

**MANFAAT OLAH TUBUH TARI SEBAGAI MEDIA PENGOLAHAN EMOSI
PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS
KATEGORI *GIFTED* : SEBUAH STUDI KASUS**

E-JOURNAL

Diajukan kepada Fakultas Bahasa dan Seni
Universitas Negeri Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:

Made Utami Trisna Dewi
NIM. 14209241028

Yogyakarta, 4 Mei 2018
Pembimbing

Yogyakarta, Mei 2018
Ketua Jurusan

Dr. Rumiwiharsih, M.Pd
NIP. 196204241 198811 2 001

Dr. Kuswarsantyo, M.Hum
NIP. 19650904 19920 3 001

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN SENI TARI
FAKULTAS BAHASA DAN SENI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2018**

**MANFAAT OLAH TUBUH TARI SEBAGAI MEDIA PENGOLAHAN EMOSI
PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS
KATEGORI *GIFTED* : SEBUAH STUDI KASUS**

E-JOURNAL

Diajukan kepada Fakultas Bahasa dan Seni
Universitas Negeri Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:

Made Utami Trisna Dewi
NIM. 14209241028

Yogyakarta, Mei 2018
Pembimbing

Yogyakarta, Mei 2018
Ketua Jurusan

Dr. Rumiwiharsih, M.Pd
NIP. 196204241 198811 2 001

Dr. Kuswarsantyo, M.Hum
NIP. 19650904 19920 3 001

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN SENI TARI
FAKULTAS BAHASA DAN SENI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2018**

**MANFAAT OLAH TUBUH TARI SEBAGAI MEDIA PENGOLAHAN EMOSI
PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS
KATEGORI *GIFTED* : SEBUAH STUDI KASUS**

Oleh

**Made Utami Trisna Dewi
NIM : 14209241028**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan perubahan ekspresi pada pengolahan emosi anak berkebutuhan khusus kategori *gifted* setelah melakukan olah tubuh tari.

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kualitatif dan instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri. Dalam menjangkau data peneliti dipandu oleh panduan observasi, panduan wawancara, dan panduan studi dokumentasi. Selain itu, keabsahan data diperoleh melalui cara triangulasi sumber. Dalam penelitian ini subyek penelitian disimbolkan dengan nama Macyusi.

Setelah melakukan olah tubuh tari, maka subyek yang dalam penelitian ini disebut Macyusi dapat mengolah emosinya melalui olah tubuh tari yang dilakukan anak berkebutuhan khusus kategori *gifted* (dalam penelitian ini disimbolkan sebagai Macyusi) dapat mengolah emosinya. Hal itu ditunjukkan dengan perilaku sebagai berikut : (1) Macyusi dapat menyadari tubuhnya sendiri, (2) Macyusi menjadi lebih paham akan pentingnya kelenturan badan, (3) Macyusi dapat memahami bahwa apapun yang dirasakan dalam hati dapat diolah oleh pikiran yang disalurkan oleh ekspresi wajah secara tidak sadar, (4) Macyusi dapat menggunakan musik instrumen klasikal untuk mengolah emosi, (5) Macyusi dapat mengungkapkan perasaan yang tidak dapat diungkapkan secara terbuka lewat suara kepada orang lain, (6) Macyusi merasa memiliki hobi baru, (7) Macyusi dapat merasakan dampak pengolahan emosi positif, (8) Macyusi dapat menyelaraskan pikiran, perkataan, perasaan, dan tingkah laku melalui harmoni gerak yang didemonstrasikannya, (9) Macyusi menjadi lebih percaya diri dan lebih berani, (10) Macyusi dapat menjadikan olah tubuh tari sebagai media pengolahan emosi positif dan hobi positif serta meningkatkan kreativitas pada kecerdasan yang dimiliki oleh Macyusi.

