JUPERAN: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran
Vol. 05, No. 01, Tahun 2026, Hal. 837-843 e-ISSN: 2987–3738

Studi Literatur : Peran Tari Pendidikan dalam Membangun Kepercayaan Diri Siswa sebagai Pilar Pendidikan Berkualitas

Anika Dhiya Maharani[1], Anindya Zalfa Maheswari Effendi[2], Putri Zuanita Naelasari[3], Seto Ferdiansyah[4], Shenira Zahra Untari[5], Hartono[6]

[1,2,3,4,5]*Program Studi Pendidikan Seni Tari, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Semarang*
[6]*Dosen Program Studi Pendidikan Seni Tari, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Semarang*
E-mail: dhiyamaharani@students.unnes.ac.id, hartono_sukorejo@mail.unnes.ac.id

Article Info

Article history:

Received April 17, 2026
Revised May 12, 2026
Accepted May 14, 2026

Keywords:

Dance Education, Self-Confidence, Quality Education, Holistic Arts Education, Extracurricular Dance.

ABSTRACT

Dance education plays an important role in developing students' self-confidence as one of the key pillars of quality education. However, many schools still focus primarily on cognitive aspects and tend to neglect social-emotional dimensions such as self-confidence. This study aims to examine the role of dance education in building students' self-confidence through a systematic literature review. The research method used is aqualitative approach with a library research design. Data were collected by reviewing six relevant scientific articles published between 2023 and 2025, covering various educational levels from early childhood to early adolescence. Data were analyzed using content analysis techniques involving data reduction, categorization, and synthesis of findings. The results show that dance education consistentlycontributes to the development of students' self-confidence through various mechanisms, including expressive movement, teacher motivation strategies, holistic arts education approachs, and regular performance opportunities. It is concluded that dance education deserves to be positioned as a strategic pillar in realizing holistic and character-based quality education, and requires commited support from teachers, school principals, and parents to maximize its potential.

This is an open access article under the CC BY-SA license.

Article Info

Article history:

Received April 17, 2026
Revised May 12, 2026
Accepted May 14, 2026

Keywords:

Tari Pendidikan, Kepercayaan Diri, Pendidikan Berkualitas, Pendidikan Seni Holistik, Ekstrakurikuler Tari

ABSTRACT

Tari pendidikan memiliki peran penting dalam mengembangkan kepercayaan diri siswa sebagai salah satu pilar pendidikan berkualitas. Namun, masih banyak sekolah yang cenderung memfokuskan perhatian pada aspek kognitif dan kurang memperhatikan dimensi sosial-emosional siswa, termasuk kepercayaan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran tari pendidikan dalam membangun kepercayaan diri siswa melalui kajian literatur yang sistematis. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan desain studi pustaka (library research). Data dikumpulkan melalui telaah terhadap enam artikel ilmiah yang relevan, diterbitkan antara tahun 2023 hingga 2025, yang mencakup berbagai jenjang pendidikan mulai dari anak usia dini hingga remaja awal. Data dianalisis menggunakan teknik analisis isi (content analysis) yang meliputi reduksi data, kategorisasi, dan sintesis temuan. Hasil kajian menunjukkan bahwa tari pendidikan secara konsisten berkontribusi pada pengembangan kepercayaan diri siswa melalui berbagai mekanisme, antara lain ekspresi gerak, strategi motivasi guru, pendekatan pendidikan seni holistik, dan kesempatan tampil secara rutin. Disimpulkan bahwa tari pendidikan layak diposisikan sebagai

pilar strategis dalam mewujudkan pendidikan berkualitas yang holistik dan berkarakter, serta memerlukan dukungan penuh dari guru, kepala sekolah, dan orang tua untuk memalsimalkan potensinya.

This is an open access article under the CC BY-SA license.

Corresponding Author:

Anika Dhiya Maharani
Program Studi Pendidikan Seni Tari, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Semarang
Email : dhiyamaharani@students.unnes.ac.id

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan sarana penting dalam meningkatkan kualitas hidup individu karena melalui pendidikan, siswa dapat mengembangkan potensi yang ada dalam diri mereka (Rizky & Mahmudah, 2024). Pendidikan tidak hanya mencakup aspek pengetahuan akademis, tetapi juga meliputi pengembangan keterampilan, sikap, dan kompetensi sosial-emosional siswa. Salah satu aspek sosial-emosional yang sangat penting untuk dikembangkan sejak dini adalah kepercayaan diri. Kepercayaan diri merupakan kondisi psikologis seseorang yang mencerminkan keyakinan akan kemampuannya untuk mencapai tujuan, menghadapi tantangan, serta menerima kelebihan dan kekurangan yang dimiliki (Ashar & Pamungkas, 2023). Anak yang memiliki kepercayaan diri, lebih mudah bersosialisasi, serta memiliki motivasi lebih tinggi dalam belajar.

