

**PEMBELAJARAN TARI UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN  
MOTORIK ANAK PADA SISWA KELAS 3 SMP KATOLIK ROSA MYSTICA  
KUPANG**

**Agnes Laura Mali<sup>1</sup>, Agustinus R. A Ellu<sup>2</sup>**  
[agnesmali10@gmail.com](mailto:agnesmali10@gmail.com)<sup>1</sup>, [elureno9@gmail.com](mailto:elureno9@gmail.com)<sup>2</sup>  
**Universitas Katolik Widya Mandira Kupang**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik siswa melalui pembelajaran tari di SMP Katolik Rosa Mystica Kupang. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus dan melibatkan guru seni budaya serta siswa kelas 3. Setiap siklus terdiri atas tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Data penelitian diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan keterampilan motorik halus dan kasar siswa setelah diterapkannya pembelajaran tari berbasis praktik dan kolaboratif. Siswa menunjukkan peningkatan dalam koordinasi tubuh, keseimbangan, ketepatan mengikuti irama, serta kepercayaan diri dalam menampilkan gerak tari. Berdasarkan hasil tersebut, pembelajaran tari terbukti dapat menjadi sarana yang efektif untuk mengembangkan keterampilan motorik dan membangun rasa percaya diri siswa SMP Katolik Rosa Mystica Kupang. Dengan demikian, kegiatan tari di sekolah perlu diterapkan secara berkelanjutan sebagai bagian dari proses pembelajaran seni budaya yang aktif, kreatif, dan menyenangkan.

**Kata Kunci:** Pembelajaran Tari, Keterampilan Motorik, Tindakan Kelas, Siswa SMP.

**ABSTRACT**

*This study aims to improve students' motor skills through dance learning at SMP Katolik Rosa Mystica Kupang. The research method used was Classroom Action Research (CAR), conducted in two cycles involving cultural arts teachers and eighth-grade students. Each cycle consisted of four stages: planning, action implementation, observation, and reflection. Data were collected through observation, interviews, and documentation. The findings revealed an increase in both fine and gross motor skills after the implementation of practice-based and collaborative dance learning. Students demonstrated better body coordination, balance, rhythm accuracy, and self-confidence in performing dance movements. Based on these results, dance learning proved to be an effective means of developing students' motor skills and building self-confidence among students at SMP Katolik Rosa Mystica Kupang. Therefore, dance activities in schools should be continuously implemented as part of an active, creative, and enjoyable cultural arts learning process that supports students' psychomotor and affective development..*

**Keywords:** Dance Learning, Motor Skills, Classroom Action Research, Junior High School Students.

## PENDAHULUAN

Pendidikan Seni Budaya merupakan salah satu mata pelajaran yang berperan penting dalam mengembangkan potensi estetika, kreativitas, dan apresiasi siswa terhadap karya seni. Melalui pembelajaran Seni Budaya, peserta didik diharapkan mampu mengekspresikan diri, memahami nilai-nilai budaya bangsa, serta dapat menumbuhkan sikap apresiatif terhadap keberagaman seni dan tradisi. Namun, pelaksanaan pembelajaran Seni Budaya di berbagai satuan pendidikan masih menghadapi sejumlah kendala, baik dari segi internal siswa maupun faktor eksternal seperti sarana prasarana, metode pembelajaran, serta dukungan lingkungan sekolah dalam proses belajar.

Di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Rosa Mystica, mata pelajaran Seni Budaya telah diterapkan sesuai dengan kurikulum yang berlaku. Akan tetapi, berdasarkan pengamatan saya sebagai guru magang dan hasil wawancara awal dengan guru mata pelajaran, ditemukan beberapa permasalahan yang dialami oleh siswa kelas 3 dalam proses pembelajaran seni terutama pada seni tari. Hal ini terlihat dari rendahnya antusiasme dan keterampilan gerak siswa saat mengikuti kegiatan praktik seni tari. Permasalahan tersebut terjadi dikarenakan kurangnya minat dan motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan praktik seni tari, keterbatasan fasilitas pendukung seperti alat musik, alat praktik seni tari, serta media pembelajaran yang memadai, dan keterbatasan waktu pembelajaran serta latihan yang kurang dalam menuntaskan seluruh kompetensi dasar yang ditetapkan.

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan Keterampilan Motorik Anak pada Siswa kelas 3 SMP Katolik Rosa Mystica Kupang dalam melaksanakan pembelajaran Seni tari. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan rekomendasi bagi guru serta pihak sekolah dalam meningkatkan kualitas proses pembelajaran Seni tari, agar lebih efektif, menyenangkan, dan bermakna bagi siswa.

