

Kegiatan Tari Kreatif sebagai Stimulasi Emosi Positif Anak Usia Dini: Studi Kualitatif di TK IT Bunayya

Amanda hijriani¹, Dea Miftahul Jannah², Fadillah Ajeng Ningrum³, Nur Fadillah⁴, Hilda Zahra Lubis⁵

Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

* Correspondence e-mail; amanda0308221027@uinsu.ac.id

Article history

Submitted: 2026/03/01; Revised: 2026/04/11; Accepted: 2026/04/23

Abstract

The purpose of this study was to examine how creative dance activities can stimulate positive emotions in early childhood at TK IT Bunayya Medan. The approach used was descriptive qualitative with observation, interview, and documentation methods for teachers and children in group B. The results showed that creative dance activities can stimulate expressions of happiness, increase self-confidence, and strengthen children's social relationships. Creative dance also provides space for children to express their feelings spontaneously and freely. With a fun approach, dance becomes an effective medium in forming positive emotions in early childhood.

Keywords

Creative Dance, Positive Emotions, Early Childhood, Stimulation, Children's Education



© 2025 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY SA) license, <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>.

PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan individu yang berada dalam fase perkembangan yang sangat pesat, baik dari aspek fisik, kognitif, sosial, maupun emosional. Pada masa ini, anak mulai membentuk pola perilaku dan pengalaman yang akan memengaruhi kehidupannya di masa depan. Salah satu aspek yang sangat penting namun sering kali kurang mendapatkan perhatian adalah perkembangan emosi. Emosi positif seperti kebahagiaan, rasa percaya diri, dan empati memiliki peran besar dalam membentuk karakter anak dan mendukung keberhasilannya di lingkungan sosial dan akademik (Mustaghfirin et al., 2025). Menurut Goleman (2020), emosi merupakan bagian penting dari kecerdasan yang memengaruhi cara individu memahami dan merespon dunia di sekitarnya. Anak yang mampu mengelola emosinya dengan baik akan lebih mudah dalam berinteraksi sosial,

menyelesaikan masalah, dan belajar hal-hal baru. Oleh karena itu, penting bagi lembaga pendidikan anak usia dini untuk menyediakan stimulasi yang dapat membantu anak mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosinya secara positif.

Salah satu bentuk stimulasi yang efektif adalah melalui seni, khususnya seni tari kreatif (Kurniasari et al., 2025; Lestari et al., 2025). Tari kreatif adalah bentuk seni gerak yang memberikan kebebasan kepada anak untuk mengekspresikan dirinya tanpa batasan gerakan yang kaku. Berbeda dengan tari tradisional yang bersifat terstruktur, tari kreatif memungkinkan anak untuk menciptakan gerakannya sendiri sesuai dengan perasaan dan imajinasinya. Kegiatan ini diyakini mampu merangsang perkembangan emosional karena memberikan ruang bagi anak untuk meluapkan ekspresinya melalui gerakan dan musik. TK IT Bunayya Medan sebagai lembaga pendidikan Islam terpadu telah menerapkan berbagai pendekatan pembelajaran inovatif, salah satunya adalah kegiatan tari kreatif dalam rutinitas pembelajaran. Kegiatan ini tidak hanya ditujukan untuk melatih motorik anak, tetapi juga sebagai sarana untuk mengekspresikan diri dan membentuk suasana emosional yang positif. Dengan demikian, penelitian ini penting dilakukan untuk menggali secara mendalam bagaimana kegiatan tari kreatif dapat memberikan kontribusi terhadap stimulasi emosi positif anak usia dini.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan kualitatif berjenis studi kasus. Pendekatan ini dipilih karena memberikan kesempatan bagi peneliti untuk menggali secara mendalam dan menyeluruh mengenai suatu fenomena yang terjadi dalam konteks alami. Fokus utama penelitian ini adalah memahami pengalaman anak-anak dalam mengikuti kegiatan tari kreatif di lingkungan sekolah, khususnya bagaimana kegiatan tersebut memengaruhi ekspresi emosi dan keterlibatan mereka. Melalui studi kasus, peneliti dapat menangkap nuansa-nuansa yang tidak bisa dijangkau oleh pendekatan kuantitatif, seperti dinamika interaksi antara anak dan guru, respons spontan anak selama menari, serta nilai-nilai emosional yang muncul selama proses berlangsung.

