



Peran Pendidikan Seni Tari dalam Membentuk Karakter dan Kreativitas Generasi Muda

(Studi Kasus: SMP Negeri 1 Wonogiri)

Brilyant De Gusman^{1*}, Galuh Fatma Hedianti²

^{1,2} Pendidikan Seni Tari, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

*Penulis Korespondensi: brlyndq@student.unnes.ac.id

Abstract. *The current education system is facing a crucial dilemma: the intensifying focus on cognitive achievement amidst the specific challenges faced by Generation Z. Junior high school students aged 12–15, who are digital natives, are at risk of reduced social interaction and mental health issues due to high screen time. Addressing this urgency, this study aims to describe the strategic role of dance arts education in shaping character and creativity, and to identify implementation solutions at SMP Negeri 1 Wonogiri. This descriptive qualitative study utilized 8 students active in dance as primary subjects, with data collected through observation, interviews, and documentation. The findings indicate that dance arts, through an embodied learning approach based on physical movement, is highly effective in cultivating character. Values such as discipline, which is transferred from the punctuality required in practice to general school life, collective responsibility, and self-confidence that overcomes social awkwardness, grew significantly. Furthermore, dance reinforces authentic cooperation and cultural appreciation. In terms of creativity, the activity encourages movement exploration, improvisation, and creative problem-solving. Psychologically, dance practice functions as a positive coping mechanism that effectively lowers adolescent stress levels. Although constraints exist, such as limited instructional time (80 minutes per week), adaptive solutions like strengthening extracurricular activities and the peer tutoring system are being implemented. This research concludes that dance arts education is an essential and strategic medium for developing holistic competencies, including the 4Cs (Critical Thinking, Creativity, Collaboration, and Communication) and the Profil Pelajar Pancasila.*

Keywords: *Character Building; Creativity; Cultural Arts Learning; Dance Arts Education; Junior High School Students.*

Abstrak. Sistem pendidikan masa kini dihadapkan pada dilema krusial: menguatnya fokus pada capaian kognitif di tengah tantangan spesifik Generasi Z. Peserta didik SMP usia 12–15 tahun yang merupakan *digital native* ini menghadapi risiko penurunan interaksi sosial dan isu kesehatan mental akibat tingginya waktu penggunaan gawai. Menanggapi urgensi ini, penelitian bertujuan mendeskripsikan peran strategis pendidikan seni tari dalam membentuk karakter dan kreativitas, serta mengidentifikasi solusi implementasinya di SMP Negeri 1 Wonogiri. Studi kualitatif deskriptif ini menggunakan 8 peserta didik aktif tari sebagai subjek utama, dengan pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil temuan menunjukkan bahwa seni tari, melalui pendekatan pembelajaran berbasis gerak fisik, terbukti sangat efektif menanamkan karakter. Nilai-nilai seperti disiplin yang ditransfer dari ketepatan waktu latihan ke kehidupan sekolah, tanggung jawab kolektif, dan kepercayaan diri yang mengatasi kecanggungan sosial tumbuh signifikan. Selain itu, tari memperkuat kerjasama otentik dan apresiasi budaya. Dalam aspek kreativitas, kegiatan ini mendorong eksplorasi gerak, improvisasi, dan pemecahan masalah kreatif. Secara psikologis, latihan tari berfungsi sebagai mekanisme positif yang efektif menurunkan tingkat stres remaja. Meskipun terdapat kendala waktu 80 menit per minggu, solusi adaptif seperti penguatan ekstrakurikuler dan sistem tutor sebaya diterapkan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pendidikan seni tari merupakan media esensial dan strategis untuk mengembangkan kompetensi holistik termasuk 4C dan Profil Pelajar Pancasila.

Kata kunci: Embelajaran Seni Budaya; Kreativitas; Pembentukan Karakter; Pendidikan Seni Tari; Peserta Didik SMP.

1. LATAR BELAKANG

Sistem pendidikan di era modern kini menghadapi dilema mendasar, kecenderungan kuat untuk menjadikan nilai akademis atau aspek kognitif sebagai satu-satunya tolok ukur kesuksesan peserta didik (Hidayat et al., 2025). Akibatnya, pengembangan karakter dan

