



# Peran Ekstra Menari dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Emosional Anak Kelompok A di RA Masjid Al Akbar Surabaya

Zulfah Agustin Nailunnajah<sup>1\*</sup>, Ilun Muallifah<sup>2</sup>

<sup>1-2</sup> Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Indonesia

\*Penulis Korespondensi: [zulfahagustin35@gmail.com](mailto:zulfahagustin35@gmail.com)

**Abstract.** *Dancing as an outdoor activity significantly impacts the social and emotional skills of young children. They learn to express their emotions, work together in groups, and increase their self-confidence and empathy through dance activities. Several studies have shown that participating in dance activities can also help children manage their emotions, enhance social interactions, and improve their communication skills. Developmentally appropriate dance programs can positively impact their social and emotional development. Early children's ability to manage their own emotions is part of their emotional developmental maturation during the transition from the preoperational to the concrete operational stage. Early children's ability to manage their emotions is part of their emotional developmental maturation during the transition from the preoperational to the concrete operational stage. The ability to manage their own emotions can be seen in their ability to utilize their emotions positively, regulate their emotions according to their circumstances, and appropriately protect themselves from experiencing unhealthy emotions.*

**Keywords:** *Dancing; Emotional Development; Emotional Expression; Empathy; Social Development.*

**Abstrak.** Menari sebagai kegiatan luar kelas sangat memengaruhi kemampuan sosial dan emosional anak usia dini. Mereka belajar mengekspresikan emosi mereka, bekerja sama dalam kelompok, dan meningkatkan kepercayaan diri dan empati mereka dengan berpartisipasi dalam kegiatan menari. Menurut beberapa penelitian, berpartisipasi dalam kegiatan menari juga dapat membantu anak-anak mengendalikan emosi mereka, meningkatkan interaksi sosial, dan meningkatkan keterampilan komunikasi mereka. Program menari yang disesuaikan dengan perkembangan anak dapat berpengaruh positif pada perkembangan sosial dan emosional mereka. Kemampuan anak usia dini untuk mengelola emosi mereka sendiri merupakan bagian dari pematangan perkembangan emosi mereka selama transisi dari masa praoperasi ke masa operasional konkret. Kemampuan anak usia dini untuk mengelola emosi mereka merupakan bagian dari pematangan perkembangan emosi mereka selama transisi dari masa praoperasi ke masa operasional konkret. Kemampuan untuk mengelola emosi mereka sendiri dapat dilihat dari kemampuan mereka untuk memanfaatkan emosi mereka secara positif, mengatur emosi mereka sesuai dengan keadaan mereka, dan secara wajar melindungi diri mereka daripada mengalami emosi yang tidak sehat.

**Kata kunci:** Ekspresi Emosi; Empati; Menari; Perkembangan Emosional; Perkembangan Sosial.

## 1. LATAR BELAKANG

Perkembangan keterampilan sosial dan emosional yang sangat penting untuk keberhasilan di masa depan dalam pembelajaran dan kehidupan sosial sangat penting. Keterampilan sosial dan emosional termasuk kemampuan anak untuk mengidentifikasi dan mengelola perasaan mereka, membangun hubungan yang positif, dan menunjukkan empati terhadap orang lain. Dalam hal pengajaran anak usia dini, berbagai strategi diterapkan untuk menunjang perkembangan sosial emosional. Salah satunya adalah melalui kegiatan ekstrakurikuler yang bersifat seni, seperti menari. Menari bukan hanya aktivitas fisik dan hiburan semata, namun juga merupakan sarana ekspresi diri yang kaya akan nilai-nilai sosial dan emosional. Anak-anak dapat menumbuhkan kepekaan sosial dan rasa percaya diri, belajar

bekerja sama, dan menyesuaikan diri dengan aturan melalui gerakan ritmis dan interaksi dalam kelompok. Kegiatan menari juga melatih anak dalam memahami struktur, konsistensi, dan pengaturan emosi melalui ekspresi tubuh. Hal ini menjadikan tarian sebagai salah satu metode yang paling efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional dan karakter seorang anak.

