sosial, dan karakter anak. Hal ini menjelaskan mengapa integrasi seni tari di PAUD Lab School UNNES sangat sesuai dengan tahap perkembangan anak usia dini, memberikan stimulasi yang menyeluruh dan bermakna.

Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional adalah kemampuan individu dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri serta membangun hubungan sosial yang sehat. Pada anak usia dini, kecerdasan ini menjadi fondasi pembentukan karakter (Indra Soefandi & S. Ahmad Pramudya, 2008). Aspek yang perlu dikembangkan dalam pendidikan mencakup empati, pengendalian amarah, kemandirian, ketekunan, sikap hormat, kemampuan beradaptasi, komunikasi, kerja sama, dan kualitas emosional lainnya.

Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri dan orang lain dalam konteks sosial. Goleman menyatakan bahwa kecerdasan emosional mencakup lima aspek utama kesadaran diri (*self-awareness*), pengendalian diri (*self-regulation*), motivasi (*motivation*), empati (*empathy*), dan keterampilan sosial (*social skills*) (Goleman, 1995). Penelitian ini memfokuskan pada dua aspek kecerdasan emosional menurut Goleman 1995, yaitu pengendalian diri dan keterampilan sosial, karena keduanya paling relevan dan mudah diamati pada anak usia 4-5 tahun. Kedua aspek ini sering muncul dalam aktivitas kelompok seperti pembelajaran tari, misalnya saat anak menunggu giliran, mengikuti aturan, dan bekerja sama dengan teman. Sementara itu, aspek lain seperti kesadaran diri dan motivasi bersifat lebih internal dan sulit diukur pada tahap usia dini, sehingga pengendalian diri dan keterampilan sosial dipilih karena lebih konkret serta sesuai dengan tujuan dan konteks penelitian. Pengendalian diri melibatkan kemampuan untuk menahan dorongan, mengelola kemarahan, dan berperilaku sesuai dengan situasi. Sementara keterampilan sosial mencakup kemampuan bekerja sama, empati, serta membangun relasi positif dengan orang lain. Indikator pengendalian diri meliputi: 1), mampu menunggu giliran, mengontrol emosi saat kecewa atau marah 2), mengikuti aturan 3), berhenti saat diberi instruksi 4), tidak mudah terdistraksi 5), menunjukkan perilaku sesuai situasi 6), memperbaiki kesalahan 7), mengatur diri saat bermain 8), menyelesaikan tugas meski sulit. Sedangkan indikator keterampilan sosial meliputi: 1), mampu bermain dengan teman 2), bersikap ramah 3), berbagi 4), menggunakan bahasa sopan 5), menunjukkan empati 6), bekerja sama 7), mematuhi aturan sosial 8), menyelesaikan konflik 9), menghargai pendapat 10), menunjukkan sikap membantu. Kecerdasan emosional pada anak usia dini mulai berkembang melalui pengalaman dan latihan yang konsisten dalam lingkungan sosial yang mendukung.

3. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis deskriptif kualitatif. Pendekatan ini dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu untuk menggambarkan secara mendalam peran pembelajaran seni tari dalam mengembangkan kecerdasan emosional anak usia dini. Pendekatan kualitatif digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah, dengan peneliti sebagai instrumen kunci, pengumpulan data dilakukan secara gabungan, serta hasil penelitian lebih menekankan makna daripada generalisasi (Sugiono, 2016). Penelitian ini dilaksanakan di PAUD Lab School UNNES, Kecamatan Gajah Mungkur, Kota Semarang, selama bulan April hingga Mei 2025. Lokasi ini dipilih karena aktif menerapkan pembelajaran seni, khususnya seni tari, dalam kegiatan tematik.

Teknik pengumpulan data meliputi observasi, wawancara, dokumentasi dan teknik keabsahan data. Observasi adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala-gejala yang tampak pada objek penelitian (Sugiono, 2016). Penelitian ini dilakukan selama tujuh kali observasi pada satu kelas TK A di PAUD Lab School Universitas Negeri Semarang, yang berlangsung mulai tanggal 1 April hingga 30 Mei 2025. Observasi dilakukan setiap minggu untuk mengamati proses pembelajaran tari dalam kegiatan intrakurikuler Performing Art serta perilaku anak terkait kecerdasan emosional.