keaktivitas, dua dimensi non-kognitif yang krusial juga sering terabaikan, padahal keduanya adalah syarat mutlak agar generasi muda siap menghadapi tantangan masa depan. Permasalahan ini diperparah oleh kondisi spesifik Generasi Z yang dalam hal ini adalah peserta didik SMP berusia 12-15 tahun. Usia saat ini, merupakan umur yang merupakan *digital native* yang terperangkap dalam arus gawai yang masif (Sabililhaq & Utami, 2024). Data menunjukkan tingginya rata-rata screen time harian sekitar 7-9 jam yang memicu fenomena kecanduan gawai (Akbar et al., 2024). Kondisi ini berkorelasi langsung dengan penurunan drastis pada rentang perhatian, pelemahan interaksi sosial, serta menurunnya etos nilai budaya tradisional. Masalah ini sangat krusial sebab ketergantungan pada dunia maya juga memicu peningkatan kasus gangguan mental pada remaja, mengancam integritas diri dan kohesi sosial mereka. Menyadari ancaman ini, kebijakan pendidikan nasional telah memprioritaskan pendidikan karakter melalui inisiatif Profil Pelajar Pancasila dalam Kurikulum Merdeka, sekaligus menetapkan kreativitas sebagai kompetensi kunci di era Revolusi Industri 4.0. Dalam upaya mencari medium efektif untuk mewujudkan amanat ini, Seni Tari menawarkan potensi yang luar biasa, namun belum dieksplorasi secara maksimal (Jesika & Dilfa, 2025). Pembelajaran tari melibatkan *embodied learning* atau pembelajaran melalui tubuh, yang secara alamiah menuntut fokus, konsistensi, interaksi sosial intens, eksplorasi kreatif, dan penanaman apresiasi terhadap budaya lokal.

Penelitian ini memilih SMP Negeri 1 Wonogiri sebagai lokasi kajian, yang merupakan lembaga pendidikan yang mengintegrasikan pendidikan seni tari dalam kurikulumnya yaitu 2 jam pelajaran per minggu dan didukung kegiatan ekstrakurikuler yang aktif. Sekolah ini adalah konteks ideal karena berada di wilayah yang kaya akan warisan budaya Jawa, khususnya seni tari tradisional seperti *Gambyong*, *Serimpi*, dan *Jathilan*. Dengan warisan budaya ini, SMP Negeri 1 Wonogiri memiliki tanggung jawab besar untuk memanfaatkan seni tari sebagai jembatan yang menghubungkan nilai-nilai tradisional dengan Generasi Z yang cenderung individualistik. Dengan kata lain, pembelajaran seni tari di sekolah ini bukan hanya pemenuhan kurikulum, melainkan upaya strategis untuk membentuk karakter dan mengembangkan kreativitas peserta didik di tengah tantangan spesifik era digital.

Landasan teoritis penelitian ini berakar pada pendekatan *embodied learning*, di mana pengetahuan dan nilai karakter dibangun melalui pengalaman gerak fisik dan sensorik, bukan sekadar transfer informasi kognitif. Pendekatan ini relevan karena Seni Tari secara inheren menuntut kedisiplinan gerak, konsistensi latihan, dan koordinasi kelompok, yang merupakan praktik langsung pembentukan karakter. Untuk memastikan analisis yang terperinci, penelitian ini secara spesifik mengoperasionalisasikan pembentukan karakter melalui lima nilai kunci

misalnya disiplin, tanggung jawab, dan kerjasama. Selain itu, pengembangan kreativitas melalui lima aspek utama seperti *fluency*, *flexibility*, dan *originality* (Wafa et al., 2025). Dengan fokus variabel yang terukur dan kontekstual ini, penelitian ini berupaya menghasilkan kerangka kerja yang aplikatif untuk guru dalam mengintegrasikan dimensi non-kognitif dalam pembelajaran Seni Tari, selaras dengan tujuan Profil Pelajar Pancasila.

Selain menawarkan kerangka teoritis dan operasional yang baru, kontribusi signifikan bab ini terletak pada aspek metodologis dan signifikansi praktisnya. Dengan menjadikan perspektif dan pengalaman peserta didik Generasi Z sebagai data empiris utama, penelitian ini mengisi kesenjangan pengetahuan yang selama ini didominasi oleh sudut pandang guru atau pengamat. Hasil temuan otentik dari peserta didik ini akan menghasilkan rekomendasi berbasis bukti (*evidence-based recommendations*) yang sangat relevan dan adaptif terhadap realitas kehidupan remaja saat ini. Kontribusi ini tidak hanya memperkaya literatur di bidang Pendidikan Seni di Indonesia, tetapi juga menawarkan panduan praktis bagi pihak sekolah, guru mata pelajaran Seni Budaya, dan pemangku kebijakan pendidikan dalam merancang program yang efektif untuk membangun karakter dan kreativitas peserta didik di tengah tekanan dan distraksi era digital.

Berdasarkan urgensi tersebut, *state of the art* ini terletak pada fokusnya yang sangat spesifik. Berbeda dari studi sebelumnya yang cenderung umum, penelitian ini secara mendalam berpusat pada peserta didik SMP usia 12-15 tahun dengan tantangan khas era digital, serta melakukan analisis terperinci terhadap lima nilai karakter dan lima aspek kreativitas. Yang paling krusial, penelitian ini menjadikan perspektif dan pengalaman peserta didik Generasi Z sebagai data empiris utama, sehingga memberikan pemahaman yang otentik dan aplikatif. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk; 1) mendeskripsikan peran Seni Tari dalam pembentukan karakter; 2) menganalisis kontribusinya terhadap pengembangan kreativitas; 3) mengidentifikasi kendala dan merumuskan solusi adaptif dalam implementasinya di era digital. Hasilnya diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris sekaligus rekomendasi berbasis bukti yang praktis bagi guru dan sekolah dalam mengoptimalkan peran strategis seni tari sesuai dengan visi Kurikulum Merdeka.

