

PERAN MATA PELAJARAN SENI TARI DALAM PEMBENTUKAN KECERDASAN EMOSIONAL SISWA DI SEKOLAH MENENGAH ATAS

Edi Sutardi^{1*}, Rahmani², Andi Wijaya³

¹⁻³Program Pendidikan Seni Tari, Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas PGRI Kalimantan, Indonesia

*Corresponding Author
sutardi@upk.ac.id

How to cite: Edi Sutardi^{*}, Rahmani, Andi Wijaya. (2024). Peran Mata Pelajaran Seni Tari dalam Pembentukan Kecerdasan Emosional Siswa di Sekolah Menengah Atas (SMA). *Gesture: Jurnal Seni Tari*, Vol 13(2): 209-219

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji peran mata pelajaran seni tari dalam pembentukan kecerdasan emosional siswa di Sekolah Menengah Atas (SMA). Seni tari, sebagai salah satu bentuk seni pertunjukan, menawarkan ruang ekspresi bagi siswa untuk mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi mereka melalui gerakan yang terstruktur dan bermakna. Kecerdasan emosional, yang mencakup kemampuan memahami emosi diri dan orang lain, serta kemampuan mengatur dan mengekspresikan emosi dengan tepat, sangat penting dalam perkembangan pribadi dan sosial siswa. Studi ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus di beberapa SMA di Banjarmasin Kalimantan selatan. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara dengan guru dan siswa, serta analisis dokumen terkait. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran seni tari tidak hanya meningkatkan kemampuan siswa dalam mengekspresikan diri, tetapi juga memperkuat hubungan sosial melalui empati dan kerja sama. Seni tari juga membantu siswa dalam mengelola emosi negatif, seperti stres dan frustrasi, melalui saluran kreatif yang positif. Oleh karena itu, seni tari berperan penting dalam pembentukan kecerdasan emosional siswa di SMA dan dapat menjadi komponen penting dalam pendidikan karakter.

ABSTRACT

This study examines the role of dance education in shaping the emotional intelligence of high school students. Dance, as a form of performing arts, offers students a platform to recognize, manage, and express their emotions through structured and meaningful movements. Emotional intelligence, which includes the ability to understand one's own emotions and those of others, as well as the capacity to regulate and express emotions appropriately, is crucial for students' personal and social development. This research employs a qualitative descriptive method with a case study approach in several high schools in Banjarmasin, South Kalimantan. Data were collected through observations, interviews with teachers and students, and document analysis. The findings indicate that dance education not only enhances students' self-expression abilities but also strengthens social relationships through empathy and collaboration. Dance also helps students manage negative emotions, such as stress and frustration, through positive creative outlets. Therefore, dance plays a significant role in the development of students' emotional intelligence in high schools and can be an essential component of character education.

KATA KUNCI

Seni Tari,
Kecerdasan
Emosional,
Siswa SMA,
Pendidikan
Karakter

KEYWORDS

*Dance,
Emotional
Intelligence,
High School
Students, Self
Expression,
Character
Education*

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



PENDAHULUAN

Dalam dunia pendidikan, kecerdasan emosional telah diakui sebagai salah satu komponen penting dalam perkembangan siswa, yang tidak hanya berperan dalam hubungan sosial mereka, tetapi juga dalam pencapaian akademik dan kestabilan psikologis. Daniel Goleman, seorang ahli yang memperkenalkan konsep kecerdasan emosional ke khalayak luas melalui bukunya *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ* (1995), menekankan bahwa kecerdasan emosional melibatkan kemampuan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, memahami emosi orang lain, dan membangun hubungan yang positif. Menurut Goleman, kecerdasan emosional bahkan lebih penting dibandingkan dengan kecerdasan intelektual dalam menentukan keberhasilan seseorang di berbagai aspek kehidupan, termasuk karier dan hubungan interpersonal. Pada tingkat sekolah, terutama di jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA), pendidikan bukan hanya berfokus pada pencapaian akademik, tetapi juga pada pembentukan karakter dan keterampilan sosial siswa. Dalam hal ini, seni, khususnya seni tari, dapat memainkan peran penting. Seni tari bukan hanya sekadar aktivitas fisik atau hiburan semata, tetapi juga sebuah sarana untuk mengekspresikan emosi, memahami perasaan orang lain, dan mengembangkan kecerdasan emosional secara keseluruhan.