Kepercayaam diri tidak tumbuh secara otomatis, melainkan memerlukan stimulasi yang tepat dan berkelanjutan, terutama pada masa anak-anak dan remaja. Pada masa remaja awal, individu cenderung mengalami ketidakstabilan emosi yang dapat memengaruhi rasa percaya diri mereka. Raharjo & Nisakara (2024) menyatakan bahwa anak pada usia remaja awal sering kali merasa rendah diri dan meninggikan gengsi, sehingga menghambat kemampuan mereka untuk berbaur dan bekerja sama degan orang lain. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan pembelajaran yang mampu menstimulasi kepercayaan diri sekaligus membangun karakter positif siswa secara holistik.

Seni tari hadir sebagai dalah satu media pembelajaran yang terbukti efektif dalam mengembangkan kepercayaan diri siswa. Melalui aktivitas menari, siswa diajak mengekspresikan diri, menyampaikan perasaan, dan berkomunikasi secara nonverbal melalui gerak tubuh yang ekspresif dan ritmis (Ashar & Pamungkas, 2023). Tari bukan sekadar keterampilan gerak, melainkan juga sarana pengembangan karakter yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik secara terpadu. Wahyuningsih & Rintayati (2020) menemukan bahwa pendekatan pendidikan seni holistik dalam pembelajaran tari yang mengintegrasikan dimensi pikiran, tubuh, dan jiwa memberikan dampak positif yang signifikan terhadap kepercayaan diri, kemampuan kerja sama, dan keterampilan komunikasi peserta didik.

Penelitian-penelitian terdahulu mengonfirmasi peran penting tari dalam pembentukan kepercayaan diri siswa di berbagai jenjang pendidikan. Kadek et al. (2023) membuktikan melalui penelitian eksperimen bahwa kegiatan seni tari kreasi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri anak

kelompok usia 5-6 tahun, dengan rata-rata skor kelompok eksperimen yang secara konsisten lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Sejalan dengan itu, Rizky & Mahmudah (2024) menemukan bahwa ekstrakurikuler tari di sekolah dasar mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa, yang terwujud dalam keberanian tampil di depan banyak orang. Wulandari et al. (2025) memperkuat temuan ini dengan menyimpulkan bahwa partisipasi siswa dalam kegiatan pagelaran seni tari berkontribusi nyata pada peningkatan kepercayaan diri mereka.

Dalam konteks ekstrakurikuler, tari memiliki fungsi strategis yang melampaui sekadar pengembangan keterampilan seni. Rizky & Mahmudah (2024) mencatatbahwa penyelenggaraan ekstrakurikuler seni tari di sekolah berfungsi membantuu siswa mengenali bakatdan minat, melatih kecintaan terhadap kesenian daerah, serta memupuk sikap percaya diri. Namun demikian, masih banyak sekolah yang cenderung memfokuskan perhatiaan pada aspek kognitif semata dan kurang memperhatikan dimensi keterampilan dan sosial-emosional siswa (Rizky & Mahmudah, 2024). Kondisi ini menjadi keprihatinan tersendiri, terutama mengingat kepercayaan diri merupakan fondasi penting bagi keberhasilan siswa dalam berbagai aspek kehidupan, baik akademis, maupun non-akademis.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam peran tari pendidikan dalam membangun kepercayaan diri siswa sebagai salah satu pilar pendidikan berkualitas. Melalui pendekatan studi literatur, penelitian ini mensintesis berbagai temuan dari penelitian sebelumnya guna memperoleh pemahaman yang komprehensif tentang mekanisme, strategi, dan dampak pembelajaran seni tari terhadap perkembangan kepercayaan diri siswa pada berbagai jenjang pendidikan. Hasil kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan kurikulum dan kebijakan pendidikan seni yang lebih inklusif dan berorientasi pada pengembangan karakter peserta didik secara menyeluruh.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (*library research*) atau kajian literatur yang dilakukan secara sistematis dan mendalam. Prosedur penelitian ini dirancang untuk mengumpulkan, mengevaluasi, dan mensintesis seluruh data yang relevan mengenai peran tari pendidikan terhadap kepercayaan diri siswa guna menjawab rumusan masalah secara holistik.