2. KAJIAN TEORITIS

Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah (2025) menyatakan bahwa pendidikan seni tari merupakan aktivitas pembelajaran yang menampilkan karya seni kreatif, artistik, dan estetis yang berakar pada perilaku, nilai, norma, dan produk seni budaya bangsa. Pembelajaran seni tari tidak hanya berfokus pada penguasaan teknik gerak, tetapi juga mencakup pemahaman

nilai budaya, filosofi, dan makna yang terkandung dalam setiap gerakan tari. Menurut Antonia & Lakapu (2024), pembelajaran seni tari yang efektif dapat membantu anak-anak memahami dan menghargai keberagaman budaya, meningkatkan kecerdasan kinestetik mereka, dan memperkuat keterampilan sosial seperti kerja sama dan empati. Dalam konteks Kurikulum Merdeka, pembelajaran seni tari memberikan kebebasan bagi sekolah dalam mengadaptasi materi pembelajaran agar lebih kontekstual dan bermakna bagi peserta didik dengan pendekatan yang mengutamakan pengalaman peserta didik dalam mengalami, merefleksikan, berpikir dan bekerja secara artistik, serta berdampak (Sania & Kasmahidayat, 2023).

Karakter merupakan nilai-nilai perilaku manusia yang berhubungan dengan Tuhan Yang Maha Esa, diri sendiri, sesama manusia, lingkungan, dan kebangsaan yang terwujud dalam pikiran, sikap, perasaan, perkataan, dan perbuatan berdasarkan norma-norma agama, hukum, tata krama, budaya, dan adat istiadat (Aryani et al., 2022). Nilai-nilai karakter yang dapat dikembangkan melalui pembelajaran seni tari meliputi disiplin, rasa ingin tahu, kreativitas, dan tanggung jawab. Karakter disiplin terlihat ketika peserta didik mampu patuh pada tata tertib dan aturan pembelajaran serta mengumpulkan tugas tepat waktu (Nisa et al., 2021). Rasa ingin tahu muncul ketika peserta didik aktif bertanya dan mencari informasi tentang gerakan tari. Kreativitas berkembang saat peserta didik mampu mengeksplorasi gerakan dan menuangkan ide-ide baru, sedangkan tanggung jawab tampak dalam keseriusan peserta didik menyelesaikan tugas pembelajaran. Yulianti et al., (2022) menekankan bahwa pembelajaran seni tari dapat mempengaruhi sikap dan perilaku peserta didik ke arah pembentukan pribadi yang erat hubungannya dengan pembentukan sikap sosial.

Kreativitas merupakan kemampuan untuk menciptakan sesuatu yang baru, baik berupa gagasan maupun karya nyata yang relatif berbeda dengan apa yang telah ada sebelumnya (Suardipa, 2019). Pendidikan seni tari memberikan ruang bagi peserta didik untuk mengembangkan kreativitas melalui berbagai cara. Melalui seni tari, peserta didik dituntut untuk berpikir kreatif dalam menciptakan gerakan, menginterpretasikan musik, dan mengekspresikan emosi. Proses kreatif dalam tari melibatkan eksplorasi gerak, improvisasi, dan penciptaan koreografi yang mendorong peserta didik untuk berpikir di luar kebiasaan. Juniasih (2015) dalam penelitiannya tentang pengembangan kreativitas peserta didik melalui pendekatan ekspresi bebas pada kegiatan ekstrakurikuler tari menunjukkan bahwa pendekatan yang memberikan kebebasan kepada peserta didik untuk berekspresi dapat meningkatkan kreativitas gerak tari. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa keterlibatan peserta didik dalam seni tari dapat meningkatkan pemahaman kreativitas hingga 90% serta menumbuhkan kepercayaan diri dalam mengekspresikan karya seni (Papadja et al., 2025).