Table 1. Data observasi

No	Waktu	Data yang di peroleh
1.	1 April 2025	observasi awal untuk mengenali situasi kelas, rutinitas harian anak, dan cara guru menyampaikan aturan serta mengondisikan anak sebelum pembelajaran tari dimulai.
2.	9 April 2025	pengamatan terhadap sikap anak dalam mengikuti instruksi guru, kemampuan menunggu giliran, dan reaksi emosional saat latihan gerakan dasar.
3.	18 April 2025	mengamati interaksi sosial anak selama latihan tari, termasuk sikap kerja sama, saling membantu, dan berbagi peran.
4.	23 April 2025	berfokus pada kemampuan anak dalam mengelola emosi saat menghadapi kesalahan atau koreksi dari guru, anak-anak mulai menunjukkan upaya menyesuaikan diri ketika melakukan kesalahan gerakan tanpa menunjukkan reaksi negatif berlebihan.
5.	2 Mei 2025	mengamati sejauh mana anak memahami dan mematuhi aturan yang telah disepakati bersama, seperti diam saat instruksi atau mengikuti aba-aba tertentu dalam tarian.

6.	14 Mei 2025	mengamati ekspresi diri anak saat tampil, semangat berlatih, dan keberanian mereka dalam menunjukkan gerakan di depan teman-teman.
7.	30 Mei 2025	melakukan observasi akhir untuk melihat perkembangan perilaku anak setelah mengikuti pembelajaran tari secara rutin, seperti kemampuan mengendalikan emosi, kerja sama dalam kelompok, dan rasa percaya diri.

(Sumber; Siti Nurjanah, 4 Juli 2025)

Seluruh rangkaian observasi dilakukan secara langsung di kelas saat kegiatan berlangsung, dengan posisi peneliti sebagai pengamat non-partisipan agar memperoleh data yang alami dan objektif. Menurut Sugiono (2018), wawancara adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara tanya jawab sepihak yang dilakukan secara sistematis dan non sistematis yang berdasarkan tujuan penelitian, wawancara ini dilakukan secara langsung dengan narasumber guru seni tari, guru pendamping dan beberapa murid PAUD Lab School UNNES. Peneliti melakukan wawancara sistematis dengan Narasumber Jefri Tri Yuniarto, S.Pd, seorang guru di PAUD Lab School Universitas Negeri Semarang yang memiliki pengalaman mengajar selama lebih dari 10 tahun. Beliau lahir di Batang pada 12 Juni 1991 dan menyelesaikan pendidikan S1 pada Program Studi Pendidikan Guru PAUD di Universitas Negeri Semarang. Saat ini, beliau menjabat sebagai guru pengampu kelas Performing Art and English Class di PAUD Lab School UNNES yang beralamat di Jalan Menoreh Tengah X No. 4, Sampangan, Gajahmungkur, Kota Semarang. Selain aktif mengajar, beliau juga memiliki prestasi, di antaranya meraih Juara 2 Lomba Alat Peraga Edukatif (APE) tingkat Kota Semarang tahun 2025. Beliau menjelaskan bahwa pembelajaran tari di PAUD ini merupakan kegiatan intrakurikuler yang rutin dilakukan setiap hari Rabu dan Jumat dalam kelas Performing Art.

Menurut Sugiyono (2018), dokumentasi adalah teknik pengumpulan data dengan mengkaji dokumen tertulis, gambar, atau karya monumental seseorang sebagai sumber data. Beberapa dokumen yang terkumpul antara lain, Kurikulum PAUD Lab School UNNES, khususnya bagian program Performing Art yang menjelaskan bahwa pembelajaran seni tari merupakan bagian dari kegiatan intrakurikuler yang rutin dilakukan setiap minggu, foto-foto serta video kegiatan pembelajaran tari, yang diambil secara langsung oleh peneliti selama observasi berlangsung.

Menurut Moleong (2017), triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembandingan terhadap data tersebut. Dalam penelitian ini, triangulasi dilakukan dengan membandingkan data dari berbagai sumber (guru seni tari dan guru kelas), serta dari berbagai

metode (observasi, wawancara, dan dokumentasi). Misalnya, data hasil observasi tentang kemampuan anak menunggu giliran dan mengikuti aturan saat menari dibandingkan dengan penjelasan dari Pak Jefri (guru seni tari) dan guru kelas A mengenai perilaku anak selama kegiatan tari. Selain itu, peneliti juga melakukan *member check* dengan menunjukkan hasil sementara kepada narasumber, yaitu guru seni tari dan guru kelas TK A, untuk memastikan bahwa data yang peneliti pahami dan tuliskan sudah sesuai dengan kenyataan yang mereka alami di lapangan.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan model dari Miles dan Huberman, yang meliputi tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan menyaring dan memilah data yang relevan dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Reduksi data dilakukan dengan menyaring informasi dari observasi, wawancara, dan dokumentasi yang relevan dengan fokus penelitian, yaitu pembelajaran tari sebagai penguat pengendalian diri dan keterampilan sosial anak usia dini. Selama tujuh kali observasi di kelas TK A PAUD Lab School UNNES, ditemukan bahwa pembelajaran tari dilakukan secara rutin dan terstruktur dalam kelas Performing Art. Wawancara dengan guru seni tari pak jefri bahwa pembelajaran tari melatih anak dalam kesabaran, kedisiplinan, dan empati. Guru juga menyesuaikan pendekatan dengan kebutuhan individu anak. Bukti dokumentasi berupa foto, video, dan kurikulum mendukung temuan tersebut. Data yang tidak relevan telah dieliminasi untuk menjaga fokus analisis. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk narasi dan tabel agar memudahkan pemahaman. Terakhir, penarikan kesimpulan dilakukan secara terus-menerus untuk menemukan makna dari data yang telah dikumpulkan dan dianalisis, sesuai dengan fokus penelitian. Setelah melalui proses reduksi dan penyajian data, kesimpulan dalam penelitian ini ditarik berdasarkan temuan lapangan yang diperoleh dari observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penarikan kesimpulan dilakukan secara berkelanjutan selama proses pengumpulan dan analisis data.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Komponen Pembelajaran Tari