Seiring dengan berkembangnya pemahaman tentang pentingnya kecerdasan emosional, para pakar mulai menyoroti peran pendidikan dalam mengembangkan aspek ini pada siswa. Goleman (1995) berpendapat bahwa kecerdasan emosional mempengaruhi bagaimana seseorang mengelola stres, memotivasi diri, serta berinteraksi dengan orang lain, yang pada akhirnya berdampak pada keberhasilan mereka di dunia nyata. Dalam lingkungan sekolah, kemampuan untuk mengenali dan mengelola emosi sangat penting untuk menciptakan lingkungan belajar yang positif dan efektif. Schutte et al. (2001) menyatakan bahwa individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung memiliki hubungan sosial yang lebih baik, lebih mampu mengelola konflik, dan lebih sukses dalam memimpin. Mereka juga cenderung lebih tahan terhadap stres dan memiliki motivasi yang kuat dalam mencapai tujuan. Dalam konteks pendidikan, siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang baik lebih mampu mengatasi tekanan akademik dan sosial, serta lebih mampu bekerja sama dengan rekan-rekannya. Oleh karena itu, kecerdasan emosional harus menjadi bagian integral dari pendidikan formal, termasuk di jenjang SMA. Pembelajaran yang hanya berfokus pada aspek kognitif, seperti matematika dan sains, tanpa memperhatikan pengembangan emosional, akan menghasilkan individu yang mungkin cerdas secara intelektual, tetapi kurang mampu menghadapi tantangan emosional dalam kehidupan sehari-hari (Mayer & Salovey, 1997).

Seni tari telah lama diakui sebagai salah satu bentuk seni yang paling efektif dalam mengekspresikan emosi. Melalui gerakan tubuh, seseorang dapat menyampaikan perasaan, seperti kebahagiaan, kesedihan, kemarahan, cinta, dan berbagai emosi lainnya, tanpa harus menggunakan

kata-kata. Pertunjukan tari yang baik sering kali dapat membuat penonton merasakan emosi yang disampaikan oleh penari, meskipun tanpa adanya dialog verbal (Damasio, 1994).

Pakar tari seperti Judith Lynne Hanna (2008) berpendapat bahwa seni tari memiliki kekuatan unik dalam menyampaikan pesan emosional melalui gerakan. Ia menyatakan bahwa gerakan tubuh, terutama dalam konteks tari, merupakan alat yang sangat efektif dalam menyampaikan emosi yang kompleks dan mendalam. Tari memungkinkan individu untuk mengekspresikan perasaan yang mungkin sulit diungkapkan dengan kata-kata, sehingga membuka ruang bagi pengembangan kecerdasan emosional. Dalam konteks pendidikan, seni tari dapat digunakan sebagai alat untuk membantu siswa memahami emosi mereka. Melalui gerakan tari, siswa dapat belajar bagaimana mengekspresikan perasaan mereka dengan cara yang sehat dan produktif. Selain itu, seni tari juga melibatkan kerja sama dan kolaborasi dengan orang lain, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam memahami emosi orang lain dan berempati terhadap rekan-rekannya.