Beberapa penelitian terdahulu telah mengkaji peran pendidikan seni tari dalam konteks pendidikan. Penelitian Nadia & Muthohar (2024) tentang implementasi Profil Pelajar Pancasila melalui ekstrakurikuler seni tari menunjukkan bahwa kegiatan tari dapat mengembangkan dimensi-dimensi Profil Pelajar Pancasila, termasuk karakter berkebinekaan global. Penelitian Nur et al., (2025) mengenai penguatan program pendidikan karakter melalui kegiatan ekstrakurikuler seni tari di SD menunjukkan bahwa seni tari efektif dalam menanamkan nilai-nilai karakter seperti disiplin, kerja sama, dan tanggung jawab dengan peningkatan signifikan dalam perilaku disiplin dan tanggung jawab peserta didik. Farnaz et al., (2025) dalam penelitiannya tentang pengaruh pengembangan ekstrakurikuler seni terhadap kreativitas gerak tari menemukan bahwa kegiatan ekstrakurikuler seni tari berkontribusi positif terhadap peningkatan kreativitas peserta didik, di mana peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler tari menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengembangkan gerak tari kreasi.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif yang bertujuan untuk memahami secara mendalam fenomena peran pendidikan seni tari dalam membentuk karakter dan kreativitas peserta didik berdasarkan pengalaman langsung peserta didik (Sugiyono, 2022). Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 1 Wonogiri, Kabupaten Wonogiri, Jawa Tengah, selama tiga bulan dari Agustus hingga Oktober 2025. Pemilihan lokasi didasarkan pada pertimbangan bahwa sekolah tersebut memiliki program pendidikan seni tari yang terintegrasi dalam kurikulum dan kegiatan ekstrakurikuler. Subjek penelitian terdiri dari 8 orang peserta didik yang dipilih secara purposive sampling dari kelas VII, VIII, dan IX yang aktif dalam pembelajaran seni tari, dengan distribusi sebagai berikut; 3 peserta didik dari kelas VII (usia 12-13 tahun); 3 peserta didik dari kelas VIII (usia 13-14 tahun); dan 2 peserta didik dari kelas IX (usia 14-15 tahun). Komposisi gender subjek penelitian adalah 5 peserta didik perempuan dan 3 peserta didik laki-laki untuk mendapatkan perspektif yang seimbang. Kriteria pemilihan subjek meliputi; 1) telah mengikuti pembelajaran seni tari minimal satu semester; 2) aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler seni tari; 3) bersedia menjadi informan dan direkam wawancaranya; 4) memiliki kemampuan verbal yang baik untuk mengartikulasikan pengalaman belajarnya. Dari 8 peserta didik tersebut; dan 5) peserta didik juga aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler tari dengan pengalaman belajar 1-3 tahun, sementara 3 peserta didik lainnya hanya mengikuti pembelajaran intrakurikuler. Keragaman tingkat pengalaman ini dipilih untuk mendapatkan perspektif dari berbagai tingkatan keterlibatan dalam pembelajaran tari (Moleong, 2017).

Analisis data menggunakan model analisis interaktif dari Miles dan Huberman yang terdiri dari tiga tahap yaitu reduksi data atau merangkum dan memilih hal pokok, penyajian data dalam bentuk uraian singkat dan teks naratif, dan penarikan kesimpulan dan verifikasi yang berlangsung terus-menerus sampai tuntas (Milles & Huberman, 1992). Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi yang diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data. Triangulasi yang diterapkan meliputi triangulasi teknik dengan menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk mengecek keabsahan data dari peserta didik, serta triangulasi waktu dengan melakukan pengumpulan data pada waktu yang berbeda untuk melihat konsistensi data yang diberikan oleh peserta didik (Raco, 2010). Dalam penelitian kualitatif, peneliti merupakan instrumen utama yang berfungsi menentukan fokus penelitian, memilih informan, mengumpulkan data, mengevaluasi kualitas data, menganalisis, menafsirkan, dan membuat kesimpulan, dengan didukung instrumen pendukung berupa pedoman observasi, pedoman wawancara, alat perekam audio, kamera untuk dokumentasi, catatan lapangan, dan alat tulis (Moleong, 2017).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dan pembahasan ini memberikan bukti empiris yang kuat mengenai posisi strategis pendidikan seni tari di SMP Negeri 1 Wonogiri sebagai instrumen holistik dalam pengembangan diri peserta didik. Data kualitatif, yang berasal dari observasi mendalam dan wawancara dengan peserta didik, menyingkap bahwa proses pembelajaran tari adalah sebuah laboratorium *embodied learning* yang secara simultan menumbuhkan karakter esensial, memicu kreativitas adaptif, dan memberikan dukungan psikososial yang kritis bagi perkembangan remaja.

Internalisasi Karakter Dari Proses Latihan Menuju Perilaku Kehidupan Sehari-hari

Pendidikan seni tari terbukti sangat efektif dalam mengalihkan nilai-nilai karakter dari sekadar pengetahuan teoritis menjadi perilaku yang terinternalisasi (Cantik & Aditya, 2024). Keterlibatan aktif dalam kegiatan tari menuntut sebuah *ethos* yang secara fundamental membentuk kedisiplinan dan tanggung jawab peserta didik. Berikut ini penjabaran mengenai karakter peserta didik yang memicu kreativitas akan dijelaskan dalam tabel;