Menari sebagai kegiatan ekstrakurikuler di pendidikan anak usia dini terbukti memiliki dampak positif terhadap perkembangan sosial dan emosional anak. Sitti dan Fitriani (2020) menunjukkan bahwa kegiatan menari dapat meningkatkan ekspresi emosi anak serta memperbaiki keterampilan interaksi sosial mereka, yang pada gilirannya membantu membangun rasa percaya diri dan empati. Ghani dan Yasmin (2022) juga menekankan bahwa kegiatan menari memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk mengelola emosi mereka dengan lebih baik dan meningkatkan keterampilan sosial melalui kerja kelompok. Selain itu, Parker dan Smith (2021) mengungkapkan bahwa partisipasi dalam program menari yang terstruktur dapat mengembangkan pengaturan emosi yang positif serta mendorong keterampilan sosial yang lebih baik, yang sangat penting dalam pembentukan karakter anak.

Carter dan Zhang (2019) menambahkan bahwa menari tidak hanya meningkatkan kreativitas anak, tetapi juga berperan dalam pengembangan kecerdasan emosional dan interaksi sosial mereka. Dengan keterampilan yang diperoleh melalui menari, anak-anak belajar mengelola perasaan mereka dengan cara yang lebih konstruktif. Selain itu, Hartanto dan Rosyid (2021) menggarisbawahi bahwa menari dapat meningkatkan harga diri anak, memperkuat interaksi sosial, dan membantu anak mengembangkan empati terhadap orang lain. Dengan demikian, menari bukan hanya sekadar aktivitas fisik, tetapi juga berperan penting dalam membentuk karakter dan kemampuan sosial-emosional anak usia dini.

## **2. KAJIAN TEORITIS**

Menari ekstrakurikuler adalah salah satu kegiatan pengembangan diri yang dapat memberi anak usia dini pengalaman belajar berharga. Anak-anak menari di RA Masjid Al Akbar Surabaya tidak hanya menari sebagai latihan gerak dan seni, tetapi juga belajar berinteraksi, bekerja sama, dan mengekspresikan diri melalui gerakan dan ritme. Menari menawarkan kesempatan bagi anak untuk meningkatkan kesadaran tubuh mereka, keberanian tampil, dan kemampuan untuk mengikuti arahan dan aturan guru.

Teori perkembangan sosial emosional menyatakan bahwa kemampuan mengenali perasaan diri, mengelola emosi, berinteraksi dengan teman sebaya, menunjukkan empati, dan membuat keputusan yang sesuai dengan aturan adalah bagian dari perkembangan sosial

emosional anak usia dini. Pengalaman yang melibatkan interaksi langsung, kerja sama, dan aktivitas kelompok yang menyenangkan adalah cara pengalaman ini berkembang. Karena latihan gerak dalam kelompok yang menuntut anak untuk peka terhadap teman, menyesuaikan gerakan, berbagi ruang, dan menjaga kekompakan, kegiatan menari membantu perkembangan sosial emosional mereka.

Kegiatan menari juga mengajarkan anak untuk mengelola emosi saat menunggu giliran, mengikuti irama, dan mengatur diri saat menghadapi kesulitan mempelajari gerakan baru. Selain itu, gerakan menjadi cara bagi anak untuk mengungkapkan perasaan positif dan membangun kepercayaan diri. Kegiatan ekstrakurikuler menari di RA Masjid Al Akbar Surabaya sering dikaitkan dengan nilai-nilai kedisiplinan, kerja sama, dan sikap saling menghargai yang diajarkan guru. Akibatnya, ekstrakurikuler menari tidak hanya meningkatkan keterampilan seni anak, tetapi juga membantu mengembangkan aspek sosial emosional dan sosial anak secara keseluruhan. Oleh karena itu, ekstrakurikuler menari menjadi salah satu bentuk kegiatan yang efektif dalam mendukung perkembangan anak, baik secara kognitif maupun sosial emosional.

### **3. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kualitatif dengan jenis jenis deskriptif. Pilihan pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk memahami secara menyeluruh proses pembelajaran, interaksi, dan perkembangan keterampilan sosial emosional anak usia dini. Anak usia dini kelompok A di RA Masjid Al Akbar Surabaya mendapat pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana menari sebagai aktivitas ekstrakurikuler membantu mereka belajar keterampilan sosial emosional. Penelitian ini melibatkan anak-anak usia empat hingga lima tahun yang berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler menari di RA Masjid Al Akbar Surabaya. Jumlah subjek yang diamati berkisar antara empat dan lima.

Wawancara, dokumentasi, dan observasi digunakan untuk mengumpulkan data. Observasi dilakukan dengan tujuan untuk mengamati perilaku anak saat menari, terutama dalam hal bekerja sama, mengelola emosi, disiplin, tanggung jawab, dan kepercayaan diri. Wawancara dilakukan dengan guru pembimbing untuk memperoleh informasi tentang perubahan sosial emosional anak setelah mengikuti ekstrakurikuler menari. Sedangkan dokumentasi berupa foto, video, maupun catatan perkembangan anak digunakan untuk melengkapi hasil observasi dan wawancara.