Kata Kunci : *olah tubuh tari, media pengolahan emosi, anak gifted*

THE BENEFITS OF DANCE AS MEDIA OF EMOTION PROCESSING ON *GIFTED CHILDREN*: A CASE STUDY

by
Made Utami Trisna Dewi
NIM : 14209241028

Abstract

This research aimed at describing *gifted children* expression changing on emotion processing after dancing.

This research done with qualitative method. The main instrument of this research is the researcher herself. In choosing the data, the researcher using observation, interview and documentation study as guidance. Furthermore, to enhance the trustworthiness of the data, the researcher uses source triangulation. In this research, the subject of the research symbolized in the name of Macyusi.

After those *gifted children* dancing, Macyusi is able to change his or her emotion through dancing which done especially for *gifted children* (in which in this research symbolized in the name of Macyusi). It can be concluded from their behaviour that they are: (1) Macyusi could understand themselves, (2) Macyusi become more aware of the flexibility of their body, (3) Macyusi acknowledge anything that perceived by the heart which processed by the mind could be expressed with facial expression unconsciously, (4) Macyusi could use classical instruments to process their emotion, (5) Macyusi could express their unexpressed feeling openly with verbal communication to other people, (6) Macyusi feels having new hobbies, (7) Macyusi could feels the positive impact of emotion processing, (8) Macyusi could aligning thoughts, speech, feelings, and behaviors through the harmony of motion they demonstrates, (9) Macyusi becomes more confident and more daring, and (10) Macyusi can make the dance as a medium of positive emotional processing and positive hobbies as well as enhance creativity on the intelligence owned by Macyusi.

Keywords: *the benefits of dance, emotion processing media, gifted children*

A. Pendahuluan

Menari merupakan sebuah kegiatan yang menunjukkan upaya (aktivitas) gerak yang melibatkan otot-otot di dalam tubuh. Gerak-gerak tubuh ini nantinya menjadi alat utama dalam hal membentuk tarian yang indah. Namun, gerakan yang dihasilkan oleh tubuh dalam tarian berbeda dengan gerakan saat olahraga. Hal tersebut didukung dengan pendapat Rosjid (1979:105), yang mengemukakan bahwa mempersiapkan tubuh sebagai alat (media tari) berbeda dengan olahraga, karena latihan yang dilakukan merupakan gerak-gerak tari yang menuntut kesadaran estetik, walaupun pada dasarnya apa yang dilakukan pada tubuh, tidak jauh berbeda dengan olahraga.

Dari penjabaran di atas, dapat dikatakan bahwa sebelum menjadi sebuah tarian yang utuh, terdapat media pengolahan gerak dasar yang dapat membantu proses penciptaan gerak yaitu olah tubuh. Olah tubuh adalah kegiatan manusia mengolah tubuh yang dengan sengaja menjadikan barang mentah menjadi barang jadi sehingga siap untuk

digunakan dan dijadikan suatu kesatuan tari (Hasan Bisri, 2011). Selain itu, olah tubuh merupakan perlakuan sederhana terhadap raga manusia agar mendapatkan hal yang dibutuhkan badan yaitu kesehatan dan kebahagiaan. Adapun tujuan utama dari latihan olah tubuh yaitu sebagai mediator tari untuk mempersiapkan tubuh sebagai alat, sehingga tubuh siap menerima aktivitas gerak tari, dan menjadikan tubuh sebagai alat ekspresi yang baik. Selain itu, olah tubuh dapat dijadikan sebagai media ungkap emosional yang terdapat pada diri manusia ketika merasa stress dan memiliki perasaan yang tidak mampu di ungkapkan melalui bahasa verbal. Olah tubuh juga bisa dijadikan sebagai sarana menari untuk dipertunjukkan, dikarenakan olah tubuh termasuk tarian yang dapat diungkapkan melalui gerak dan tanpa ikatan sebuah tari tradisi.