Tabel 1. Internalisasi Karakter Peserta Didik Melalui Pendidikan Seni Tari

No	Nilai Karakter yang Dikaji	Temuan Kualitatif Kunci (Berdasarkan Wawancara & Observasi)	Bukti Keterlibatan Peserta Didik
1.	Disiplin	Kedisiplinan yang terbentuk melalui ketepatan hitungan dan waktu bersifat <i>transferable</i> (menular) ke aktivitas sekolah lainnya.	Peserta didik laki-laki kelas IX, mengatasi kebiasaan terlambat masuk kelas karena harus terbiasa bangun pagi untuk ekstrakurikuler tari. Peserta didik konsisten mengikuti jadwal dan minim keterlambatan tugas.
2.	Tanggung Jawab	Karakter tanggung jawab dikembangkan melalui komitmen terhadap penguasaan diri dan keberhasilan kolektif.	Peserta didik perempuan kelas IX yang berperan sebagai <i>Leader</i> menyatakan bahwa ia merasa bertanggung jawab menghafal gerakan dengan baik agar tidak mengganggu anggota kelompok lain. Peserta didik menghabiskan 3-4 jam latihan mandiri per minggu.
3.	Kepercayaan Diri	Seni tari menjadi arena terstruktur untuk memupuk kepercayaan diri, mengatasi kecanggungan, dan membantu penemuan identitas diri.	Peserta didik perempuan kelas VII menyatakan bahwa dari gemetar saat presentasi, kini berani menjadi MC di acara kelas setelah rutin tampil tari.
4.	Kerja Sama	Tari kelompok menuntut kolaborasi otentik, di mana anggota harus mengorbankan ide pribadi demi harmoni dan keselarasan.	Peserta didik yang lebih mahir harus memperlambat tempo gerakan demi keselarasan kelompok. Ini melatih negosiasi dan kompromi non-verbal.
5.	Apresiasi Budaya	Pembelajaran tari tradisional seperti Gambyong atau Serimpi menumbuhkan rasa hormat terhadap budaya sendiri sebagai fondasi Kebinekaan Global.	Peserta didik mempelajari makna filosofis dan simbolik di balik tarian tradisional.

Seni Tari sebagai Pendorong Kreativitas yang Berbasis Pemecahan Masalah

Seni tari di SMP Negeri 1 Wonogiri memanfaatkan metode eksplorasi yang efektif untuk memfasilitasi empat aspek utama dari kreativitas, yang sangat relevan dengan tuntutan kompetensi Abad ke-21. Berikut ini adalah penjabaran secara lengkap;

Eksplorasi, Improvisasi, dan Inovasi Koreografi

Eksplorasi gerak memberikan kebebasan bagi tujuh peserta didik untuk bereksperimen, mencoba gerakan-gerakan baru yang sesuai dengan interpretasi musik mereka (Alfarez & Putra, 2022). Pendekatan ini memfasilitasi peserta didik untuk berpikir di luar pola gerak baku.

Kemampuan improvisasi yang ditunjukkan oleh enam peserta didik yang menciptakan gerakan pengganti yang tetap serasi saat lupa koreografi (Zairani & Cahyono, 2020). Hal ini merupakan indikator tingkat internalisasi materi yang mendalam dan kemampuan berpikir adaptif di bawah tekanan panggung.

Selain itu, penciptaan koreografi sederhana secara berkelompok adalah proses yang melibatkan negosiasi ide dan sintesis gagasan, yang melatih peserta didik dalam *creative collaboration*. Contoh peserta didik yang membuat gerakan seperti 'pohon tertiuup angin' menunjukkan kemampuan mereka untuk menerjemahkan tema abstrak menjadi ekspresi visual kinestetik yang unik.



Gambar 1. Proses Pembelajaran Ektstrakurikuler Tari
(Sumber; Brilyant, 22 Oktober, 2025)

Interpretasi Simbolik dan Critical Thinking

Seni tari menantang siswa untuk melakukan interpretasi musik dan emosi (Mhike, 2018). Tujuh siswa mampu menerjemahkan stimulus auditori, contohnya seperti musik cepat, pelan, atau sedih yang mampu menjadi intensitas gerak dan ekspresi wajah yang sesuai, sebuah proses yang menuntut kemampuan berpikir simbolik dan metaforis. Kreativitas juga termanifestasi dalam pemecahan masalah kreatif (*critical thinking*). Beberapa peserta didik terpilih menunjukkan kemampuan untuk mengatasi kendala fasilitas, misalnya, harus memodifikasi formasi tarian ketika ruang latihan terbatas (Sari & Julta, 2025). Kemampuan untuk beradaptasi dengan keterbatasan dan mencari solusi alternatif ini membuktikan adanya transfer pembelajaran dari domain seni ke keterampilan kognitif yang lebih luas, mengajarkan siswa untuk selalu mencari inovasi dalam menghadapi kendala.