Proses pembelajaran tari di PAUD Lab School Universitas Negeri Semarang dilaksanakan secara terstruktur dan rutin, sebagai bagian dari kegiatan intrakurikuler dalam mata pelajaran Performing Art. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru seni tari (Pak Jefri), kegiatan ini dilaksanakan setiap hari Rabu dan Jumat, khususnya di kelas TK A yang menjadi fokus penelitian. Pembahasan proses pembelajaran tari ini dianalisis berdasarkan enam komponen pembelajaran menurut Kambria (2018), yaitu: Guru, siswa, materi, metode, media, evaluasi.

Guru seni tari memiliki peran penting sebagai fasilitator yang membimbing anak-anak dalam mengikuti proses pembelajaran. Berdasarkan hasil wawancara dengan Pak Jefri pada tanggal 25 April 2025, guru tidak hanya mengajarkan gerakan tari, tetapi juga mengarahkan anak untuk mengikuti aturan, menjaga kerja sama, serta menyampaikan nilai-nilai emosional melalui pendekatan yang menyenangkan. Guru juga selalu melakukan *sounding* atau pengulangan arahan secara verbal sebelum latihan dimulai agar anak-anak tetap fokus dan memahami kegiatan yang akan dilakukan. Siswa, Subjek utama dalam pembelajaran tari adalah anak-anak TK A yang berusia 4-5 tahun dengan jumlah 12 siswa terdiri dari 7 perempuan dan 5 laki-laki. Berikut adalah tabel data siswa:

Tabel 2. Data siswa kelas TK A PAUD Lab School Unnes

No	Nama Siswa	Jenis kelamin
1.	Muhammad Hilmi At-Taqi	Laki-laki
2.	Muhammad Alzam Al Hafidz	Laki-laki
3.	Keiko Shiva Zaara	Perempuan
4.	India Attinasyahfarani Yustanto	Perempuan
5.	Mikayla Sheryl Aretha	Perempuan
6.	Shakilla Rachma Adzkiyya Putri	Perempuan
7.	Agatha Mikhayla Mecca	Perempuan
8.	Muhammad Elshaka Zhuvinata	Laki-laki
9.	Melvin	Laki-laki
10.	Bhirendra	Laki-laki
11.	Karen	Perempuan
12.	Adhisty	Perempuan

(Sumber; Siti Nurjanah, 4 Juli 2025)

Berdasarkan data, terdapat lima anak laki-laki dan tujuh anak perempuan. Secara umum, anak perempuan lebih cepat beradaptasi, sabar menunggu giliran, mudah bekerja sama, serta lebih tenang dan empatik dalam kegiatan tari. Sebaliknya, anak laki-laki cenderung lebih aktif, mudah terdistraksi, dan butuh waktu lebih dalam menyesuaikan diri dengan aturan. Namun, tidak semua anak mengikuti pola tersebut. Beberapa anak laki-laki juga mampu menunjukkan pengendalian diri dan kerja sama yang baik. Artinya, meskipun jenis kelamin dapat memengaruhi perkembangan emosional, setiap anak tetap unik dan perlu dilihat secara individual. Dari data tersebut menjadi pertimbangan guru dalam menentukan materi serta metode pembelajaran, utamanya dalam rangka kecerdasan emosional