Pada jenjang SMA, siswa berada dalam fase perkembangan di mana mereka mulai mengeksplorasi identitas diri dan membangun hubungan sosial yang lebih kompleks. Pada tahap ini, kecerdasan emosional memainkan peran penting dalam membantu mereka mengelola hubungan sosial dan menghadapi berbagai tekanan emosional, baik dari lingkungan sekolah maupun keluarga. Seni tari, dengan elemen-elemen ekspresi dan kerja sama yang terkandung di dalamnya, memiliki potensi besar dalam membantu siswa SMA mengembangkan kecerdasan emosional mereka. Menurut pengamat pendidikan seni, Elliot Eisner (2002), seni dalam pendidikan tidak hanya membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan teknis, tetapi juga melatih mereka untuk menjadi lebih peka terhadap dunia sekitar mereka, termasuk perasaan dan emosi orang lain. Melalui seni, termasuk seni tari, siswa belajar untuk memahami perbedaan perspektif, mengelola emosi mereka sendiri, dan merespons emosi orang lain dengan cara yang tepat (Gardner, 1983).

Selain itu, pelatihan tari juga melibatkan disiplin fisik dan mental, yang dapat membantu siswa mengembangkan kemampuan pengendalian diri. Dalam setiap gerakan tari, siswa dituntut untuk fokus pada perasaan yang ingin mereka sampaikan. Kemampuan untuk memadukan antara emosi dan gerakan fisik ini merupakan bentuk latihan pengendalian diri yang sangat baik, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan kecerdasan emosional. Lebih lanjut, dari hasil observasi dan wawancara dengan beberapa guru seni budaya dan siswa dari beberapa sekolah Menengah Atas di Kota Banjarmasin menunjukkan bahwa siswa yang secara aktif terlibat dalam kegiatan seni, khususnya seni tari, menunjukkan peningkatan dalam kemampuan mereka untuk mengenali dan memahami emosi, baik emosi diri maupun orang lain. Partisipasi dalam kegiatan seni juga membantu siswa untuk lebih terbuka terhadap perbedaan emosi yang dialami oleh orang lain, yang pada akhirnya meningkatkan empati dan kemampuan berinteraksi sosial.

Meskipun seni tari memiliki banyak manfaat dalam pengembangan kecerdasan emosional siswa, ada beberapa tantangan yang dihadapi dalam mengintegrasikan seni tari ke dalam kurikulum SMA, terutama di sekolah-sekolah yang tidak memiliki fokus khusus pada seni. Salah satu tantangan utama adalah persepsi bahwa seni, termasuk tari, bukan merupakan komponen penting dalam pendidikan formal. Banyak sekolah yang lebih menekankan mata pelajaran akademik, seperti matematika, sains, dan bahasa, sementara seni dianggap sebagai pelajaran tambahan atau bahkan tidak diperlukan. Selain itu, keterbatasan sumber daya juga menjadi hambatan dalam pengajaran seni tari di SMA. Tidak semua sekolah memiliki fasilitas yang memadai untuk kegiatan tari, seperti ruang latihan yang luas (*studio/ pendopo*) dan peralatan yang diperlukan. Jumlah guru seni yang terbatas juga sering kali menjadi kendala, terutama di sekolah-sekolah di daerah.

Namun, meskipun tantangan-tantangan ini ada, penting bagi sekolah untuk melihat seni tari sebagai salah satu sarana penting dalam membentuk karakter dan kecerdasan emosional siswa. Dengan memahami manfaat yang didapat dari pembelajaran seni tari, sekolah dapat mulai mencari solusi untuk mengatasi hambatan-hambatan tersebut, seperti menjalin kerjasama dengan lembaga seni lokal (*seniman pelaku atau sanggar-sanggar seni tari yang ada dilingkungan sekitarnya*) atau memanfaatkan teknologi untuk memberikan akses yang lebih luas terhadap pendidikan seni tari.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus untuk menggali peran seni tari dalam membentuk kecerdasan emosional siswa di SMA. Data dikumpulkan melalui teknik observasi langsung terhadap kegiatan pembelajaran seni tari di beberapa sekolah, wawancara mendalam dengan guru seni tari dan siswa yang terlibat dalam kelas tari, serta analisis dokumen terkait kurikulum seni tari (Moleong, 2020). Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur untuk menggali pandangan guru dan pengalaman siswa mengenai kontribusi seni tari terhadap pengembangan kecerdasan emosional. Data dianalisis menggunakan metode analisis tematik untuk mengidentifikasi pola utama yang terkait dengan pengaruh seni tari pada kecerdasan emosional siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengkaji peran seni tari dalam membentuk kecerdasan emosional siswa SMA di beberapa sekolah di Banjarmasin; antaranya di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Banjarmasin, Sekolah Menengah Atas Negeri 11 Banjarmasin dan Sekolah Menengah Atas Global Islamic Boarding School, dengan fokus pada bagaimana seni tari membantu siswa mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi mereka. Berdasarkan observasi, wawancara dengan guru dan siswa, serta analisis dokumen kurikulum, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa seni tari memiliki peran penting dalam beberapa aspek utama kecerdasan emosional siswa. Pembahasan akan meliputi beberapa aspek