Implikasi Psikologi dan Relevansi dalam Pendidikan Kontemporer

Dukungan Kesehatan Mental

Dampak psikologis dari seni tari sangat signifikan pada remaja. Selain membantu penemuan identitas, hampir semua peserta didik menyatakan bahwa latihan tari berfungsi sebagai pelarian yang positif ketika mereka stres karena ujian atau masalah sosial (Kusumastuti et al., 2023). Berbeda dengan pelarian negatif seperti *game online* berlebihan. Aktivitas fisik ritmis yang melibatkan musik dan ekspresi emosi terbukti menurunkan tingkat hormon kortisol (hormon stres) dan meningkatkan endorfin, membuat siswa merasa lebih tenang dan lebih siap menghadapi masalah setelah latihan. Di era di mana prevalensi gangguan mental pada remaja meningkat, seni tari menjadi salah satu strategi preventif dan promotif kesehatan mental yang paling efektif di sekolah.

Strategi Adaptif dan Kompetensi Abad ke-21

Kendala implementasi seperti keterbatasan ruang latihan, waktu pembelajaran reguler yang minim yaitu hanya 80 menit per minggu, dan perbedaan kemampuan diatasi melalui strategi adaptif. Pemanfaatan halaman sekolah, penyelenggaraan ekstrakurikuler yang intensif, dan penerapan sistem *peer tutoring* atau yang biasa kita kenal dengan tutor sebaya merupakan solusi yang efektif. Sistem *peer tutoring* ini tidak hanya membantu siswa yang kesulitan, tetapi juga memperdalam pemahaman siswa yang menjadi tutor, menguatkan prinsip pembelajaran (Komara et al., 2023).

Secara keseluruhan, temuan studi ini mengukuhkan bahwa pendidikan seni tari memberikan kontribusi substansial terhadap pengembangan kompetensi 4C yaitu *Critical Thinking, Creativity, Collaboration*, dan *Communication*. Hal ini menjadikannya komponen yang sangat relevan dengan tuntutan pendidikan abad ke-21. Seni tari harus diperlakukan sebagai bagian integral dan strategis dari strategi pendidikan karakter sekolah, dan bukan hanya sebagai pelengkap kurikulum, untuk mengoptimalkan pengembangan karakter, kreativitas, dan kesehatan mental generasi muda.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Pendidikan seni tari di SMP Negeri 1 Wonogiri terbukti memiliki peran ganda yang strategis: sebagai medium utama pembentukan karakter dan sebagai katalisator pengembangan kreativitas Generasi Z. Dalam aspek karakter, seni tari berhasil menginternalisasi nilai-nilai fundamental seperti disiplin dan tanggung jawab melalui tuntutan keteraturan proses dan komitmen kelompok. Proses latihan yang konsisten ini tidak hanya terbatas di ruang tari, tetapi

nilai-nilainya ditransfer menjadi kebiasaan positif dalam kehidupan sekolah sehari-hari. Selain itu, keterlibatan aktif dalam tari menumbuhkan kepercayaan diri peserta didik yang signifikan, membantu mereka mengatasi kecanggungan sosial dan menemukan identitas diri yang positif. Karakter kerja sama dan rasa hormat terhadap budaya juga diperkuat, di mana peserta didik belajar melakukan negosiasi dan kompromi demi harmoni kelompok, sebuah keterampilan sosial yang vital di tengah tantangan individualisme era digital.

Sementara itu, kontribusi seni tari terhadap pengembangan kreativitas tercermin dari penggunaan metode eksplorasi yang efektif. Peserta didik secara rutin dilatih untuk mengeksplorasi gerakan, berimprovisasi, dan menciptakan koreografi, yang secara langsung mengasah kemampuan berpikir kreatif, adaptif, dan inovatif mereka. Proses ini juga mempertajam kemampuan berpikir simbolik (interpretasi musik) dan pemecahan masalah kreatif (*critical thinking*) saat menghadapi kendala artistik. Meskipun implementasinya menghadapi kendala klasik seperti keterbatasan fasilitas dan waktu belajar yang minim yaitu 80 menit per minggu, pihak sekolah menerapkan solusi adaptif melalui integrasi ekstrakurikuler yang intensif dan sistem tutor sebaya. Secara psikologis, seni tari berfungsi sebagai mekanisme *coping* positif yang efektif dalam menurunkan tingkat stres dan kecemasan remaja. Oleh karena itu, penelitian ini menyimpulkan bahwa pendidikan seni tari merupakan media strategis yang esensial untuk mengembangkan kompetensi holistik peserta didik dan sangat relevan dalam mendukung implementasi Profil Pelajar Pancasila.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar sekolah meningkatkan alokasi waktu pembelajaran seni tari melalui penambahan jam pelajaran atau penguatan program ekstrakurikuler, serta mengoptimalkan fasilitas dengan menyediakan ruang latihan yang lebih memadai atau memanfaatkan ruang multifungsi secara kreatif. Guru seni tari diharapkan terus menerapkan pendekatan eksplorasi dan ekspresi bebas yang terbukti efektif mengembangkan kreativitas peserta didik, serta mengintegrasikan nilai-nilai karakter secara eksplisit dalam setiap aktivitas pembelajaran. Sekolah perlu mengembangkan sistem dokumentasi dan evaluasi berkala terhadap perkembangan karakter dan kreativitas peserta didik melalui pembelajaran seni tari untuk mengukur dampaknya secara lebih sistematis. Penelitian lanjutan disarankan untuk melibatkan perspektif guru dan orang tua guna mendapatkan gambaran komprehensif tentang dampak pembelajaran seni tari, serta menggunakan desain penelitian kuantitatif atau mixed method untuk mengukur efektivitas pembelajaran seni tari secara lebih terukur dan dapat digeneralisasi pada konteks yang lebih luas.