Materi yang digunakan adalah tari kreasi bertema astronot, yang dipilih karena menarik bagi anak usia dini yang penuh rasa ingin tahu dan imajinasi. Tema ini menjadi media efektif

untuk menyalurkan energi dan emosi anak melalui gerakan. Secara filosofis, astronot melambangkan keberanian, petualangan, dan eksplorasi nilai yang selaras dengan pengembangan kecerdasan emosional. Tari ini terdiri dari tujuh gerakan yaitu: 1), gerakan bintang, kaki kanan ditentang ke samping, kaki kiri ditendang, tangan ikut terangkat seiring, gerakan ini melatih keseimbangan tubuh dan fokus. Dalam konteks pengendalian diri, anak belajar untuk tidak bergerak sembarangan dan menyesuaikan ritme tubuhnya. Secara sosial, saat dilakukan bersama, anak juga belajar sinkronisasi gerak dengan teman karena gerakan ini menuntut koordinasi antara tangan dan kaki. 2), gerakan putar badan, badan diputar bersamaan dengan tangan yang mengikuti arah putaran. Gerakan ini menuntut anak untuk mengontrol arah serta kekuatan gerak, sehingga melatih pengendalian diri, meningkatkan kesadaran sosial dalam kelompok. 3), gerakan melayang, gerakan dilakukan dengan ritme lambat dan ringan, menirukan astronot yang melayang di luar angkasa. Ini mendorong imajinasi dan ekspresi emosi anak. Secara sosial, anak belajar berimajinasi bersama teman dan menciptakan narasi kolektif. 4), gerakan tangan mengepal, tangan mengepal sambil sedikit membungkuk, kemudian perlahan naik. Gerakan ini melambangkan perubahan dari kelemahan menjadi kekuatan. Anak belajar meregulasi emosi negatif menjadi semangat, sekaligus menumbuhkan empati saat melihat teman juga mengalami proses "bangkit". 5), gerakan hentakan semangat, tangan diangkat sambil kaki dihentakkan ke lantai. Gerakan ini mengajarkan anak menyalurkan energi dengan ketegasan, menumbuhkan keberanian dan kesadaran akan kekuatan tubuhnya. Dalam kelompok, hentakan serempak memperkuat rasa kebersamaan. 6), gerakan *freeze*, gerakan berhenti mendadak *freeze* melatih anak mengontrol impuls serta berhenti sesuai instruksi. Ini membantu anak mengembangkan pengendalian diri yang kuat dan mengikuti aturan main. Secara sosial, anak belajar disiplin serta mengenali giliran dalam interaksi kelompok. 7), gerakan memutar, tangan bergerak di samping pinggang membentuk gerakan memutar. Gerakan ini melatih kesadaran anak terhadap tubuh bagian tengah dan keseimbangan. Secara emosional, anak membangun rasa percaya diri karena bentuk gerak yang unik. Dalam konteks sosial, anak berinteraksi melalui meniru gerakan teman atau menciptakan versi sendiri saat diminta. Melalui tari ini, anak juga belajar mengikuti aturan, percaya diri saat latihan, dan mengembangkan pengendalian diri, empati, serta keberanian berekspresi secara sosial.

Metode yang digunakan bersifat aktif dan partisipatif. Guru mencontohkan gerakan terlebih dahulu, lalu anak-anak menirukan secara bersama-sama. Dalam beberapa sesi, guru juga menggunakan metode bermain peran atau menggabungkan cerita dalam gerakan tari. Media yang digunakan dalam pembelajaran tari di antaranya adalah musik pengiring, audio speaker. Musik pengiring sangat berperan dalam membantu anak mengenali irama dan

menyesuaikan gerakan tubuh dengan tempo, dengan durasi musik 1 menit 59 detik. Evaluasi pembelajaran dilakukan melalui pengamatan langsung terhadap perilaku dan keterlibatan anak. Guru memperhatikan apakah anak mengikuti aturan, mampu menyesuaikan gerakan, serta menunjukkan ekspresi dan keberanian dalam menari. Pak Jefri menyampaikan bahwa evaluasi juga dilakukan secara lisan dengan memberi apresiasi dan umpan balik langsung, seperti pujian, semangat, dan saran saat latihan. Penilaian lebih difokuskan pada proses, bukan hasil akhir gerakan.

Proses Pembelajaran Tari

Pembelajaran seni tari di kelas TK A PAUD Lab School UNNES dilaksanakan sebanyak 7 kali pertemuan selama periode 1 April hingga 30 Mei 2025. Kegiatan pembelajaran berlangsung setiap hari Rabu dan Jumat sebagai bagian dari program Performing Art. Proses pembelajaran mengacu pada tahapan umum yaitu pembukaan, inti, dan penutup, dan dilaksanakan secara konsisten dengan pendekatan yang menyenangkan dan terstruktur. Berikut ini merupakan deskripsi hasil observasi proses pembelajaran tari selama 7 pertemuan, disusun berdasarkan tahapan pembelajaran.