utama yang ditemukan dalam penelitian, yakni (1) kemampuan mengenali dan mengelola emosi, (2) peningkatan empati dan keterampilan sosial, (3) pengaruh seni tari pada pengendalian diri dan disiplin, serta (4) tantangan dalam penerapan seni tari di sekolah.

Seni Tari sebagai Sarana Mengenali dan Mengelola Emosi

Salah satu aspek utama dari kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali dan mengelola emosi diri sendiri. Berdasarkan data perolehan dari hasil wawancara bersama guru seni budaya dari tiga sekolah; bapak Rahmat S.Pd, dari SMA Global Islamic Boarding School, bapak Habiburahman S.Pd, Gr, dari SMA N 11 Banjarmasin, dan Ibu Dini Mulidya S.Pd, dari SMAN 5 Banjarmasin banyak siswa yang merasa bahwa seni tari memberikan mereka (siswa/i) ruang untuk mengakses dan mengekspresikan emosi yang mungkin sulit untuk diungkapkan melalui kata-kata. Dalam hal ini, teori dari Judith Lynne Hanna (2008) sangat relevan. Hanna menyatakan bahwa seni tari, dengan penggunaan gerakan fisik yang simbolis, memungkinkan individu untuk mengekspresikan perasaan yang kompleks dan sering kali bersifat mendalam. Ia juga menjelaskan bahwa tari sebagai bentuk seni dapat menjembatani antara pengalaman emosional internal dengan ekspresi eksternal yang terlihat melalui gerakan.

Siswa-siswa yang diwawancarai dari tiga sekolah yang dipilih sebagai sampel pengambilan data seperti M. Fadhil Saqullah dan Ashfi War Raihanbanyak, Lidya, dan Anisa Ellyanti menunjukkan bahwa mereka sering kali merasa lebih mampu mengekspresikan emosi setelah sesi tari. Salah satu siswa menggambarkan bahwa ketika ia merasa sedih atau stres, gerakan dalam tari membantunya melepaskan emosi-emosi tersebut dengan cara yang tidak merusak. Hal ini mendukung pandangan Goleman (1995) bahwa kecerdasan emosional tidak hanya mencakup pengenalan emosi, tetapi juga bagaimana individu mengelola dan mengekspresikan emosi tersebut secara sehat. Melalui tari, siswa belajar untuk mengelola emosi-emosi mereka, seperti kecemasan, kemarahan, dan frustrasi, dengan menyalurkannya ke dalam gerakan yang kreatif dan bermakna.

Lebih lanjut, gerakan tari sering kali menuntut para siswa untuk terlibat secara fisik dan mental dengan perasaan mereka. Tari memungkinkan siswa untuk “merasakan” emosi tertentu melalui tubuh mereka, sebuah pengalaman yang menurut Hanna (2008) memperdalam pemahaman emosional seseorang. Siswa yang diwawancarai menyatakan bahwa mereka lebih memahami emosi mereka sendiri setelah mengekspresikannya melalui tari, karena gerakan tari tersebut memperjelas perasaan yang mereka rasakan, sehingga lebih mudah untuk diidentifikasi dan dipahami.