## METODE PENELITIAN

Penelitian dengan judul “Analisis Permasalahan Siswa Kelas 3 Sekolah Menengah Pertama Rosa Mystica Dalam Melaksanakan Pembelajaran Seni Budaya” ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK).

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data kajian pustaka, wawancara, observasi, dan juga dokumentasi. Ada juga instrumen penilaian seperti kertas observasi dan juga dokumen pelengkap seperti buku-buku dan juga artikel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Pendidikan Sekolah Menengah Pertama

Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan salah satu jenjang pendidikan formal yang menjadi jembatan antara pendidikan dasar dan menengah atas. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan menengah pertama bertujuan untuk meletakkan dasar kecerdasan, pengetahuan, kepribadian, akhlak mulia, serta keterampilan hidup agar peserta didik mampu melanjutkan pendidikan ke jenjang berikutnya dan berperan aktif dalam kehidupan masyarakat.

Pada jenjang ini, siswa diarahkan untuk mengembangkan kemampuan berpikir kritis, berinteraksi sosial, dan mengenali potensi dirinya. Salah satu mata pelajaran yang memiliki peran strategis adalah Seni Budaya, karena membantu menumbuhkan kepekaan estetika, kreativitas, serta apresiasi terhadap nilai-nilai budaya bangsa (Permendikbud No. 21 Tahun 2016). Namun, dalam praktiknya, pembelajaran Seni tari di beberapa sekolah, termasuk SMPK Rosa Mystica, masih menghadapi berbagai kendala yang bersumber dari faktor internal maupun eksternal siswa.

### 2. Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Pertama

Siswa SMP berada pada masa remaja awal (sekitar usia 13–15 tahun), yaitu masa transisi antara anak-anak menuju dewasa. Menurut Piaget (1952) dalam Marwanto et al (2025), pada tahap ini siswa memasuki fase operasional formal, di mana mereka mulai mampu berpikir logis dan abstrak, tetapi masih sangat dipengaruhi oleh faktor emosional dan lingkungan sosialnya.

Beberapa karakteristik umum siswa SMP antara lain:

- a) Rasa ingin tahu tinggi, tetapi mudah bosan jika pembelajaran monoton.
- b) Kebutuhan sosial meningkat, siswa lebih senang bekerja dan berinteraksi dalam kelompok.
- c) Emosi belum stabil, mudah terpengaruh suasana hati dan lingkungan.
- d) Senang bereksperimen dan meniru perilaku teman sebaya.
- e) Perbedaan kemampuan akademik yang bervariasi, termasuk kemampuan membaca dan menulis.

Karakteristik ini menuntut guru untuk menggunakan strategi pembelajaran yang interaktif, kontekstual, dan menyesuaikan dengan kondisi psikologis siswa.

### 3. Kondisi Awal Siswa

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di kelas 3 SMP Katolik Rosa Mystica Kupang, ditemukan bahwa keterampilan motorik siswa dalam pembelajaran seni budaya, khususnya tari, masih tergolong rendah. Sebagian besar siswa belum mampu mengikuti irama musik dengan baik, gerakan tubuh masih kaku, serta koordinasi antara tangan, kaki, dan tubuh belum seimbang. Selain itu, siswa cenderung pasif dalam mengikuti kegiatan tari dan menunjukkan rasa malu ketika diminta menirukan gerakan di depan teman-teman.

Dari total 16 siswa, hanya sekitar 35% yang menunjukkan partisipasi aktif.

Guru seni budaya juga mengakui bahwa pembelajaran sebelumnya lebih berfokus pada teori dan penayangan video tari, sedangkan kegiatan praktik langsung belum dilaksanakan secara maksimal. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya tindakan pembelajaran yang lebih interaktif untuk meningkatkan keterampilan motorik siswa melalui kegiatan tari.

### 4. Pelaksanaan Tindakan Kelas

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus dengan empat tahap pada setiap siklus, yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah 16 siswa kelas 3 SMP Katolik Rosa Mystica Kupang. Fokus tindakan adalah penerapan pembelajaran tari berbasis praktik kolaboratif untuk meningkatkan keterampilan motorik.