Gambar 1. Proses pembelajaran tari

(Sumber : Siti Nurjanah, 4 April 2025)

Pada pertemuan pertama (4 April 2025), guru menyapa anak-anak dengan penuh semangat dan mengajak mereka melakukan pemanasan sambil memutar lagu. Anak-anak tampak antusias dan mengikuti gerakan guru dengan semangat. Saat guru memperkenalkan tema tari “astronot” dan memperagakan gerakan dasar, anak-anak terlihat terlibat secara aktif. Aktivitas ini tidak hanya membantu anak menggerakkan tubuhnya, tetapi juga melatih fokus, imajinasi, dan ekspresi diri mereka. Namun di pertemuan pertama anak-anak masih belum bisa mengendalikan diri dan masih banyak anak yang belum bisa mengikuti arahan. Di tahap penutup, guru mengajak anak menyebutkan gerakan favorit mereka dan memberikan pujian, yang berperan dalam membangun rasa percaya diri dan suasana emosional yang positif.

Pertemuan kedua (9 April 2025) diawali dengan review gerakan sebelumnya. Anak-anak terlihat senang dan menyanyikan lagu pembuka bersama-sama. Dalam kegiatan inti, mereka mulai menghafal urutan gerakan secara perlahan. Beberapa anak seperti Keiko dan Melvin masih meniru teman sekelompoknya, namun tetap menunjukkan usaha mandiri dan kemauan untuk belajar. Ini menunjukkan bahwa mereka mulai membangun pengendalian diri dan kepercayaan diri dalam mengikuti alur pembelajaran. Guru menutup sesi dengan memberi apresiasi dan penguatan emosional agar anak merasa dihargai atas usaha mereka.

Pada pertemuan ketiga (18 April 2025), suasana dibuat lebih cair dengan ice breaking lagu Banana Caca. Anak-anak dibagi ke dalam barisan dan mulai dilatih untuk bergerak bersama. Di tahap ini, anak-anak mulai memahami peran mereka dalam kelompok. Kemampuan bekerja sama dan mengikuti aturan sederhana mulai tampak, seperti menyesuaikan posisi dan bergerak sesuai giliran. Guru memberi masukan secara halus, mendorong anak untuk lebih percaya diri dan terus semangat dalam latihan.



Gambar 2. Proses pembelajaran tari (Sumber: siti nurjanah, 23 April 2025)

Pertemuan keempat (23 April 2025) dibuka dengan pemanasan dengan gaya astronot, yang membuat anak semangat dan berimajinasi. Gerakan tari mulai ditambah variasi ekspresi wajah. Anak-anak seperti Adhisty dan Shakilla menunjukkan peningkatan rasa percaya diri, dengan berani mengambil posisi di barisan depan. Guru memberikan penguatan positif dengan menyebutkan nama anak-anak yang menunjukkan perkembangan, sebagai bentuk motivasi bagi teman-temannya.

Pertemuan kelima (2 Mei 2025) semakin menyenangkan dengan adanya yel-yel “Siapa jadi astronot!” yang dibuat bersama antara guru dan anak. Anak-anak menunjukkan antusiasme tinggi dan rasa kebersamaan yang kuat. Di tahap inti, mereka berlatih gerakan secara utuh dari awal hingga akhir. Beberapa anak sudah mulai hafal dengan baik, sementara yang lain masih perlu dibimbing. Namun, semua anak menunjukkan usaha dan semangat. Penutupan diisi dengan saling memberi tepuk tangan, yang melatih anak untuk menghargai usaha teman dan memperkuat empati.

Pada pertemuan keenam (14 Mei 2025), anak mulai mencoba menari tanpa instruksi verbal langsung dari guru, melainkan hanya melalui sinyal dan aba-aba. Ini menguji

kemampuan fokus dan kemandirian anak. Setelah latihan, guru mengajak anak berdiskusi ringan mengenai perasaan mereka saat menari. Anak mulai mampu mengungkapkan pendapat, menunjukkan refleksi diri sederhana, dan memahami emosi yang dirasakan selama proses latihan. Video dokumentasi dapat diakses melalui link berikut <https://drive.google.com/drive/folders/1B76iouBYULXDxBUy4LHFOMJ9ekhXUtdD>



Gambar 3. Proses pembelajaran tari (Sumber: siti nurjanah, 30 Mei 2025)

Pertemuan terakhir (30 Mei 2025) menjadi puncak dari seluruh proses pembelajaran. Anak-anak melakukan pemanasan sendiri dan tampil secara berkelompok. Di sinilah tampak jelas perkembangan kecerdasan emosional mereka, seperti kemampuan menunggu giliran, bekerja sama, dan mengendalikan diri selama tampil. Guru menyampaikan apresiasi dan evaluasi ringan untuk setiap anak, sekaligus menanamkan nilai-nilai positif seperti semangat, keberanian, dan solidaritas. Melalui proses ini, seni tari bukan hanya menjadi sarana untuk bergerak dan bermain, tetapi juga media pembelajaran yang kaya akan nilai-nilai emosional dan sosial. Pembelajaran tari di PAUD Lab School UNNES terbukti mampu mendorong anak untuk lebih percaya diri, empatik, dan terampil berinteraksi dalam lingkungan sosialnya.