Selanjutnya, yang bisa melakukan kegiatan menari dan olah tubuh di atas adalah manusia. Manusia adalah makhluk Tuhan yang sempurna

dibandingkan dengan makhluk Tuhan yang lain. oleh karena itu, manusia memiliki kesempurnaan jiwa dan raga yang terdapat dalam dirinya. Namun, kesempurnaan manusia tidak terlepas dari kelebihan dan kekurangan baik dalam bentuk fisik maupun psikis. Biasanya manusia yang kekurangan fisik maupun psikis di namakan berkebutuhan khusus.

Anak berkebutuhan khusus (ABK) adalah anak yang memiliki karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya, tanpa selalu menunjukkan ketidakmampuan mental, emosi atau fisiknya. Namun, dalam keterbelakangan tersebut, ABK tetap memiliki hak untuk dapat tumbuh dan berkembang ditengah-tengah keluarga, lingkungan, bangsa dan negara. Di samping kekurangan tersebut, sebenarnya ABK memiliki kelebihan yang unik sehingga dapat dijadikan sebagai prestasi jika dikelola dengan baik. Misalnya saja, terdapat anak yang sangat cepat dalam berfikir dan mudah memahami hal-hal baru, bahkan kecepatan berfikirnya jauh dari batas kenormalan. Dalam ilmu psikologi, anak yang mampu berfikir lebih cepat

dan memiliki IQ diatas rata-rata disebut sebagai anak cerdas istimewa atau sering disebut *gifted children*.

Anak cerdas istimewa (*gifted children*) adalah anak yang memiliki kemampuan luar biasa, seperti komitmen terhadap tugas tinggi, memiliki prestasi akademik, IQ di atas 130, memiliki kreativitas dan motivasi yang tinggi dibandingkan dengan anak-anak pada umumnya. Perbedaan ini membuat anak *gifted* dilihat sebagai individu yang unik dan istimewa, bahkan bisa dianggap sebagai anak aneh dikarenakan sering melakukan kebiasaan yang berbeda dengan anak pada umumnya. Menurut Renzuli (1979) anak-anak *gifted* menampilkan ciri-ciri perkembangan kognitif yaitu, memiliki kemampuan berfikir superior, berfikir abstrak, menggeneralisir fakta, memahami makna dari setiap pembahasan, memiliki hasrat keingintahuan yang luas, bersikap mudah dan cepat untuk belajar, memiliki minat yang bervariasi, memiliki rentang perhatian luas yang memungkinkan daya berkonsentrasi tinggi, dapat memecahkan suatu masalah dengan cepat serta berhasrat tinggi untuk

menyelesaikan tugas. Selain itu, perkembangan kognitif anak *gifted* disertai dengan perkembangan kemampuan intuitif akan memunculkan perilaku kreatif. Kemampuan intuisi dengan memunculkan perilaku kreatif inilah akan menghadirkan inisiatif, imajinasi dan wawasan bertindak yang mengarah kepada perilaku kreatif .

Para ahli yang menekuni kreativitas cenderung menyimpulkan bahwa perilaku kreatif merupakan integrasi fungsi-fungsi fisik maupun psikis bukan semata-mata perilaku intelektual. Intuisi melahirkan sebuah imajinasi bukan konsep (Croce, dalam Silvano Arieti, 1976;184-185). Karakteristik IQ yang tinggi belum tentu disertai dengan perkembangan emosi yang tinggi. Akumulasi informasi yang terjadi pada anak *gifted* adalah sensitivitas atau kepekaannya terhadap dunia sekitar yang mungkin tidak muncul ke kesadaran. Anak *gifted* sering menunjukkan harapan yang tinggi karena tidak disertai dengan kesadaran diri, maka tidak jarang membuat frustrasi terhadap dirinya,

orang lain, dan situasi. Dalam kondisi seperti ini emosi pada anak *gifted* sering tidak stabil dan terkadang sulit untuk menyesuaikan diri. Menurut Dabrowski, seorang Psikiater Polandia, pada tahun 1964 membangun teori yang disebut *theory of positive disintegration*, maksudnya adalah kelompok yang lahir dengan *Overexcitability* akan mempunyai tingkat potensial yang tinggi (seorang anak dapat berkembang dengan kapasitas potensi yang tinggi karena adanya pengaruh perkembangan yang besar dan membutuhkan stimulus yang juga besar).