Lokasi penelitian ditentukan secara purposif, yaitu di TK IT Bunayya Medan. Lembaga ini dipilih karena aktif menyelenggarakan kegiatan seni, termasuk tari kreatif, yang menjadi bagian dari kurikulum pembelajaran anak usia dini. Subjek penelitian terdiri dari dua belas anak kelompok B yang berusia antara lima hingga enam tahun. Anak-anak yang dipilih merupakan partisipan yang secara aktif terlibat dalam kegiatan tari kreatif serta telah mendapatkan persetujuan dari orang tua

mereka untuk ikut serta dalam penelitian. Selain anak-anak, dua orang guru kelas juga dilibatkan sebagai informan kunci, mengingat peran mereka yang strategis dalam merancang, mendampingi, dan mengevaluasi kegiatan tari kreatif.

Untuk memperoleh data yang kaya dan mendalam, peneliti menggunakan beberapa teknik pengumpulan data yang saling melengkapi. Pertama, dilakukan observasi partisipatif selama empat minggu, di mana peneliti secara langsung terlibat dalam kegiatan tari bersama anak-anak. Observasi ini memungkinkan peneliti menangkap perilaku dan ekspresi emosi anak secara alami, termasuk respons mereka terhadap gerakan, musik, dan interaksi dengan teman sebaya. Kedua, wawancara mendalam dilakukan terhadap dua guru kelas untuk menggali informasi mengenai proses pelaksanaan kegiatan tari, tujuan yang ingin dicapai, serta hasil yang dirasakan baik oleh guru maupun anak. Wawancara ini memberikan perspektif tambahan mengenai makna dan nilai kegiatan tari dalam konteks pendidikan anak usia dini. Ketiga, dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data visual berupa foto dan video kegiatan tari, serta catatan aktivitas anak selama proses berlangsung. Dokumentasi ini memperkuat temuan observasi dan wawancara, serta menjadi bahan refleksi dalam tahap analisis data.

Analisis data dalam penelitian ini mengikuti model interaktif dari Miles dan Huberman (2014) yang terdiri dari tiga tahapan utama. Tahap pertama adalah reduksi data, yaitu proses menyortir, menyederhanakan, dan memfokuskan data mentah yang diperoleh dari observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hanya data yang relevan dengan tujuan penelitian yang dipertahankan, sementara informasi lain yang tidak mendukung dianalisis secara selektif. Tahap kedua adalah penyajian data, di mana hasil reduksi disusun dalam bentuk narasi deskriptif yang menggambarkan secara utuh pengalaman anak dalam kegiatan tari kreatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan tari kreatif yang dilaksanakan di TK IT Bunayya merupakan bagian dari rutinitas mingguan yang dikemas dalam sesi bertajuk "Senin Ceria." Kegiatan ini berlangsung selama kurang lebih 30 hingga 45 menit setiap hari Senin, dan pelaksanaannya dilakukan secara fleksibel, baik di dalam ruang kelas maupun di ruang serbaguna, tergantung pada kondisi cuaca dan kebutuhan akan ruang gerak yang lebih luas. Melalui kegiatan ini, guru menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan dan bermakna, dengan memanfaatkan seni sebagai medium untuk mengasah imajinasi dan kreativitas anak.

Dalam setiap sesi, guru memberikan stimulus berupa tema cerita yang kaya akan imajinasi, seperti "Gerakan Hujan dan Pelangi", "Tari Binatang Bahagia", atau

“Petualangan di Taman.” Tema-tema ini tidak hanya menjadi latar untuk kegiatan gerak, tetapi juga menjadi pintu masuk bagi anak-anak untuk menginterpretasikan dunia sekitarnya melalui tubuh dan gerakan. Anak-anak diberikan kebebasan penuh untuk mengekspresikan diri mereka berdasarkan persepsi dan pengalaman masing-masing terhadap tema tersebut. Tidak ada pola atau koreografi baku yang harus diikuti, sehingga anak-anak dapat berkreasi secara spontan dan orisinal. Peran guru dalam kegiatan ini bukan sebagai instruktur utama yang mengarahkan gerakan secara kaku, melainkan sebagai fasilitator yang memberikan arahan awal, menyemangati, serta mengapresiasi setiap upaya dan ekspresi anak, betapun sederhana atau unik bentuknya.

Selama kegiatan berlangsung, suasana kelas berubah menjadi arena ekspresi yang penuh warna dan energi positif. Anak-anak tampak bersemangat dan aktif secara fisik, namun tetap dalam batas-batas aturan yang disepakati. Teriakan kegembiraan, tawa lepas, dan gerakan-gerakan tubuh yang lincah menjadi pemandangan yang umum terlihat. Aktivitas ini tidak sekadar menjadi kegiatan hiburan semata, tetapi juga menjadi bagian dari proses pembelajaran kontekstual di mana anak-anak belajar melalui pengalaman langsung yang menyenangkan. Mereka bermain sambil belajar, mengenali tubuh mereka, memahami ritme musik, serta melatih kemampuan motorik dan sosial secara bersamaan.