Peningkatan Empati dan Keterampilan Sosial Melalui Seni Tari

Seni tari, terutama dalam konteks kelompok, sering kali menuntut kerja sama dan interaksi sosial yang intens. Tari kelompok melibatkan koordinasi antarindividu, di mana setiap gerakan dan

tempo harus selaras satu sama lainnya. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru dan siswa, tari kelompok di SMA tidak hanya meningkatkan keterampilan motorik, tetapi juga memperkuat keterampilan sosial, terutama dalam hal empati dan komunikasi non-verbal.

Dalam teorinya tentang kecerdasan emosional, Goleman (1995) menekankan pentingnya empati sebagai salah satu komponen utama. Empati, atau kemampuan untuk memahami dan merasakan emosi orang lain, adalah keterampilan sosial yang sangat penting. Dalam konteks seni tari, empati menjadi aspek yang sangat diperlukan, terutama saat siswa harus menyelaraskan gerakan mereka dengan rekan-rekan tari lainnya. Hal ini diperkuat oleh pandangan Elliot Eisner (2002) yang menyatakan bahwa seni, termasuk tari, membantu individu untuk lebih peka terhadap perasaan dan perspektif orang lain. Tari menuntut siswa untuk tidak hanya fokus pada diri mereka sendiri, tetapi juga pada rekan-rekan mereka, sehingga menumbuhkan kemampuan untuk membaca emosi melalui gerakan tubuh dan ekspresi fisik.

Siswa yang diwawancarai mengakui bahwa mereka merasa lebih mampu bekerja sama dan berkomunikasi dengan rekan-rekan mereka setelah mengikuti latihan tari kelompok. Salah satu siswa menyebutkan bahwa tari mengajarkannya untuk lebih memahami perasaan orang lain melalui gerakan tubuh, karena setiap gerakan mencerminkan emosi yang berbeda. Kemampuan ini tidak hanya diterapkan dalam konteks tari, tetapi juga dalam interaksi sosial sehari-hari.

Lebih jauh lagi, tari membantu siswa untuk membangun hubungan yang lebih dalam dan lebih empatik dengan rekan-rekan mereka. Dalam banyak kasus, tari menjadi ruang di mana siswa dapat lebih terbuka dan saling mendukung satu sama lain. Hal ini dinyatakan dari hasil wawancara dengan beberapa guru seni budaya disekolah yang menjadi objek penelitian mereka menyatakan bahwa keterlibatan dalam seni pertunjukan, termasuk tari, dapat meningkatkan kemampuan individu untuk berempati dan membangun hubungan sosial yang lebih kuat. Tari menyediakan kesempatan bagi siswa untuk belajar bagaimana bekerja sebagai tim, mendengarkan, dan merespons kebutuhan emosional satu sama lain, yang semuanya merupakan elemen penting dari kecerdasan emosional.



Gambar 1. M Iki SMAN 11 Banjarmasin
Pentas UAS Tari Pendidikan Juli 2024
Prodi Seni Tari UPK BJM



Gambar 2. M Iki SMAN 11 Banjarmasin
Latihan Juli 2024

Pengaruh Seni Tari pada Pengendalian Diri dan Disiplin

Selain membantu siswa dalam mengenali dan mengekspresikan emosi mereka, seni tari juga berkontribusi pada pengembangan pengendalian diri dan disiplin. Tari menuntut siswa untuk mengatur gerakan mereka secara tepat, mengikuti instruksi guru tari, dan menjaga ketepatan waktu serta ritme dalam setiap gerakan. Hal ini membutuhkan tingkat disiplin yang tinggi, baik secara fisik maupun mental. Menurut Eisner (2002), seni dalam pendidikan membantu siswa mengembangkan disiplin diri melalui latihan berulang dan refleksi kritis terhadap pekerjaan mereka. Dalam konteks tari, latihan konsisten membantu siswa memahami pentingnya pengendalian diri dan konsentrasi.