Anak yang cerdas dan memiliki IQ di atas rata-rata tidak hanya dipengaruhi oleh faktor keturunan (genetik) saja, tetapi faktor lingkungan juga sangat mendukung. Lingkungan keluarga maupun lingkungan sekolah sangat berpengaruh bagi perkembangan fisik maupun psikis anak *gifted* sehingga guru yang berada di lingkungan anak *gifted* juga harus memahami, mendukung, memperhatikan skala pendidikan anak *gifted* dan membantu mengurangi kelemahan emosional yang terdapat pada anak *gifted*.

Anak *gifted* memiliki kepekaan dan sensitifitas yang sering di rasakan dan diwujudkan dalam bentuk luapan emosi positif dan negatif. Anak *gifted* memerlukan bimbingan dan perhatian khusus dalam menangani luapan emosi yang dapat diwujudkan dalam bentuk positif, misalnya melalui menulis cerita atau puisi, menggambar atau melukis, bermain alat musik dan menari. Bimbingan seperti ini harus diterapkan dan ditekankan oleh anak *gifted* agar mencegah terjadinya perkembangan luapan emosi negatif.

Adapun dalam penelitian ini terdapat anak *gifted* yang memiliki kesadaran emosional yang tinggi, namun ketika usianya mulai beranjak dewasa, kesadaran emosional yang terdapat pada anak *gifted* cenderung sudah bisa diatur dan dikelola dengan baik. Kesadaran emosional yang sudah bisa dikelola tersebut tidak jauh dari bimbingan orang tua pada anaknya. Orang tua harus mengenali, memahami dan memperhatikan kecerdasan anaknya, memperbaiki dan memberikan pendidikan yang bagus sehingga anak kedepannya menjadi lebih baik. Selain itu, orang

tua dapat memberikan motivasi yang membangun agar anak mampu mengembangkan bakat dan minatnya dalam bidang apapun yang diminati.

Berdasarkan penjabaran latar belakang di atas, dapat disimpulkan bahwa peneliti melakukan penelitian dengan judul Manfaat Olah Tubuh Tari Sebagai Media Pengolahan Emosi Pada Anak Berkebutuhan Khusus Kategori *Gifted* : Sebuah Studi Kasus.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian pendekatan kualitatif. Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat post-positivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci. Metode penelitian kualitatif digunakan untuk mendapatkan data yang mendalam, suatu data yang mengandung makna. Makna adalah data yang sebenarnya, data yang pasti yang merupakan suatu nilai di balik data yang tampak (Sugiyono, 2017).

Adapun penelitian kualitatif menghasilkan data deskriptif berupa ucapan, tulisan dan perilaku orang-orang yang diamati. Dalam penelitian kualitatif, data yang dikumpulkan berbentuk kata-kata atau gambar. Data tersebut meliputi transkrip interview, catatan lapangan, fotografi, video, dokumen personal, catatan resmi dan lain sebagainya. Pada penelitian ini penulis menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif dan fenomenologis. Guna untuk mengumpulkan data tentang pengaruh emosional pada anak *gifted*.

C. Pembahasan

1. Pengertian Tari

Tari adalah gerak tubuh secara berirama yang dilakukan di tempat dan waktu tertentu untuk keperluan pergaulan, mengungkapkan perasaan, maksud, dan pikiran.