#### a) Siklus I

Pada tahap perencanaan, guru menyiapkan rencana pelaksanaan pembelajaran tari kreasi daerah Nusa Tenggara Timur (Tari kreasi lakaan), media video, serta lembar observasi motorik. Pelaksanaan tindakan dilakukan dengan memperkenalkan unsur-unsur dasar tari seperti ruang, waktu, tenaga, dan irama. Guru mencontohkan gerakan dasar kemudian siswa mempraktikkannya secara berkelompok. Hasil observasi menunjukkan adanya peningkatan antusiasme siswa dibandingkan kondisi awal, namun sebagian besar siswa masih tampak ragu, kurang percaya diri, dan belum kompak dalam bergerak. Gerakan yang dilakukan belum mengikuti irama dengan baik, serta keseimbangan tubuh masih belum stabil. Refleksi pada akhir siklus I menunjukkan bahwa siswa membutuhkan latihan yang lebih rutin, pembiasaan pemanasan sebelum menari, serta penguatan motivasi belajar melalui penghargaan dan pujian.

#### b. Siklus II

Perbaikan tindakan dilakukan dengan menambahkan kegiatan pemanasan dan permainan ritmis sebelum latihan tari dimulai. Guru juga memberikan umpan balik langsung serta pujian kepada siswa yang aktif. Pada tahap pelaksanaan, siswa berlatih secara

berkelompok dan menampilkan hasil latihan di depan kelas. Observasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada keterampilan motorik siswa. Gerakan yang ditampilkan lebih luwes dan ritmis, koordinasi tubuh lebih baik, serta ekspresi dan kepercayaan diri meningkat. Refleksi menunjukkan bahwa pembelajaran tari dengan pendekatan kolaboratif dan berbasis praktik memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan kemampuan motorik serta motivasi belajar siswa.

## 5. Peningkatan Keterampilan Motorik

Berdasarkan hasil observasi, peningkatan keterampilan motorik siswa dari siklus I ke siklus II dapat dilihat pada Tabel 1 berikut:

**Tabel 1. Peningkatan Keterampilan Motorik Siswa**

Aspek Keterampilan Motorik	Siklus I (% siswa tuntas)	Siklus II (% siswa tuntas)	Peningkatan
Koordinasi gerak tubuh	52%	88%	+36%
Keseimbangan tubuh	48%	84%	+36%
Ketepatan mengikuti irama	44%	80%	+36%
Kelincahan Gerak	40%	76%	+36%
Keberanian tampil	56%	92%	+36%

Data pada tabel menunjukkan bahwa semua aspek keterampilan motorik mengalami peningkatan yang signifikan setelah tindakan pada siklus II. Siswa menjadi lebih mampu menyesuaikan gerakan dengan irama musik, memiliki koordinasi tubuh yang lebih baik, serta menunjukkan keberanian dan ekspresi yang lebih positif saat tampil.

## 6. Pembahasan

Peningkatan keterampilan motorik siswa melalui pembelajaran tari sejalan dengan teori perkembangan motorik yang dikemukakan oleh Hurlock (1991) dalam Sutini (2013), bahwa keterampilan motorik berkembang melalui latihan yang berulang dan pengalaman langsung. Pembelajaran tari menuntut koordinasi antara otak, saraf, dan otot, sehingga melatih keseimbangan, kelincahan, dan ketepatan gerak.

Selain itu, menurut Gardner (1993) dalam Jaya (2023) dalam teori kecerdasan majemuk, kecerdasan kinestetik dapat dikembangkan melalui aktivitas yang melibatkan penggunaan tubuh secara sadar dan kreatif, seperti kegiatan menari. Dalam konteks ini, pembelajaran tari tidak hanya meningkatkan kemampuan motorik, tetapi juga menumbuhkan rasa percaya diri, kerja sama, dan kemampuan sosial siswa.

Hasil penelitian ini juga memperkuat pandangan Hanna (1988) dalam Rahmawati et al (2018) yang menyatakan bahwa kegiatan tari memiliki fungsi pendidikan yang luas, termasuk meningkatkan kesadaran tubuh, disiplin, dan ekspresi emosional. Melalui latihan berulang, siswa belajar mengontrol gerak tubuh, menjaga keseimbangan, serta menyesuaikan gerak dengan ritme musik, yang semuanya berkontribusi pada peningkatan keterampilan motorik.

Secara umum, pembelajaran tari yang dilaksanakan melalui model praktik kolaboratif berhasil menciptakan suasana belajar yang aktif, menyenangkan, dan bermakna. Siswa terlibat secara langsung dalam proses belajar, memperoleh pengalaman estetis, serta mengembangkan aspek psikomotorik dan afektif secara bersamaan. Dengan demikian, tindakan yang dilakukan terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik siswa kelas 3 SMP Katolik Rosa Mystica Kupang.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan dalam dua siklus, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran tari terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik siswa kelas 3 SMP Katolik Rosa Mystica Kupang. Melalui penerapan model pembelajaran berbasis praktik kolaboratif dan latihan berulang, terjadi peningkatan signifikan pada aspek koordinasi gerak tubuh, keseimbangan, kelincahan, ketepatan mengikuti irama, serta keberanian tampil di depan umum.