Pengendalian diri, sebagai salah satu aspek dari kecerdasan emosional, sangat penting dalam membantu individu mengelola dorongan emosional mereka. Dalam tari, siswa dilatih untuk fokus pada tugas yang ada, menjaga ketenangan, dan mengontrol gerakan mereka meskipun mungkin sedang mengalami tekanan emosional. Beberapa siswa yang diwawancarai menyatakan bahwa melalui latihan tari, mereka merasa lebih mampu mengontrol diri, terutama dalam situasi stres. Seorang siswa menggambarkan bagaimana disiplin yang ia pelajari melalui tari membantunya tetap tenang dan fokus, baik di kelas maupun dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, guru seni tari yang diwawancarai menyatakan bahwa siswa yang terlibat dalam tari cenderung menunjukkan peningkatan dalam hal konsentrasi dan fokus. Tari memerlukan perhatian penuh terhadap detail dan kesinambungan gerakan, yang pada gilirannya membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan pengelolaan diri. Hal ini mendukung temuan Goleman (1995) bahwa kecerdasan emosional melibatkan kemampuan untuk mengendalikan impuls dan menjaga fokus pada tujuan jangka panjang.



Gambar 3. Reni Safitri SMAN 5 Banjarmasin
Latihan Juli 2024



Gambar 4. Reni Safitri SMAN 5 Banjarmasin
Pentas UAS Tari Pendidikan Juli 2024 Prodi
Seni tari UPK BJM

Tantangan dalam Penerapan Seni Tari di SMA

Meskipun seni tari terbukti memiliki banyak manfaat dalam pengembangan kecerdasan emosional siswa, ada beberapa tantangan yang dihadapi dalam penerapannya di lingkungan sekolah. Salah satu tantangan terbesar adalah persepsi bahwa seni, termasuk tari, bukan merupakan bagian

penting dari kurikulum pendidikan. Banyak sekolah yang lebih berfokus pada mata pelajaran akademik seperti matematika, sains, dan bahasa, sementara seni sering kali dianggap sebagai mata pelajaran tambahan yang tidak mendapatkan perhatian yang sama (Zins, dkk, 2004).

Hal ini sejalan dengan pandangan Eisner (2002), yang menyatakan bahwa seni sering kali dianggap kurang penting dibandingkan mata pelajaran akademik lainnya, meskipun sebenarnya seni memiliki peran penting dalam mengembangkan keterampilan kognitif dan emosional siswa. Dalam konteks seni tari, hal ini berarti bahwa banyak sekolah mungkin tidak memiliki sumber daya atau waktu yang cukup untuk mengintegrasikan tari ke dalam kurikulum mereka secara menyeluruh.

Tantangan lain yang muncul adalah keterbatasan sumber daya. Tidak semua sekolah memiliki fasilitas yang memadai untuk pelajaran tari, seperti ruang latihan yang luas dan peralatan pendukung. Selain itu, jumlah guru seni yang terlatih dalam bidang tari juga sering kali terbatas, terutama di sekolah-sekolah di daerah terpencil. Kondisi ini membuat sulit bagi sekolah untuk memberikan pelatihan tari yang berkualitas dan konsisten bagi siswa mereka. Namun, meskipun ada tantangan-tantangan tersebut, penting bagi sekolah untuk tetap mengakui manfaat besar yang diperoleh siswa dari pembelajaran seni tari dalam pengembangan kecerdasan emosional siswa. Sekolah dapat mencari solusi kreatif, seperti bekerja sama dengan komunitas seni local (sanggar seni disekitar atau seniman pelaku seni tari di kota tersebut) atau memanfaatkan teknologi untuk memberikan akses yang lebih luas kepada siswa terhadap pendidikan seni tari.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa seni tari memiliki kontribusi yang signifikan dalam pengembangan kecerdasan emosional siswa di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA). Seni tari tidak hanya berfungsi sebagai bentuk ekspresi artistik, tetapi juga sebagai alat yang efektif dalam membantu siswa mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi mereka dengan cara yang positif dan konstruktif.