Tahapan metode penelitian ini dijabarkan melalui langkah-langkah terstruktur sebagai berikut :

1. Identifikasi Sumber Data
   Proses pengumpulan data dilakukan dengan menelusuri berbagai literatur primer dan sekunder yang kredibel, yang mencakup jurnal ilmiah nasional maupun internasional. Fokus pencarian diarahkan pada kata kunci spesifik seperti "tari pendidikan", "kepercayaan diri", "pendidikan berkualitas", dan "karakter siswa".
2. Kriteria Inklusi dan Eksklusi
   Untuk menjaga kualitas temuan, peneliti menetapkan batasan tertentu dalam pemilihan literatur. Sumber yang dipilih mencakup penelitian yang membahas implementasi tari pada jenjang sekolah dasar hingga menengah, serta studi yang secara spesifik mengukur dampak psikologis dan sosial-emosional dari aktivitas seni tari. Literatur yang tidak relevan dengan konteks pendidikan formal atau tidak memiliki landasan

teoretis yang kuat dikeluarkan dari proses analisis.

3. Teknik Analisis Data
   Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*). Proses ini melibatkan kegiatan reduksi data, di mana peneliti mengelompokkan temuan-temuan dari berbagai literatur (seperti korelasi positif antara tari dan kepercayaan diri) ke dalam kategori-kategori tema tertentu. Selanjutnya, dilakukan sinkronisasi dan komparasi antar temuan penelitian terdahulu untuk melihat pola, persamaan, serta perbedaan hasil yang ada.
4. Sintesis dan Penarikan Kesimpulan
   Langkah terakhir adalah melakukan sintesis menyeluruh terhadap data yang telah dikategorikan. Peneliti mengintegrasikan berbagai perspektif literatur untuk membangun argument yang kokoh mengenai bagaimana tari pendidikan berfungsi sebagai pilar dalam mewujudkan pendidikan berkualitas yang inklusif dan holistik. Hasil sintesis inilah yang menjadi dasar bagi pembahasan dan rekomendasi kebijakan dalam artikel ini.

HASIL

Berdasarkan kajian terhadap artikel yang menjadi sumber dalam penelitian ini, ditemukan bahwa tari pendidikan secara konsisten berperan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa pada berbagai jenjang pendidikan, mulai dari anak usia diini, sekolah dasar, hingga remaja awal. Seluruh penelitian yang dikaji menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif maupun eksperimen, dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, angket, dan dokumentasi.

Kadek et al. (2023) melakukan penelitian eksperimen semu dengan rancangan pretest-posttest control group design terhadap 52 anak kelompok B di TK Negeri Desa Tukadmungga. Hasil uji-t menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 < 0,05, yang berarti terdapat pengaruh signifikan kegiatan seni tari kreasi terhadap kepercayaan diri anak. Rata-rata skor posttest kelompok eksperimen (mean = 38,11) lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol (mean = 36,17), sehingga disimpulkan bahwa kegiatan seni tari kreasi dapat meningkatkan kepercayaan diri anak kelompok usia 5–6 tahun.

Ashar & Pamungkas (2023) menemukan bahwa dalam pembelajaran seni tari di TK Harapan Gandok, guru menerapkan lima strategi untuk meningkatkan kepercayaan diri anak usia dini, yaitu: (1) memberikan tarian yang menarik dan kreatif; (2) menggunakan metode demonstrasi disertai musik yang gembira; (3) memberikan motivasi dan pujian; (4) membiasakan anak tampil di depan teman-teman; dan (5) membantu anak yang kesulitan menari. Indikator kepercayaan diri yang muncul meliputi pandangan yang mengarah ke depan, ekspresi wajah yang bahagia, kemampuan mengikuti ritme musik, serta hafalan gerakan tanpa bantuan guru.

Wahyuningsih & Rintayati (2020) mengkaji pembelajaran seni tari dalam Kurikulum Merdeka di kelas IV SDN Gedongan 01 Sukoharjo dari perspektif pendidikan seni holistik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh indikator dimensi tubuh dalam pendidikan seni holistic yakni penyelarasan diri, penguatan fisik, menjaga keseimbangan, dan pengendalian diri muncul dalam proses pembelajaran. Pendekatan holistik ini terbukti tidak hanya meningkatkan keterampilan tari, tetapi juga mengembangkan kepercayaan diri, kemampuan kerja sama, dan keterampilan komunikasi peserta didik.