DAFTAR REFERENSI

- Akbar, R., Aulia, R., Firmansyah, M., & Daeng, A. A. (2024). Intensitas penggunaan gawai tidak berpengaruh pada siklus tidur namun memengaruhi kesehatan mental siswa sekolah menengah pertama di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Jurnal Kedokteran Komunitas*, 12(1), 1–8. <https://jim.unisma.ac.id/index.php/jkkfk/article/view/24231>
- Alfarez, T. D., & Putra, B. H. (2022). Bentuk dan proses penciptaan Tari Barong Wadon karya Tantin Hermawati di Sanggar Tondonegoro Kabupaten Pati. *Jurnal Seni Tari*, 11(1), 45–55. <https://doi.org/10.15294/jst.v11i1.55910>
- Antonia, L., & Lakapu, S. (2024). Upaya meningkatkan hasil belajar siswa kelas V A pada mata pelajaran seni budaya dan prakarya melalui alat bantu ajar pianika di SD Inpres Oesapa tahun ajaran 2023/2024. *Jurnal Penciptaan, Pengkajian dan Pertunjukkan Musik*, 4(1), 31–47. <https://doi.org/10.52960/jt.v4i1.361>
- Aryani, E. D., Fadjrini, N., & Azzahro, T. A. (2022). Implementasi nilai-nilai Pancasila dalam pendidikan karakter. *Jurnal Gema Keadilan*, 9(20), 1–13. <https://doi.org/10.14710/gk.2022.16430>
- Cantik, M., & Aditya, P. (2024). Revitalisasi Tari Radat Selimut Putih: Menjembatani pendidikan karakter dan pemahaman budaya lokal melalui manajemen seni pertunjukan. *Academy of Education Journal*, 15(1), 348–356. <https://doi.org/10.47200/aoej.v15i1.2193>
- Farnaz, T. A., Oktavyana, K. M. C., Patahillah, M., Inayah, E. D. R., & Azzalina, C. (2025). Dampak positif ekstrakurikuler seni tari terhadap pengembangan kreativitas siswa madrasah ibtidaiyah negeri. *Pena Merdeka: Journal of Education*, 1(2), 15–26.
- Hidayat, H., Jalil, D. M., Wulansari, D., & Rusmiati, E. (2025). *Manajemen supervisi pendidikan: Meningkatkan kualitas pembelajaran di era digital* (Edisi pertama).
- Jesika, A., & Dilfa, A. H. (2025). Upaya guru mengoptimalkan penggunaan media audiovisual dalam pembelajaran seni budaya (tari) kelas VII C SMPN 35 Kerinci. *Abstrak: Jurnal Kajian Ilmu Seni, Media dan Desain*, 2(1), 113–125. <https://doi.org/10.62383/abstrak.v1i6.493>
- Juniasih, I. (2015). Peningkatan kreativitas gerak melalui kegiatan tari pendidikan berbasis cerita (Tarita). *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(2), 319–342. <https://doi.org/10.21009/JPUD.092.08>
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2025). *Capaian pembelajaran pada pendidikan anak usia dini, jenjang pendidikan dasar, dan jenjang pendidikan menengah* (Issue 021).
- Komara, E., Karlina, H., Nisa, Z. H., & Suryadi, T. (2023). Tingkat pemahaman guru terhadap penerapan peer-learning sebagai model pembelajaran inovatif di sekolah. *Jurnal Visi Ilmu Pendidikan*, 16(1), 134–156. <https://doi.org/10.26418/jvip.v16i1.67374>