Data yang dikumpulkan dianalisis dalam tiga tahap: reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan. Pada tahap reduksi, para peneliti memilah dan menyederhanakan data yang

relevan dengan subjek penelitian. Selain itu, data disajikan dalam bentuk cerita deskriptif agar peneliti lebih mudah memahaminya. Terakhir, peneliti menarik kesimpulan mengenai peran ekstrakurikuler menari dalam mengembangkan keterampilan sosial emosional anak.

#### **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

##### **Perkembangan Sosial Emosional dalam Peran Ekstra Menari**

Berdasarkan temuan observasi dan wawancara yang dilakukan selama kegiatan menari di luar kelas, ditemukan beberapa temuan utama terkait perkembangan keterampilan sosial dan emosional anak. Anak jadi percaya diri, jadi lebih disiplin, bertanggung jawab, bisa mengendalikan emosi dan empati.

Menurut guru pembina Ekstra Menari RA Masjid Al Akbar Surabaya, Aktivitas menari tambahan ini dapat berdampak perkembangan sosial anak usia dini. Hobi dan bakat anak-anak semakin terlihat sejak dini, dan ekstrakurikuler kemampuan mereka semakin terasah. Selain itu, tujuan dari kegiatan ini adalah untuk menjadi sesuatu yang menyenangkan yang memungkinkan anak-anak untuk mengeksplorasi potensi mereka. Ini juga akan menjadi kegiatan positif yang dapat dilakukan di rumah saat badai gawai sedang terjadi di usia dini. Keluarga, komunitas, dan sekolah adalah lingkungan di mana anak dibesarkan memperoleh keterampilan emosional. Sekolah memainkan peran penting dalam membangun keterampilan emosional anak. jadi peran menari tambahan untuk kelompok A di RA Masjid Al Akbar Surabaya sangat penting dan dibutuhkan. berdasarkan data dari penelitian yang dilakukan di RA Masjid Al Akbar Surabaya. Pertama, kegiatan dimulai dengan menyiapkan media yang diperlukan, seperti pengeras suara menyiapkan anak-anak untuk berbaris awal, dan membaca doa untuk menyelesaikan tugas. Kegiatan tari di RA Masjid Al Akbar Surabaya dilakukan satu kali seminggu pada hari Jumat. Tujuannya adalah untuk memperkenalkan keanekaragaman kebudayaan Indonesia melalui tarian sejak awal. Kegiatan ini juga diharapkan dapat membantu perkembangan sosial emosional dan rasa percaya diri anak.

##### **Metode Pembelajaran yang Diterapkan**

Ekstra Menari di RA Masjid Al Akbar Surabaya Di RA Masjid Al Akbar Surabaya, ekstra menari diajarkan dengan Metode Drill and Practice (latihan dan praktik). Metode pembelajaran ini menggunakan media; anak-anak melakukannya melalui kegiatan latihan yang menjadikannya kebiasaan. Selain itu, metode ini memiliki beberapa tujuan dan fungsi. Metode Drill and Practice biasanya dimaksudkan untuk meningkatkan keterampilan motoris atau gerak anak-anak, yang dapat dikaitkan dengan pembelajaran menari. Selain itu, metode ini membantu anak-anak memahami hubungan antara situasi dan situasi lain. Di sini diharapkan

anak memiliki kemampuan untuk mengembangkan ekspresi diri mereka melalui tarian. Membantu siswa menemukan bakat mereka dan mengungkapkan jiwa mereka tentang dunia seni adalah salah satu tujuan dari metode Drill and Practice. meningkatkan keterampilan artistik, meningkatkan atau memperkaya sistem pembelajaran tradisional, dan membantu melestarikan budaya, terutama seni tari.






### **Kendala dan Faktor dalam Proses Pembelajaran**

Kegiatan ekstrakurikuler menari di RA Masjid Al Akbar Surabaya berjalan dengan cukup baik karena banyak hal yang mendukungnya, salah satunya adalah ketersediaan. Sekolah yang memiliki fasilitas yang lengkap dan modern, seperti ruang kelas yang luas, sistem musik, dan kostum menari yang memadai. Selain itu, dukungan dari instruktur dan pelatih tari yang mahir juga sangat penting karena mereka mampu memberikan pelajaran dengan cara yang menyenangkan, sesuai dengan sifat anak usia dini. Antusiasme anak-anak terhadap kegiatan menari memberikan motivasi tersendiri untuk proses pembelajaran. Tak kalah penting, dukungan orang tua yang aktif dalam memberikan izin, motivasi, dan bahkan membantu menyiapkan kebutuhan anak juga membantu anak melakukan hal ini dengan lebih mudah.