Raharjo & Nisakara (2024) mengkaji Tari Sayuk sebagai media pengembangan diri bagi remaja awal di Sanggar Tari Kembang Sore. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran Tari Sayuk yang disertai kajian makna dan pesan moral mampu membangun kerjasama, mengurangi kesenjangan antaranggota kelas, dan mengembangkan kepercayaan diri siswa. Metode tutor teman sebaya yang diterapkan pelatih terbukti efektif mendorong siswa yang awalnya tertutup untuk lebih terbuka dan percaya diri dalam berinteraksi.

Rizky & Mahmudah (2024) dan Wulandari et al. (2025) sama-sama menemukan pola serupa pada jenjang sekolah dasar. Pada awalnya, siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tari menunjukkan sikap malu-malu, gerakan yang kaku, dan kurang percaya diri. Namun seiring berjalannya latihan yang rutin, siswa mampu beradaptasi, gerakan menjadi lebih luwes, dan mereka bahkan dapat berlatih secara mandiri. Kepercayaan diri siswa terealisasi secara konkret melalui keikutsertaan aktif dalam berbagai penampilan tari pada acara sekolah maupun kompetisi.

PEMBAHASAN

Hasil kajian dari berbagai penelitian diatas secara konsisten menunjukkan bahwa tari pendidikan memiliki peran yang signifikan dalam membangun kepercayaan diri siswa. Hal ini sejaran dengan hakikat seni tari sebagai media ekspresi diri yang memungkinkan siswa mengungkapkan ide, perasaan, dan pengalaman melalui Bahasa gerak (Ashar & Pamungkas, 2023). Kepercayaan diri yang tumbuh melalui tari bukan sekadar keberanian tampil di depan umum, melainkan juga mencakup dimensi yang lebih dalam seperti kesadaran diri, rasa tanggung jawab, dan perilaku proporsional (Kadek et al., 2023).

Pendekatan pendidikan seni holistik yang meliputi penyelarasan diri, penguatan fisik, keseimbangan, dan pengendalian diri merupakan fondasi penting yang secara langsung berkaitan dengan pembentukan rasa percaya diri. Anak yang terlatih mengendalikan tubuhnya dalam tari akan lebih mampu mengendalikan dirinya dalam situasi sosial, sehingga kepercayaan diri mereka berkembang secara organic melalui situasi sosial, sehingga kepercayaan diri mereka berkembang secara organic melaui proses berkesenian.

Peran guru dan strategi pembelajaran yang diterapkan menjadi faktor penentu keberhasilan tari dalam mengembangkan kepercayaan diri siswa. Ashar & Pamungkas (2023) menemukan bahwa pemberian motivasi, pujian, dan pendampingan individual kepada siswa yang kesulitan menari mampu menumbuhkan rasa diterima dan diperhatikan, yang pada akhirnya memperkuat kepercayaan diri anak. Sementara itu, Raharjo & Nisakara (2024) menunjukkan bahwa metode tutor teman sebaya dalam pembelajaran Tari Sayuk terbukti efektif mendorong siswa yang kurang percaya diri untuk lebih aktif berpartisipasi, karena interaksi dengan teman sebaya terasa lebih aman secara psikologis dibandingkan interaksi langsung dengan guru.

Temuan lintas penelitian ini juga menunjukkan bahwa peran tari dalam membangun kepercayaan diri melalui tari perlu dilakukan sedini mungkin dan secara berulang agar menjadi kebiasaan yang melekat hingga dewasa (Ashar & Pamungkas, 2023). Pada jenjang sekolah dasar, tari berperan dalam membentuk identitas diri dan mengembangkan keterampilan sosial yang menjadi bekal penting di masa berikutnya (Rizky & Mahmudah, 2024). Sementara pada remaja awal, tari berfungsi sebagai media pengendalian emosi dan pengembangan karakter ditengah masa perkembangan

yang penuh gejolak (Raharjo & Nisakara, 2024).