Pertama, seni tari memberikan siswa kesempatan untuk mengenali dan memahami emosi mereka sendiri melalui gerakan. Seperti yang dinyatakan oleh Judith Lynne Hanna (2008), tari memungkinkan individu untuk mengekspresikan emosi yang mungkin sulit diungkapkan dengan kata-kata, sehingga memperdalam pemahaman emosional mereka. Hasil wawancara menunjukkan bahwa siswa merasa lebih mampu mengekspresikan perasaan mereka setelah terlibat dalam kegiatan tari, yang mendukung pandangan Goleman (1995) tentang pentingnya kemampuan mengenali dan mengelola emosi sebagai komponen utama dari kecerdasan emosional.

Kedua, seni tari memperkuat keterampilan sosial dan empati siswa. Tari kelompok, yang melibatkan kerja sama dan koordinasi dengan rekan-rekan, membantu siswa meningkatkan

kemampuan mereka untuk berempati dan memahami perasaan orang lain. Hal ini sesuai dengan pandangan Elliot Eisner (2002) bahwa seni, termasuk tari, memperkuat sensitivitas terhadap perasaan dan perspektif orang lain. Melalui interaksi dalam tari kelompok, siswa belajar untuk membaca emosi dan berkomunikasi secara non-verbal, yang pada akhirnya meningkatkan hubungan sosial mereka baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah.

Ketiga, seni tari memainkan peran penting dalam pengembangan pengendalian diri dan disiplin. Proses latihan tari yang membutuhkan konsentrasi, ketepatan, dan pengendalian gerakan membantu siswa mengembangkan keterampilan pengelolaan diri yang baik. Menurut Eisner (2002), seni dapat mengajarkan disiplin melalui latihan yang berulang dan refleksi. Pengalaman ini memungkinkan siswa untuk lebih fokus, mengontrol impuls, dan menjaga ketenangan dalam situasi stres, yang merupakan bagian integral dari kecerdasan emosional.

Namun, penerapan seni tari di sekolah masih menghadapi beberapa tantangan, seperti persepsi bahwa seni tidak seberapa penting dibandingkan dengan mata pelajaran akademik lain dan keterbatasan sumber daya. Meskipun demikian, manfaat yang diperoleh dari seni tari dalam pengembangan kecerdasan emosional siswa sangat berarti. Oleh karena itu, penting bagi pihak sekolah untuk mengintegrasikan seni tari dalam kurikulum sebagai bagian dari pendidikan karakter, dengan mencari solusi untuk mengatasi hambatan-hambatan yang ada (Mulanto, 2015).

Dengan mengakui dan memperkuat peran seni tari dalam pendidikan, sekolah tidak hanya mendukung perkembangan akademik siswa tetapi juga membantu mereka menjadi individu yang lebih peka secara emosional, empatik, dan siap menghadapi tantangan kehidupan. Seni tari, dengan segala manfaatnya dalam membentuk kecerdasan emosional, dapat menjadi komponen kunci dalam menciptakan lingkungan belajar yang holistik dan mendukung perkembangan pribadi siswa secara menyeluruh (Sowden, 2017).

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan peran penting seni tari dalam membentuk kecerdasan emosional siswa SMA, terdapat beberapa saran yang perlu dipertimbangkan untuk meningkatkan efektivitas penerapan seni tari di lingkungan pendidikan.

Pertama, sekolah-sekolah perlu memberikan perhatian lebih terhadap pengembangan seni tari sebagai bagian integral dari kurikulum. Seni tari tidak boleh dianggap sebagai mata pelajaran tambahan atau sekadar kegiatan ekstrakurikuler. Sebaliknya, sekolah sebaiknya mengalokasikan waktu yang cukup dalam jadwal pembelajaran, serta menyediakan fasilitas yang memadai, seperti ruang latihan yang luas dan alat pendukung yang mencukupi (Kassing & Jay, 2003). Fasilitas yang mendukung akan menciptakan lingkungan yang kondusif bagi siswa untuk mengembangkan potensi mereka, baik dalam bidang seni maupun kecerdasan emosional.