Namun demikian, proses pembelajaran menari juga menghadapi beberapa kendala. Tidak semua anak memiliki tingkat konsentrasi dan daya ingat gerakan yang sama, sehingga guru perlu memberikan perhatian ekstra dan pengulangan gerakan secara sabar. Waktu pelaksanaan yang terbatas juga sering menjadi hambatan, mengingat padatnya jadwal kegiatan sekolah. Selain itu, pendekatan khusus diperlukan karena beberapa anak terkadang merasa malu atau tidak percaya diri saat tampil di depan teman-temannya agar mereka menjadi lebih berani dalam berbicara. Kendala lain yang muncul adalah ketika anak-anak merasa cepat lelah atau bosan, sehingga guru perlu mencari variasi metode pengajaran agar suasana tetap menyenangkan dan tidak monoton.

Dengan adanya faktor pendukung yang kuat serta kemampuan guru dan sekolah dalam mengatasi berbagai kendala tersebut, Anak anak dapat memperoleh manfaat besar dari pembelajaran menari tambahan di RA Masjid Al Akbar Surabaya, terutama dalam meningkatkan kepercayaan diri, kreativitas, dan kemampuan sosial-emosional mereka.

**Tabel 1** Dokumentasi Perkembangan Sosial Emosional Anak.

No	Aspek Sosial Emosional	Hasil Dokumentasi	Bukti Foto	Keterangan
1.	Percaya Diri	Anak tampil berani menari di depan teman, ekspresi wajah ceria dan tidak malu-malu.		Terlihat peningkatan keberanian anak dari latihan pertama.
2.	Kerja Sama	Anak-anak saling menuntun dan menjaga posisi ketika membuat formasi tarian.		Sikap tolong-menolong tampak jelas antar anak.
3.	Empati	Beberapa anak membantu temannya yang kesulitan mengikuti gerakan.		Muncul rasa peduli terhadap sesama.
4.	Disiplin	Anak-anak mengikuti arahan guru dengan tertib, menunggu giliran saat berganti posisi.		Anak mampu mengendalikan diri dan mengikuti aturan.
5.	Pengelolaan Emosi	Anak terlihat gembira, ekspresi ceria, serta tidak menangis meskipun ada yang salah gerakan.		Anak mampu mengontrol emosi negatif dan tetap semangat.

Berdasarkan tabel dokumentasi, terlihat bahwa kegiatan ekstra menari di RA Masjid Al Akbar Surabaya mampu memberikan dampak positif terhadap perkembangan sosial emosional anak. Dengan demikian, dokumentasi kegiatan memperlihatkan bahwa pembelajaran seni dapat berfungsi sebagai sarana edukatif yang efektif dalam mengembangkan keterampilan sosial emosional anak secara holistik.

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa menari sebagai kegiatan luar kelas di RA Masjid Al Akbar Surabaya sangat penting untuk meningkatkan keterampilan sosial emosional anak-anak usia dini. Membantu anak menyalurkan perasaan mereka dan membangun hubungan sosial yang positif dengan teman sebaya, menari adalah alat ekspresi yang bagus. Keberhasilan kegiatan ini tidak terlepas dari peran guru, yang mampu membuat lingkungan belajar yang menyenangkan, membimbing anak dengan sabar, dan menanamkan nilai-nilai karakter dalam setiap gerakan tari. Guru memanfaatkan menari sebagai sarana untuk menanamkan rasa percaya diri, tanggung jawab, dan kemampuan beradaptasi sosial pada anak-anak.

Selain itu, fasilitas yang memadai, program ekstrakurikuler yang terorganisir, dan partisipasi orang tua semua menunjukkan bahwa sekolah membantu meningkatkan perkembangan anak. Salah satu program unggulan RA Masjid Al Akbar Surabaya adalah menari, yang berdampak nyata pada perkembangan sosial emosional anak. Oleh karena itu, menari ekstrakurikuler dapat dipandang sebagai strategi pendidikan yang efektif untuk menciptakan keseimbangan antara perkembangan bakat, karakter, dan keterampilan sosial emosional anak usia dini.