Dari hasil observasi yang dilakukan secara intensif selama beberapa minggu, tampak jelas bahwa kegiatan tari kreatif ini memunculkan berbagai bentuk ekspresi emosi positif pada diri anak-anak. Kebahagiaan dan antusiasme menjadi dua emosi yang paling dominan. Mayoritas anak menunjukkan raut wajah yang ceria, penuh senyum, dan sering kali tertawa lepas selama kegiatan berlangsung. Gerakan-gerakan yang mereka lakukan pun terlihat penuh energi dan spontanitas, mencerminkan bahwa mereka merasa aman, nyaman, dan menikmati setiap momen yang terjadi. Bahkan, ada anak-anak yang dengan penuh inisiatif menciptakan gerakan sendiri, atau mengimprovisasi jalan cerita dalam tarian mereka. Ini menunjukkan bahwa kegiatan tari tersebut telah menjadi ruang yang memungkinkan anak untuk terlibat secara emosional dan kreatif.

Selain kebahagiaan, perkembangan rasa percaya diri juga menjadi dampak penting dari kegiatan ini. Beberapa anak yang pada awalnya cenderung pasif, pemalu, atau enggan tampil di depan teman-temannya, perlahan-lahan mulai menunjukkan keberanian untuk menari, mengekspresikan diri, dan bahkan memimpin teman-temannya dalam menciptakan gerakan bersama. Proses ini menunjukkan bahwa kegiatan tari kreatif menjadi sarana efektif dalam

menumbuhkan keberanian dan rasa percaya diri, yang merupakan fondasi penting dalam perkembangan sosial dan emosional anak usia dini.

Lebih jauh lagi, kegiatan ini juga memberi dampak positif terhadap kemampuan anak dalam berempati dan bekerja sama. Dalam sesi-sesi tertentu, guru merancang kegiatan tari dalam format berpasangan atau kelompok kecil. Dalam situasi seperti ini, anak-anak belajar untuk menyesuaikan diri dengan gerakan teman, memperhatikan ritme bersama, serta saling membantu jika ada yang merasa kesulitan. Dinamika ini membentuk sikap saling menghargai dan memperkuat kemampuan bekerja dalam tim, yang sangat penting dalam membangun kecakapan sosial di masa depan.

Guru-guru mencatat bahwa setelah mengikuti sesi tari kreatif, anak-anak menunjukkan perilaku yang lebih tenang dan siap mengikuti kegiatan pembelajaran lainnya. Mereka terlihat lebih fokus, kooperatif, dan mampu mengelola emosi dengan lebih baik. Perubahan ini sejalan dengan pandangan Vygotsky, sebagaimana dikemukakan dalam karya Berk (2020), bahwa interaksi sosial dalam konteks bermain, khususnya dalam bentuk kegiatan simbolik seperti tari, memainkan peran sentral dalam mengembangkan fungsi mental yang lebih tinggi pada anak. Fungsi-fungsi tersebut meliputi perhatian yang lebih terarah, kemampuan merencanakan tindakan, serta kontrol terhadap dorongan emosi.

Dengan demikian, kegiatan tari kreatif bukan hanya memberi ruang bagi ekspresi fisik dan seni, tetapi juga menjadi wahana pembentukan karakter dan kecerdasan emosional anak. Setiap gerakan, tawa, dan interaksi yang terjadi dalam kegiatan ini mengandung makna yang mendalam dalam proses tumbuh kembang anak usia dini. Penelitian ini mengungkap bahwa tari kreatif di TK IT Bunayya bukanlah kegiatan pelengkap semata, melainkan bagian integral dari pendidikan yang membentuk anak secara holistik—fisik, emosi, sosial, dan kognitif—dalam suasana belajar yang menyenangkan dan memberdayakan.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kegiatan tari kreatif memiliki dampak signifikan terhadap ekspresi emosi positif anak usia dini. Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh McMahon et al. (2021) yang menyatakan bahwa kegiatan seni, khususnya tari, dapat memperkuat aspek perkembangan sosial-emosional anak. Tari tidak hanya menjadi wahana rekreatif, tetapi juga memiliki nilai terapeutik karena memberikan ruang aman bagi anak untuk mengekspresikan perasaan dan mengolah emosi.

Lebih lanjut, kegiatan tari kreatif juga membuka peluang untuk pengembangan keterampilan motorik, kesadaran spasial, dan koordinasi tubuh. Semua ini

berlangsung secara alami dalam konteks yang menyenangkan, tanpa tekanan akademik. Pengalaman ini sangat sesuai dengan prinsip pembelajaran anak usia dini yang menekankan pada pendekatan holistik, yaitu menyentuh seluruh aspek perkembangan: fisik, sosial-emosional, kognitif, dan bahasa.