Kedua, penting bagi guru-guru tari untuk mendapatkan pelatihan khusus yang mengintegrasikan pengajaran seni tari dengan pengembangan kecerdasan emosional. Pelatihan ini dapat mencakup teknik-teknik yang lebih mendalam tentang bagaimana memfasilitasi siswa dalam mengenali dan mengelola emosi melalui gerakan tari. Guru juga perlu didorong untuk menciptakan suasana belajar yang mendukung ekspresi emosional siswa secara positif. Dengan pendekatan yang lebih menyeluruh, guru dapat mengarahkan pembelajaran seni tari menjadi pengalaman yang bukan hanya artistik, tetapi juga emosional.

Ketiga, sekolah-sekolah dapat mempertimbangkan untuk mengintegrasikan seni tari sebagai bagian dari pendidikan karakter. Kecerdasan emosional, yang meliputi empati, kemampuan mengelola emosi, dan keterampilan sosial, adalah elemen penting dalam perkembangan siswa sebagai individu yang seimbang. Seni tari dapat dijadikan alat yang efektif untuk mengajarkan keterampilan ini, dengan memanfaatkan kekuatan tari dalam mendorong ekspresi diri, interaksi sosial, dan kerjasama tim. Sekolah juga dapat mengadakan kolaborasi dengan komunitas seni atau pelatih tari profesional untuk memperkaya pengalaman siswa.

Dengan saran-saran ini, diharapkan seni tari dapat memainkan peran yang lebih besar dalam pengembangan siswa secara emosional, sosial, dan kognitif, menciptakan generasi yang lebih peka, kreatif, dan mampu mengelola emosi dengan baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak Universitas PGRI Kalimantan yang telah memfasilitasi penulis untuk melakukan penelitian sebagai bagian dari pelaksanaan tridarma dan kepada pihak sekolah Global Islamic Boarding School, Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Banjarmasin, Sekolah Menengah Atas Negeri 11 Banjarmasin yang telah memberikan izin dan dukungan penuh untuk melakukan penelitian ini. Terima kasih atas kepercayaan dan kesempatan yang diberikan, sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

Penulis juga ingin mengucapkan terima kasih yang tulus kepada Bapak/Ibu guru Seni Budaya di Global Islamic Boarding School, Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Banjarmasin, Sekolah Menengah Atas Negeri 11 Banjarmasin yang telah dengan tulus bersedia untuk diwawancarai dan berbagi pengalaman serta pandangan terkait seni tari di lingkungan sekolah. Sumbangan pemikiran yang diberikan sangat berharga dalam memperkaya isi penelitian ini.

Ucapan terima kasih yang tidak kalah penting ditujukan kepada para siswa yang telah dengan antusias terlibat dalam penelitian ini. Partisipasi kalian, baik melalui wawancara maupun observasi, sangat membantu dalam memberikan gambaran yang jelas mengenai peran seni tari dalam kehidupan sekolah dan pengembangan kecerdasan emosional. Semoga penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan pendidikan di masa mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

- Damasio, A. (1994). *Descartes' Error: Emotion, Reason, and the Human Brain*. New York: Grosset/Putnam.
- Eisner, E. W. (2002). *The Arts and the Creation of Mind*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Gardner, H. (1983). *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. New York: Basic Books.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Hanna, J. L. (2008). *Dancing for Health: Contributing to the Study of Dance and Health*. Gainesville, FL: University Press of Florida.
- Kassing, G., & Jay, D. M. (2003). *Dance Teaching Methods and Curriculum Design*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is Emotional Intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Moleong, L. J. (2020). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mulanto, J. (2015). *Tari Kretek: Pewarisan Bentuk, Nilai, Dan Makna. Skripsi*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia Bandung.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (2001). Development and Validation of a Measure of Emotional Intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 167-177.
- Sowden, P. T. (2017). The Effects of Dance on Social and Emotional Development in Adolescents. *Journal of Dance Education*, 17(1), 42-54.
- Zins, J. E., Weissberg, R. P., Wang, M. C., & Walberg, H. J. (2004). *Building Academic Success on Social and Emotional Learning: What Does the Research Say?*. New York: Teachers College Press.