2. Olah Tubuh Tari

Olah tubuh merupakan perlakuan sederhana terhadap raga manusia agar mendapatkan hal yang dibutuhkan badan yaitu kesehatan dan kebahagiaan. Tubuh merupakan akses dalam menyampaikan gagasan secara estetik agar dapat diketahui. Oleh

karena itu, dengan gerakan liukan tubuh dapat memaknai setiap instrumen gerak dalam tari. Selain itu, tubuh merupakan hal utama dalam tujuan koreografi, maka tubuh bersifat substansial (Hidajat 2011:1).

3. Media

Media dapat berupa sesuatu bahan (*software*) dan alat (*hardware*). Gerlach & Ely (dalam Arsyad, 2002), mengatakan bahwa media jika dipahami secara garis besar adalah manusia, materi, atau kejadian yang membangun kondisi, yang menyebabkan siswa mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap.

4. Emosi

Menurut James, Purwanto dan Mulyono (2006), emosi adalah keadaan jiwa yang menampakkan diri dengan sesuatu perubahan yang jelas pada tubuh. Emosi seseorang adalah mencerminkan keadaan jiwanya, yang akan tampak secara nyata pada perubahan jiwa jasmaninya.

5. Anak *Gifted*

Menurut Renzuli (2004, 2005) dalam buku Deteksi & Penanganan Anak Cerdas Istimewa (*Gifted Children*) karya Julia Maria Van Tiel

dan Endang Widyorini (2014) mengungkapkan bahwa kecerdasan istimewa menyangkut tentang intelegensi luar biasa (IQ) diatas 130 sebagai syarat utama, disamping kreativitas yang tinggi, serta motivasi dan komitmen terhadap tugas yang tinggi.

6. Mengolah emosi anak *Gifted*

Anak *gifted* memiliki tingkat emosi yang tinggi dan jika tidak diolah dengan baik maka akan berdampak negatif pada dirinya. Dalam hal ini emosi anak *gifted* bisa di luapkan ke arah yang negatif maupun positif. Sehingga orang tua sering memberikan bimbingan untuk melukis, menggambar, bermain musik, bermain game, menari dan ke arah seni yang lainnya yang mana disiplin ilmu seni dapat membuat psikologi emosi anak menjadi lebih baik dan akan menghasilkan sebuah kreativitas.

7. Mengenal Kasus

Kasus dalam penelitian ini adalah anak *gifted* yang saat ini masih menjadi mahasiswi jurusan Pendidikan Bahasa Jerman di UNY. Pada penelitian ini, peneliti menyombolkan kasus dengan nama

Macyusi. Macyusi memiliki latar belakang cerdas istimewa (*gited children*), di mana Macyusi memiliki tingkat kecerdasan di atas rata-rata, namun dalam hal ini, emosi Macyusi masih belum stabil. Sehingga peneliti memberikan observasi tindakan yang terdapat eksplorasi pengolahan emosi melalui olah tubuh tari.

Pengolahan emosi pada Macyusi dilakukan selama 1 bulan, tepatnya pada bulan Maret 2018. Pada penelitian ini, peneliti melakukan pengolahan emosi sebanyak 12 kali. Terdapat pengolahan emosi yang dilakukan di berbagai tempat, yaitu LMT FBS UNY, Taman Kearifan UGM, Jogja Bay Waterpark, dan Candi Sambisari. Tempat tersebut sengaja di gunakan agar kreativitas dan tingkat emosi pada Macyusi bisa terolah dengan baik dengan mengambil suasana yang berbeda. Dalam penelitian ini, peneliti hanya menggunakan metode minat, bakat, dan mood untuk mengontrol dan memberikan tindakan pada Macyusi. Macyusi mengolah emosi menggunakan olah tubu tari. Di mana Macyusi dapat mengolah emosinya melalui tubuh yang

digerakkan secara bebas dan sesuai dengan perasaan emosi yang dirasakan. Sehingga selain dapat mengolah emosi melalui olah tubuh tari, Macyusi dapat meningkatkan kreativitas untuk membuat suatu karya tari atau gerak melalui pengolahan emosi.