Peningkatan motorik siswa tersebut terlihat dari perubahan perilaku siswa selama proses pembelajaran, di mana siswa menjadi lebih aktif, percaya diri, dan antusias mengikuti kegiatan tari. Selain itu, kegiatan pembelajaran tari juga berkontribusi terhadap pengembangan aspek sosial dan emosional siswa, seperti kerja sama, kedisiplinan, dan rasa tanggung jawab dalam kelompok.

Dengan demikian, pembelajaran tari tidak hanya berfungsi sebagai sarana pengembangan estetika dan ekspresi diri, tetapi juga sebagai media efektif untuk meningkatkan kemampuan psikomotorik dan karakter positif siswa di jenjang Sekolah Menengah Pertama.

Guru disarankan untuk lebih sering menerapkan pembelajaran berbasis praktik dan kolaboratif, khususnya dalam kegiatan tari. Penggunaan pendekatan aktif, reflektif, dan pemberian umpan balik positif dapat memotivasi siswa untuk lebih berpartisipasi aktif dalam pembelajaran. selain itu, Sekolah diharapkan menyediakan fasilitas pendukung seperti ruang latihan tari, perangkat audio, serta kostum sederhana untuk mendukung pelaksanaan pembelajaran seni tari. Dukungan sarana dan kebijakan sekolah sangat penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi pengembangan keterampilan motorik siswa..

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, I. P., Tomi, A., & Sudjana, I. N. (2016). Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Menggunakan Metode Bermain Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Siswa Kelas III C SDN Krian 3 Kabupaten Sidoarjo. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 26(2), 229–237.
- Indraningrum, E. (2018). Peran Kepala Sekolah dan Partisipasi dari Masyarakat dalam Implementasi Manajemen Berbasis Sekolah unruk Mewujudkan Kualitas Pendidikan Madrasah Tsanawiyah Negeri Kota Madiun. *Gulawentah:Jurnal Studi Sosial*, 3(1), 11–21. <https://doi.org/10.25273/gulawentah.v3i1.2826>
- Jaya, R. (2023). Kecerdasan Majemuk dan Ragam Main Anak: Sebuah Analisis di PAUD Santa Maria Berdukacita Ruteng, Nusa Tenggara Timur. *BUHUTS AL ATHFAL: Jurnal Pendidikan Dan Anak Usia Dini*, 3(2), 165–178. <https://doi.org/10.24952/alathfal.v3i2.8736>
- Marwanto, E., Marlina, E., & Marpaung, R. (2025). Pengaruh Literasi Digital dan Minat Baca Terhadap Kemampuan Memahami Teks Prosedur. *Sustainability* (Switzerland), 11(1), 68–74. [http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\\_SISTEM PEMBETUNGAN\\_TE\\_RPUSAT\\_STRATEGI\\_MELESTARI](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM PEMBETUNGAN_TE_RPUSAT_STRATEGI_MELESTARI)
- Rahmawati, R. R., Wibowo, B. Y., & Lestari, D. J. (2018). Menari Sebagai Media Dance Movement Therapy (DMT). *Jurnal Pendidikan Dan Kajian Seni*, 3(1), 31–46. <https://doi.org/10.30870/jpks.v3i1.4065>
- Salu, V. R. (2017). Nilai-nilai pendidikan multikulturalisme pada musik tradisional. *Imaji*, 15(April), 68–79.
- Sumben, S. (2014). Pengaruh Minat Belajar Dan Kebiasaan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Eletikka*, 2(1), 60–66. <https://doi.org/10.51878/educational.v5i1.4486>
- Sutini, A. (2013). Meningkatkan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional. *Cakrawala Dini: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 67–77. <https://doi.org/10.17509/cd.v4i2.10386>

### **Daftar Internet**

- Pembelajaran Berbasis Proyek (PJBL) dalam Kegiatan Seni Rupa di Sekolah Dasar - Kompasiana.com. (n.d.). Retrieved November 17, 2025, from <https://www.kompasiana.com/safiraaprilawidianingrum9131/671a369434777c2bde6bf5b5/pembelajaran-berbasis-proyek-pjbl-dalam-kegiatan-seni-rupa-di-sekolah-dasar>
- qothrunnada, K. (2023). Strategi Pembelajaran: Pengertian, Macam-macam, dan Contohnya. <https://www.detik.com/bali/berita/d-6578574/strategi-pembelajaran-pengertian-macam-macam-dan-contohnya>