Pembelajaran Tari Sebagai Penguatan Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang dalam mengenali dan mengelola emosinya sendiri, memahami perasaan orang lain, serta membina hubungan sosial yang sehat. Menurut Goleman (1995), menyebutkan lima aspek utama kecerdasan emosional, yaitu kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Dalam konteks anak usia dini, aspek pengendalian diri dan keterampilan sosial menjadi dua komponen yang sangat krusial untuk dikembangkan sejak dini, karena berkaitan langsung dengan kemampuan anak dalam berinteraksi, mengelola emosi, serta menyelesaikan konflik secara positif. Hasil pengamatan, wawancara, dan dokumentasi menunjukkan bahwa pembelajaran tari mampu menjadi alat yang efektif dalam menumbuhkan dua aspek utama kecerdasan emosional anak, yaitu pengendalian diri dan keterampilan sosial. Dua aspek ini kemudian dijelaskan lebih lanjut dalam sub-sub berikut.

Indikator Pengendalian Diri

Menurut Goleman (1995), pengendalian diri (self-regulation) adalah kemampuan untuk mengelola emosi, menahan impuls, dan berperilaku sesuai dengan situasi sosial yang ada. Dalam konteks anak usia dini, pengendalian diri mencakup kemampuan untuk menunggu giliran, mengontrol emosi saat kecewa, mengikuti aturan, dan menyesuaikan diri terhadap kondisi lingkungan sekitar.

Tabel 3. Hasil pengamatan perilaku pengendalian diri

No	Nama Siswa	Deskripsi Perilaku Pengendalian Diri
1.	Muhammad Hilmi At-Taqi	Menunggu giliran dengan tenang, mengikuti aba-aba freeze dengan baik, semangat saat latihan, dan langsung memperbaiki saat salah gerak.
2.	Muhammad Alzam Al Hafidz	Awalnya tampak ragu, namun mampu mengendalikan diri dalam kelompok, menunjukkan usaha menghafal gerak, dan mengikuti aturan dengan sadar.
3.	Keiko Shiva Zaara	Sempat meniru gerakan teman, namun menunjukkan usaha mandiri dan mulai bisa diam saat instruksi serta fokus saat tampil.
4.	India Attinasyahfarani Yustanto	Mampu menunggu giliran tanpa mengganggu teman, ekspresif saat menari, dan menunjukkan kemampuan menyesuaikan diri dalam kelompok.
5.	Mikayla Sheryl Aretha	Fokus saat latihan, tenang saat menerima instruksi, mampu mengatur diri saat gerakannya salah dengan melihat sekitar.
6.	Shakilla Rachma Adzkiyya Putri	Terlihat percaya diri saat tampil, memahami kapan harus diam dan kapan harus bergerak, serta aktif bertanya ke guru bila ragu.
7.	Agatha Mikhayla Mecca	Cepat memahami perintah, menunjukkan ketekunan dalam menyelesaikan latihan, dan tidak mudah terdistraksi oleh sekitar.
8.	Muhammad Elshaka Zhuvinata	Menunjukkan kesabaran tinggi saat menunggu giliran, mengikuti aturan dengan konsisten, dan antusias mengulang gerakan sulit.
9.	Melvin	Awalnya terdistraksi, namun dengan pembiasaan mulai fokus saat latihan, semangat dalam menampilkan gerakan bertema astronot.
10.	Bhirendra	Mengikuti aba-aba dengan baik, semangat bekerja sama, serta menunjukkan kemampuan memperbaiki kesalahan saat latihan.
11.	Karen	Tertib saat berlatih, mampu diam saat instruksi, menyelesaikan rangkaian gerakan meski sempat tertinggal.
12.	Adhisty	Menunjukkan perilaku sesuai situasi, seperti tenang saat instruksi dan semangat saat menari, serta aktif memberi contoh ke teman.

(Sumber; Siti Nurjanah, 4 Juli 2025)

Berdasarkan hasil observasi, anak-anak TK A di PAUD Lab School UNNES menunjukkan indikator pengendalian diri yang berkembang secara positif. Sebagian besar anak sudah mampu menunggu giliran, mengontrol emosi saat kecewa, mengikuti aturan yang

diberikan, serta menyesuaikan diri dalam situasi pembelajaran tari. Anak-anak terlihat dapat mengikuti instruksi guru, tidak mudah terdistraksi, serta mampu memperbaiki kesalahan secara mandiri. Hal ini sejalan dengan konsep pengendalian diri menurut Goleman (1995), yang menekankan pentingnya kemampuan mengelola emosi dan menahan impuls sebagai bagian dari kecerdasan emosional. Pembelajaran tari yang dilakukan secara rutin terbukti memberikan ruang bagi anak untuk melatih pengendalian diri melalui aktivitas yang menyenangkan, terstruktur, dan sesuai dengan tahap perkembangan mereka.