D. Kesimpulan dan saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan di atas tentang Manfaat Olah Tubuh Tari Sebagai Media Pengolahan Emosi Pada Anak Berkebutuhan Khusus Kategori Gifted: Sebuah Studi Kasus, maka terdapat ditemukan beberapa kesimpulan diantaranya: (1) Macyusi dapat menyadari tubuhnya sendiri, (2) Macyusi menjadi lebih paham akan pentingnya kelenturan badan, (3) Macyusi dapat memahami bahwa apapun yang dirasakan dalam hati dapat diolah oleh pikiran yang disalurkan oleh ekspresi wajah secara tidak sadar, (4) Macyusi dapat menggunakan musik instrumen klasikal untuk mengolah emosi, (5) Macyusi dapat mengungkapkan perasaan yang tidak dapat diungkapkan secara terbuka lewat suara kepada orang lain, (6) Macyusi

merasa memiliki hobi baru, (7) Macyusi dapat merasakan dampak pengolahan emosi positif, (8) Macyusi dapat menyalurkan pikiran, perkataan, perasaan, dan tingkah laku melalui harmoni gerak yang didemonstrasikannya, (9) Macyusi menjadi lebih percaya diri dan lebih berani, (10) Macyusi dapat menjadikan olah tubuh tari sebagai media pengolahan emosi positif dan hobi positif serta meningkatkan kreativitas pada kecerdasan yang dimiliki oleh Macyusi.

Penelitian ini diharapkan kasus atau Macyusi dapat mengolah emosinya dengan baik melalui olah tubuh tari yang didukung dengan gerak, musik, perasaan, dan ekspresi agar dapat merasakan perasaan yang lebih tenang, damai, dan memahami diri dengan baik. Selain itu, agar orang tua dapat memahami anak lebih baik lagu dan memahami pentingnya tubuh untuk mengolah emosi dan mengetahui bahwa emosi yang dimiliki anak adalah sebuah potensi yang dapat dikembangkan jika dapat dikelola dengan baik.

E. Daftar Pustaka

- _____. 2012. *Koreografi (Bentuk-Teknik-Isi)*. Yogyakarta: Cipta Media.
- Abdullah, N. 2013. *Jurnal Anak Berkebutuhan Khusus*.
- Abdurachman, R. 1979. *Seni Tari III*. Jakarta: C.V. Angkasa
- Ahmad, A., dan Uhbiyati, N. 1991. *Ilmu Pendidikan*. Semarang: Renika Cipta.
- Bisri, H. 2001. *Manfaat Olah Tubuh bagi Seorang Penari (Harmonia)*. Semarang: Jurusan Seni Drama Tari dan Musik Fakultas Bahasa dan Seni UNNES.
- Delisle, J. R. 1953. *Parenting Gifted Kids*. Printed in USA.
- Fonseca, C. 1996. *Emotional Intensity in Gifted Students*. Printed in USA
- Hadi, Sumandiyo. 2003. *Aspek-Aspek Dasar Koreografi Kelompok*. Yogyakarta: Elkaphi.
- Hembing, W. 1997. *Pernapasan Meditasi Qigong Untuk Pengobatan Dan Kesehatan*. Pustaka Kartini, Jakarta.
- Hidayat, R. 2011. *Koreografi Dan Kreativitas : Pengetahuan Dan Petunjuk*. Kendil Media Pustaka Seni Indoneisa Suryodiningrat Yogyakarta.
- Jack, E. 2009. *Hipnosis & Hipnoterapi Transpersonal*. Pustaka Pelajar, Yogyakarta.
- Kussuardjo, Bagong. 1981. *Tentang Tari*. Yogyakarta : CV. Nur Cahaya
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tiel, Julia Maria Van., dkk., *Deteksi dan penanganan Anak Cerdas Istimewa (Anak Gifted)*. 2014. Jakarta: Prenadamedia Group.