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, tari pendidikan layak diposisikan sebagai salah satu pilar penting dalam mewujudkan pendidikan berkualitas yang holistik. Namun demikian, potensi ini tidak akan optimal apabila sekolah masih cenderung mengutamakan aspek kognitif dan mengabaikan dimensi sosial-emosional siswa (Rizky & Mahmudah, 2024; Wulandari et al., 2025). Oleh karena itu, diperlukan komitmen dari seluruh pemangku kepentingan pendidikan mulai dari guru, kepala sekolah, hingga orang tua untuk mendukung pelaksanaan pembelajaran seni tari yang terstruktur, konsisten, dan berorientasi pada pengembangan karakter siswa secara menyeluruh, sebagaimana yang diharapkan oleh cita-cita pendidikan berkualitas dalam Kurikulum Merdeka (Wahyuningsih & Rintayati, 2020).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian literatur terhadap penelitian yang relevan, dapat disimpulkan bahwa tari pendidikan memiliki peran yang sangat penting dalam membangun kepercayaan diri siswa pada berbagai jenjang pendidikan, mulai dari anak usia dini, sekolah dasar, hingga remaja awal. Hal ini dibuktikan secara empiris oleh Kadek et al. (2023) yang menemukan pengaruh signifikan kegiatan seni tari kreasi terhadap kepercayaan diri anak usia 5-6 tahun, serta diperkuat oleh temuan kualitatif dari Ashar & Pamungkas (2023), Rizky & Mahmudah (2024), Wulandari et al. (2025), Raharjo & Nisakara (2024), dan Wahyuningsih & Rintayati (2020) yang secara konsisten menunjukkan pola peningkatan kepercayaan diri melalui aktivitas menari.

Kepercayaan diri siswa berkembang melalui tari bukan hanya karena pengalaman tampil di depan umum, tetapi juga melalui proses pembelajaran yang melibatkan dimensi kognitif, afektif, dan psikomotorik secara terpadu. Strategi guru yang tepat seperti pemberian motivasi, pujian, pendampingan individual, serta pembiasaan tampil di depan teman terbukti menjadi faktor penting yang mendukung tumbuhnya kepercayaan diri siswa (Ashar & Pamungkas, 2023). Selain itu, pendekatan pendidikan seni holistik yang mengintegrasikan dimensi pikiran, tubuh, dan jiwa mampu membentuk kepercayaan diri secara organik dan berkelanjutan (Wahyuningsih & Rintayati, 2020).

Temuan ini memuliki implikasi penting bagi dunia pendidikan. Tari pendidikan seharusnya tidak dipandang sekadar kegiatan seni semata, melainkan sebagai pilar strategis dalam mewujudkan pendidikan berkualitas yang holistik dan berorientasi pada pengembangan karakter. Oleh karena itu, sekolah perlu memberikan perhatian yang lebih serius terhadap pembelajaran seni tari, baik dalam kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler, dengan dukungan penuh dari guru, kepala sekolah, dan orang tua agar potensi tari dalam membangun kepercayaan diri siswa dapat berkembang secara optimal.

Daftar Pustaka

Ashar, D. S., & Pamungkas, J. (2023). *Pembelajaran Seni Tari sebagai Upaya Peningkatan Kepercayaan Diri pada Anak Usia Dini*. *7*(4), 4038–4048. https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.4604

Kadek, N., Damayanti, A., Asril, N. M., Gede, D., & Wirabrata, F. (2023). *Kegiatan Seni Tari Kreasi Terhadap Kepercayaan Diri Anak Kelompok Usia 5-6 Tahun*. *11*, 140–147.

Raharjo, N. R., & Nisakara, D. D. (2024). *Pendidikan Seni Tari Sebagai Sarana Pengembangan Diri pada Masa Remaja Awal*. *8*, 19218–19224.

Rizky, D., & Mahmudah, I. (2024). *Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Ekstrakurikuler Tari Di SDIT Tiara Az-Zahra Palangka Raya*. 1–6.

Wahyuningsih, H. S., & Rintayati, P. (2020). Pembelajaran seni tari kurikulum merdeka sekolah dasar ditinjau dari perspektif pendidikan seni holistik dimensi tubuh. *Didaktika Dwija Indria Pemahaman*, *12*(449), 402–407.

Wulandari, J., Pasaribu, S. A., Adelia, S., & Rizky, F. (2025). *Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Kegiatan Pagelaran Seni Tari di Madrasah Ibtidaiyah Swasta Bukit Lawang*. *3*(1), 38–42.