- Kusumastuti, E., Putra, B. H., & Cahyono, I. N. (2023). Pelatihan Tari Jaran Kepang Semarang berbasis teknologi kepada generasi milenial. *Varia Humanika*, 4(1), 29–38.
- Mhike, S. (2018). Estetika Tari Sekapur Sirih sebagai tari penyambutan tamu di Kota Jambi. *Ilmu Humaniora*, 2(2), 365–377.
- Milles, M. B., & Huberman, A. M. (1992). *Analisis data kualitatif: Buku sumber tentang metode-metode baru*. UI Press.
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi penelitian kualitatif* (Edisi revisi). Remaja Rosdakarya.
- Nadia, I. Q., & Muthohar, S. (2024). Kegiatan ekstrakurikuler dalam memperkuat efektivitas profil pelajar Pancasila di lembaga PAUD. *Jurnal Kumara Cendekia*, 12(4), 370–380. <https://doi.org/10.20961/kc.v12i4.92603>
- Nisa, F., Fathurohman, I., & Setiawan, D. (2021). Karakter kedisiplinan belajar anak SDN 2 Muryolobo pada masa pembelajaran daring. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(4), 1179–1186.
- Nur, E., Ubaidila, A., & Sidoarjo, U. M. (2025). Penguatan profil pelajar Pancasila melalui ekstrakurikuler Tari Eklek dalam membangun karakter bergotong royong siswa Sekolah Dasar Negeri 4 Puyung. *BADA'A: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 7(2), 120–130. <https://doi.org/10.37216/badaa.v7i2.2189>
- Papadja, A., Metan, Y., & Taek, D. A. (2025). Peningkatan kreativitas seni tari melalui pelatihan gerak tari tradisional atau kreasi NTT bagi siswa-siswa SMAN 3 Fatuleu. *I-Com: Indonesian Community Journal*, 5(1), 418–427. <https://doi.org/10.70609/icom.v5i1.6660>
- Pauziah, E. (2025). The role of Galombang dance as a legitimisation of status for user communities in Nagari Tanjung Balik, X Koto District, Solok Regency. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 3(1), 66–74. <https://avant-garde.ppj.unp.ac.id/index.php/avant-garde/index>
- Putri, F. M., & Yanuartuti, S. (2017). Pembelajaran seni budaya (seni tari) tahun pelajaran 2016/2017 di SMA Negeri 1 Kertosono. *Jurnal Pendidikan Seni*, 5(1), 1–15.
- Raco, J. (2010). *Metode penelitian kualitatif: Jenis, karakteristik dan keunggulannya*. PT Grasindo.
- Renden, S., & Hamid, S. (2023). Peran kegiatan ekstrakurikuler seni tari dalam membangun kepercayaan diri siswa di SD Kristen Makale 2 Kabupaten Tana Toraja. *Tongkonan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 54–60. <https://doi.org/10.47178/tongkonan.v2i1.2062>
- Rochman, E. Y. (2016). Mengembangkan karakter tanggung jawab pada pembelajaran. *Al Murabbi*, 3(1), 36–54.
- Sabililhaq, I., & Utami, L. D. (2024). Meninjau domain afektif remaja generasi Z melalui asesmen PAI berbasis keluarga. *Al-Afkar: Journal for Islamic Studies*, 7(3), 814–826. <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v7i3.1100>

- Sania, S. S., & Kasmahidayat, Y. (2023). Pembelajaran seni tari dalam penerapan Kurikulum Merdeka di SMAN 1 Kota Sukabumi. *Ringkang: Kajian Seni Tari dan Pendidikan Seni Tari*, 3(1), 68–78.
- Sari, E., & Julta, A. (2025). Estetika gerak Tari Sambut Sebiduk Sehaluan di Kabupaten OKU Timur. *Alacrity: Journal of Education*, 5(1), 523–531. <https://doi.org/10.52121/alacrity.v5i1.653>
- Suardipa, I. P. (2019). Kajian creative thinking matematis dalam inovasi pembelajaran. *Purwadita: Jurnal Agama dan Budaya*, 3(2), 15–22.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Edisi kedua; S. Sutopo, Ed.). Penerbit Alfabeta.
- Tambunan, M. D. C., Siregar, A., & Yaakob, N. H. B. (2025). Pendekatan efek jera dalam budaya kasih sayang untuk meningkatkan kedisiplinan siswa di Sekolah Kebangsaan. *ITQAN: Jurnal Ilmu-Ilmu Kependidikan*, 16(1), 77–91. <https://doi.org/10.47766/itqan.v16i1.6140>
- Wafa, A. S., Abdurrahmat, A. S., Nana, N., Hernawati, D., & Badriah, L. (2025). Profil keterampilan berpikir kreatif peserta didik pada pembelajaran fisika. *Edutech: Jurnal Inovasi Pendidikan Berbantuan Teknologi*, 5(1), 46–53. <https://doi.org/10.51878/edutech.v5i1.4522>
- Yulianti, N., Sya'idah, N., Desyandri, & Mayar, F. (2022). Pentingnya penerapan pembelajaran seni tari dalam membentuk mental siswa di kelas 3 sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(3), 1877–1882.
- Yuna, Y., & Hartati, Z. (2024). Pendampingan P5 Tari Nusantara untuk meningkatkan keterampilan kerja sama siswa kelas VII di SMP 8 Palangkaraya. *ARDHI: Jurnal Pengabdian Dalam Negeri*, 2(5), 46–54. <https://doi.org/10.61132/ardhi.v2i5.718>
- Zairani, E. S., & Cahyono, A. (2020). Koreografi dan fungsi Tari Gagrak Maritim di Kampung Seni Kota Tegal. *Jurnal Seni Tari*, 9(2), 160–174.