Indikator Ketrampilan Sosial

Dalam teori Goleman (1995), keterampilan sosial (*social skills*) adalah kemampuan menjalin hubungan, bekerja sama, berempati, dan berkomunikasi secara efektif dalam lingkungan sosial. Keterampilan ini sangat penting bagi anak usia dini agar dapat beradaptasi, menjalin pertemanan yang sehat, dan menyelesaikan konflik secara positif.

Tabel 4. Hasil pengamatan perilaku ketrampilan sosial

No	Nama Siswa	Deskripsi Perilaku ketrampilan sosial
1.	Muhammad Hilmi At-Taqi	Aktif memberi semangat ke teman, bersikap ramah kepada guru, dan terbiasa berbagi tempat dengan teman dalam kelompok menari.
2.	Muhammad Alzam Al Hafidz	Mau membantu temannya yang kesulitan menghafal gerakan, menghargai giliran tampil, dan menyapa guru sebelum latihan.
3.	Keiko Shiva Zaara	Sering membantu teman yang lupa gerakan, menunjukkan sikap sopan dalam diskusi, dan terbuka saat berdiskusi pemilihan lagu.
4.	India Attinasyahfarani Yustanto	Bekerja sama dengan baik dalam kelompok, menyelesaikan konflik kecil dengan komunikasi sederhana, dan senang menyapa teman.
5.	Mikayla Sheryl Aretha	Terbiasa berbagi peran dengan teman, menunjukkan empati saat ada teman sedih, serta aktif dalam diskusi gerakan tari.
6.	Shakilla Rachma Adzkiyya Putri	Menjadi contoh bagi teman dalam hal komunikasi sopan, bersedia memberi tempat menari, dan berinisiatif menenangkan teman yang gugup.
7.	Agatha Mikhayla Mecca	Kooperatif dalam latihan kelompok, menyimak pendapat teman dengan baik, dan mendukung teman saat tampil di depan.
8.	Muhammad Elshaka Zhuvinata	Mampu menyelesaikan konflik kecil dengan damai, terbiasa menyapa dan berbicara sopan kepada guru, serta menghargai pendapat teman.

9.	Melvin	Bersikap hangat terhadap teman baru, bekerja sama dalam barisan menari, dan menunjukkan empati saat temannya salah gerakan.
10.	Bhirendra	Aktif berdiskusi, suka memotivasi teman lain, dan bersikap toleran saat terjadi kesalahpahaman dalam kelompok.
11.	Karen	Mau membantu teman memperbaiki posisi, ramah terhadap semua anggota kelompok, dan menjaga harmoni dalam latihan.
12.	Adhisty	Bersedia mendampingi teman yang bingung saat latihan, menunjukkan sopan santun saat berbicara, serta ikut menjaga ketertiban latihan.

(Sumber; Siti Nurjanah, 4 Juli 2025)

Hasil observasi menunjukkan bahwa siswa TK A di PAUD Lab School UNNES telah menunjukkan perkembangan keterampilan sosial yang baik. Anak-anak tampak mampu bekerja sama dalam kelompok, berbagi peran, serta menunjukkan sikap empati dan komunikasi yang positif terhadap guru maupun teman. Mereka terbiasa menyapa, membantu teman yang kesulitan, serta menyelesaikan konflik kecil dengan cara damai. Hal ini sejalan dengan teori Goleman (1995), yang menyebutkan bahwa keterampilan sosial mencakup kemampuan menjalin relasi, bekerja sama, dan berkomunikasi secara efektif. Pembelajaran tari terbukti menjadi media yang efektif dalam membentuk interaksi sosial anak melalui aktivitas yang menekankan kerja kelompok, saling mendukung, dan berbagi pengalaman secara langsung di lingkungan yang menyenangkan dan terstruktur.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pembelajaran tari sebagai penguatan kecerdasan emosional anak usia dini di PAUD Lab School Universitas Negeri Semarang, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran tari berperan signifikan dalam mengembangkan dua aspek penting kecerdasan emosional menurut Goleman, yaitu pengendalian diri dan keterampilan sosial. Kegiatan tari yang dilakukan secara rutin dalam program intrakurikuler memberikan ruang bagi anak untuk belajar mengatur emosi, menyesuaikan perilaku dengan situasi sosial, serta menjalin interaksi yang sehat dengan teman dan guru. Selama proses pembelajaran, anak-anak menunjukkan kemampuan menunggu giliran, mengikuti instruksi, memperbaiki kesalahan, serta mampu bekerja sama, menunjukkan empati, dan menyelesaikan konflik kecil secara positif. Temuan ini menunjukkan bahwa pembelajaran seni tari bukan hanya sebagai media ekspresi gerak, tetapi juga sebagai strategi efektif untuk menstimulasi aspek afektif perkembangan anak.