Untuk peneliti selanjutnya, untuk melihat dampak kegiatan menari secara lebih menyeluruh, peneliti lebih lanjut dapat memperluas fokus penelitian ke aspek perkembangan lain, seperti perkembangan bahasa atau kognitif. Selain itu, metode observasi yang lebih mendalam dapat memberikan gambaran yang lebih detail tentang perubahan perilaku sosial emosional anak selama program berlangsung.

## DAFTAR REFERENSI

- Afifah Maghfirotul Anif & Arbarini Mintarsih, “Peran Pendidik dalam Mengembangkan Keterampilan Emosional Anak Usia Dini : Studi Kasus Kualitatif di PAUD Cahaya Rumah”, dikutip dari [https://www.researchgate.net/publication/394597556\\_Peran\\_Pendidik\\_dalam\\_Mengembangkan\\_Keterampilan\\_Emosional\\_Anak\\_Usia\\_Dini\\_Studi\\_Kasus\\_Kualitatif\\_di\\_PAUD\\_Cahaya\\_Rumah](https://www.researchgate.net/publication/394597556_Peran_Pendidik_dalam_Mengembangkan_Keterampilan_Emosional_Anak_Usia_Dini_Studi_Kasus_Kualitatif_di_PAUD_Cahaya_Rumah), diakses pada June 2025
- Aini, F. (2022). Pengembangan Tari Tradisional Gandai Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini di PAUD It Iqro’Ipuh (Doctoral dissertation, UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu).
- Carter, R., & Zhang, L. (2019). Dance and creativity: Exploring the effects on social and emotional learning in preschoolers. *Early Childhood Education Review*, 30(4), 422-435. <https://doi.org/10.1080/09575158.2019.1592878>

- Devyanti, K. K. (2023). Pembelajaran tari Remo melalui metode drill and practice pada ekstrakurikuler tari di SMPN 43 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Sendratasik*, 12(1), 61-75.
- Ghani, F., & Yasmin, F. (2022). The role of movement and dance in the emotional and social development of children. *Journal of Early Childhood Development*, 15(1), 43-56. <https://doi.org/10.1093/jecd/15.1.43>
- Hartanto, M., & Rosyid, M. (2021). Building confidence and social relationships through dance in early childhood education. *Journal of Childhood Development*, 16(2), 145-157. <https://doi.org/10.1016/j.jcd.2021.05.003>
- Hikmah, Z. T. A. (2023). Program pengembangan sosial emosional di sekolah inklusi TK Smart Kids (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Maulinda, R., Muslihin, H. Y., & Sumardi, S. (2020). Analisis Kemampuan Mengelola Emosi Anak Usia 5-6 Tahun (Literature Riview). *Jurnal PAUD Agapedia*, 4(2), 300-313.
- Mujahidah, A. Peran Ekstrakurikuler Dalam Meningkatkan Kompetensi Sosial Anak Usia Dini.
- Nasution, A. Z., Hayati, R., & Lubis, H. Z. (2025). Tari Membantu Anak Mengekspresikan Perasaan. *Misterius: Publikasi Ilmu Seni dan Desain Komunikasi Visual.*, 2(2), 74-80.
- Parker, R., & Smith, H. (2021). The influence of arts education on emotional regulation and social skills in early childhood. *International Journal of Arts Education*, 19(3), 123-138. <https://doi.org/10.1080/03057240.2021.1899467>
- Sitti, D. N., & Fitriani, R. (2020). The impact of dance activities on children's social-emotional development in early childhood education. *International Journal of Early Childhood Education*, 26(2), 189-202. <https://doi.org/10.1016/j.ijec.2020.04.004>
- Sutini Ai, "PEMBELAJARAN TARI BAGI ANAK USIA DINI", dikutip dari <https://share.google/TyjQLtNeAok831yPw>, diakses pada April 2015
- Utomo, A. C., Widyawati, L., Supyanti, R., Guntur, N., Dhita, L. A. A., Rahmadhanti, A., ... & Marwan, M. (2019). Pengenalan Kebudayaan Tradisional melalui Pendidikan Seni Tari pada Anak Usia Dini di BA Aisyiyah Ngadirejo, Sukoharjo. *Buletin KKN Pendidikan*, 77-82.
- Vandayanti, A., Rasiman, R., & Untari, M. F. A. (2019). Implementasi Ekstrakurikuler Seni Tari ditinjau dari Peserta Didik dan Orangtua. *Jurnal Pedagogi dan Pembelajaran*, 2(2), 176-185.