Kegiatan ini juga memperkuat peran guru sebagai fasilitator yang sensitif terhadap kebutuhan emosional anak. Guru tidak hanya mengajar gerakan, tetapi juga membangun koneksi emosional dan menciptakan iklim pembelajaran yang inklusif dan suportif. Dengan demikian, kegiatan tari kreatif dapat dianggap sebagai salah satu strategi pedagogis yang efektif dalam membentuk karakter anak sejak usia dini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kegiatan tari kreatif di TK IT Bunayya berperan penting dalam menstimulasi ekspresi emosi positif anak usia dini. Kegiatan yang dikemas dalam bentuk tema cerita dan diiringi musik ini mampu menciptakan suasana yang menyenangkan dan kondusif bagi anak untuk berekspresi, berimajinasi, serta mengembangkan keterampilan sosial-emosional. Anak-anak menunjukkan indikator emosi positif seperti kebahagiaan, antusiasme, rasa percaya diri, empati, dan kerja sama. Selain itu, kegiatan ini turut mendukung perkembangan keterampilan motorik, regulasi emosi, serta kesiapan anak untuk mengikuti pembelajaran setelahnya. Guru juga berperan aktif sebagai fasilitator dalam membimbing dan mengapresiasi setiap ekspresi anak. Penelitian ini memperkuat pandangan teoretis bahwa seni, khususnya tari, bukan sekadar aktivitas fisik, tetapi juga medium pembelajaran yang efektif untuk membentuk karakter dan keseimbangan emosi anak. Oleh karena itu, tari kreatif layak dijadikan sebagai bagian integral dari kurikulum pembelajaran anak usia dini untuk mendukung tumbuh kembang mereka secara holistik.

REFERENCES

- Berk, L. E. (2020). *Development Through the Lifespan* (7th ed.). Boston: Pearson Education.
- Dewi, K. T., & Mahardika, I. G. (2020). Peran guru dalam menstimulasi perkembangan sosial emosional anak usia dini melalui kegiatan seni. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 8(1), 22–31. <https://doi.org/10.23887/paud.v8i1.27199>
- Goleman, D. (2020). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.
- Harris, P. L. (2016). *The Work of the Imagination*. New York: Wiley-Blackwell.

- Isjoni, I. (2020). *Strategi Pembelajaran Anak Usia Dini*. Bandung: Refika Aditama.
- Kurniasari, A. N., Nurazizah, A., Sari, R., Purwanti, R., & Fathoni, T. (2025). Strategi Kepemimpinan Kepala Sekolah dalam Membangun Profesionalisme Guru yang Berkualitas. *Social Science Academic*, 3(1), 1–7.
- Lestari, E. D., Inayah, S. N., Yunarta, T., Amany, R., & Alfida, V. N. (2025). Kepemimpinan Kepala Sekolah dalam Mengatasi Konflik Antara Guru, Siswa, Dan Orang Tua. *Social Science Academic*, 3(1), 8–18.
- Lubis, N. R., & Marlina, L. (2021). Pengaruh kegiatan seni tari terhadap perkembangan emosi anak usia dini. *Jurnal Golden Age*, 5(1), 47–55. <https://doi.org/10.29408/goldenage.v5i1.3523>
- Mustaghfirin, A., Fikri, M. K., Diansyah, N., Sidik, F., Hidayatullah, M., & Fatoni, T. (2025). Menciptakan Lingkungan Inovatif Melalui Kepemimpinan Kepala Sekolah. *Social Science Academic*, 3(1), 53–64.
- McMahon, N., Leggett, N., & Carpenter, L. (2021). Creative arts and social-emotional learning: Promoting wellbeing in early childhood education. *Australasian Journal of Early Childhood*, 46(2), 123–135. <https://doi.org/10.1177/1836939121994006>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Munandar, U. (2019). *Pengembangan Kreativitas Anak Berbakat*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Musthofa, B. (2021). Pembelajaran seni tari untuk perkembangan sosial-emosional anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 764–773. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.870>
- Nurani, Y. (2020). Menstimulasi kecerdasan emosional anak usia dini melalui aktivitas seni. *Jurnal Ilmiah Visi*, 15(1), 88–97. <https://doi.org/10.21009/JIV.1501.10>
- Santrock, J. W. (2018). *Child Development* (14th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Suyadi, & Ulfah, M. (2020). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Prenadamedia Group.
- Syafruddin, S., & Rahmawati, R. (2022). Pengembangan karakter anak melalui seni tari kreatif di PAUD. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1), 4003–4012. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/2662>
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Yusuf, S. (2021). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Wuryani, E., & Sujiono, Y. N. (2021). Pengaruh kegiatan seni terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 15(1), 45–55. <https://doi.org/10.21009/JPUD.151.05>