Penelitian ini terbatas pada satu kelas anak usia 4-5 tahun di PAUD Lab School UNNES dengan fokus pada dua aspek kecerdasan emosional, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan untuk seluruh PAUD atau kelompok usia lainnya. Oleh karena itu, disarankan bagi penelitian selanjutnya untuk memperluas objek dan subjek penelitian, serta mempertimbangkan aspek kecerdasan emosional lainnya seperti empati lebih mendalam, motivasi, atau kesadaran diri. Selain itu, saran bagi pihak sekolah dan pendidik adalah agar terus mempertahankan dan mengembangkan pendekatan seni dalam pembelajaran, terutama seni tari, karena terbukti mampu memperkuat pondasi emosional dan sosial anak sejak dini.

DAFTAR REFERENSI

- Ashar, D. S., & Pamungkas, J. (2023). Pembelajaran seni tari sebagai upaya peningkatan kepercayaan diri pada anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4038–4048. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.4604>
- Dewi, J. K. (2020). Gerak dasar tari untuk anak usia dini. *Zuriah: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(2), 115. <https://doi.org/10.29240/zuriah.v1i2.2017>
- Fajrin, N. P. (2017). Ekspresi kegembiraan anak dalam model pembelajaran sentra di Kelompok B TK ABA Jokokaryan, Kecamatan Mantrijeron, Yogyakarta. *Paper Knowledge: Toward a Media History of Documents*, 4, 12–26.
- Foeh, Y., & Saefatu, M. (2024). Pengaruh pendidikan karakter terhadap kecerdasan emosional (EQ) di Sekolah Menengah Atas. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(2), 1161–1174. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i2.6416>
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
- Hidayatu Munawaroh. (2017). Implementasi pembelajaran tari dalam mengembangkan aspek perkembangan anak usia dini.
- Indra Soefandi, & Pramudya, S. A. (2008). *Strategi mengembangkan potensi kecerdasan anak*. Bee Media Indonesia.
- Jazuli. (2008). *Pendidikan seni budaya: Suplemen pembelajaran seni tari*.
- Kosasih, M., & Rahmaniah, F. (2014). Perilaku moral anak usia 4–5 tahun di taman kanak-kanak. *Jurnal Integrasi Sistem Industri*, 1(1), 1–8. <https://media.neliti.com/media/publications/101977-ID-none.pdf>
- Lobo, Y. B., & Winsler, A. (2008). The effects of a creative dance and movement program on the social competence of Head Start preschoolers. *Social Development*.
- Lombu, D. (2023). [Artikel tanpa judul]. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 3, 67–78. <http://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JURDIP/article/view/2083>

- Mariati, P., & Asmara, B. (2017). Pengembangan model pembelajaran inovatif gerak dan lagu tematik bagi guru Pos PAUD Terpadu (PPT) di Kota Surabaya. *Pedagogi: Jurnal Anak Usia Dini dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(3a), 9–20.
- Nisa, A. R., Patonah, P., Prihatiningrum, Y., & Rohita, R. (2021). Perkembangan sosial emosional anak usia 4–5 tahun: Tinjauan pada aspek kesadaran diri anak. *Jurnal Anak Usia Dini Holistik Integratif (AUDHI)*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.36722/jaudhi.v4i1.696>
- Sugiyono. (2016). *Metode pendekatan kualitatif, kuantitatif dan R&D*.
- Sundari, & Setyo, R. (2016). Pengembangan kepribadian dalam pembelajaran seni tari di sekolah. *Jurnal Imajinasi*, 10(1), 61–66. <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/imajinasi/article/view/8817/5780>
- Yusri, E., & Herawaty, Y. (2022). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan penerimaan teman sebaya pada remaja di masa pandemi COVID-19. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*, 1(2), 95–104. <https://doi.org/10.25299/jicop.v1i2.8657>
- Zahra Lubis, H., Syahri, K., Oktafianti, N., Salsabila, P., & Tarigan, S. N. (2024). Implementasi pembelajaran seni gerak dan tari pada anak usia dini (AUD). *Algebra: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Sains*, 4(2), 58–63. <https://doi.org/10.58432/algebra.v4i2.1111>