



Seni Tari Kontemporer Sebagai Art Therapy dalam Mendukung Perkembangan Psikomotor dan Emosional Siswa Tunagrahita Ringan

Rizky Nurul Khotimah^{1*}, Jaeni², Yahfenel Evi Fussalam³

¹⁻³Institut Seni Budaya Indonesia, Indonesia

*Penulis korespondensi: rizqiardian16@gmail.com¹

Abstract. *Inclusive education requires learning approaches that are not solely oriented toward academic achievement but are also capable of supporting the psychomotor and emotional development of students with special needs, including those with mild intellectual disabilities. Students with mild intellectual disabilities commonly experience limitations in motor coordination, emotional regulation, and attention focus, which necessitate adaptive, holistic, and experiential learning strategies. This study aims to describe the implementation of contemporary dance as an art therapy approach in supporting the psychomotor and emotional development of students with mild intellectual disabilities in an inclusive school setting. The study employed a quantitative approach using a Single Subject Research (SSR) method with an A–B–A design. The research subject was one ninth-grade student with mild intellectual disability at SMPN 1 Karangtengah. Data were collected through systematic observation during the baseline-1 (A-1), intervention (B), and baseline-2 (A-2) phases, using indicators of psychomotor and emotional development. The results showed improvements in motor coordination, movement fluency and balance, imitation ability, attention focus, and emotional expression during the intervention phase. In the baseline-2 phase, most of the acquired abilities were maintained despite the termination of the intervention, indicating stability in behavioral changes. These findings suggest that contemporary dance as an art therapy approach has the potential to serve as a relevant and effective pedagogical-therapeutic strategy in supporting the psychomotor and emotional development of students with mild intellectual disabilities. The implications of this study indicate that contemporary dance can be integrated into arts learning or Individualized Education Programs as a humanistic learning alternative oriented toward students' developmental needs within inclusive education contexts.*

Keywords: *Art Therapy; Contemporary Dance; Emotional Development; Inclusive Education; Psychomotor Development*

Abstrak. Pendidikan inklusif menuntut pendekatan pembelajaran yang tidak hanya berorientasi pada capaian akademik, tetapi juga mampu mendukung perkembangan psikomotor dan emosional peserta didik berkebutuhan khusus, termasuk siswa tunagrahita ringan. Siswa tunagrahita ringan umumnya mengalami keterbatasan dalam koordinasi gerak, regulasi emosi, dan fokus perhatian, sehingga memerlukan strategi pembelajaran yang bersifat adaptif, holistik, dan berbasis pengalaman langsung. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan seni tari kontemporer sebagai art therapy dalam mendukung perkembangan psikomotor dan emosional siswa tunagrahita ringan di sekolah inklusif. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode Single Subject Research (SSR) desain A–B–A. Subjek penelitian adalah satu siswa tunagrahita ringan kelas IX di SMPN 1 Karangtengah. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi sistematis pada fase baseline-1 (A-1), fase intervensi (B), dan baseline-2 (A-2) dengan indikator perkembangan psikomotor dan emosional. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kemampuan koordinasi gerak, kelancaran dan keseimbangan tubuh, kemampuan menirukan gerak, fokus perhatian, serta ekspresi emosional selama fase intervensi. Pada fase baseline-2, sebagian besar kemampuan yang diperoleh tetap bertahan meskipun intervensi dihentikan, menunjukkan adanya kestabilan perubahan perilaku. Temuan ini mengindikasikan bahwa seni tari kontemporer sebagai art therapy berpotensi menjadi pendekatan pedagogis-terapeutik yang relevan dan efektif dalam mendukung perkembangan psikomotor dan emosional siswa tunagrahita ringan. Implikasi penelitian ini menunjukkan bahwa seni tari kontemporer dapat diintegrasikan dalam pembelajaran seni atau Program Pembelajaran Individual sebagai alternatif pembelajaran yang humanis dan berorientasi pada kebutuhan perkembangan siswa di sekolah inklusif.

Kata kunci: Art Therapy; Pendidikan Inklusif; Perkembangan Emosional; Perkembangan Psikomotor; Tari Kontemporer

1. LATAR BELAKANG

Pendidikan memiliki peran strategis dalam membentuk kualitas sumber daya manusia serta menjamin keberlangsungan pembangunan suatu bangsa. Dalam konteks Indonesia, pendidikan tidak hanya dimaknai sebagai sarana transfer pengetahuan, tetapi juga sebagai upaya sistematis untuk mengembangkan potensi individu secara menyeluruh, mencakup aspek intelektual, emosional, sosial, dan keterampilan hidup. Prinsip ini menegaskan bahwa setiap warga negara, tanpa kecuali, memiliki hak yang sama untuk memperoleh layanan pendidikan yang bermutu, termasuk peserta didik dengan kebutuhan khusus sebagaimana diamanatkan dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional. Pemenuhan hak pendidikan tersebut menjadi landasan penting bagi pengembangan pendidikan inklusif yang berkeadilan dan berorientasi pada kebutuhan peserta didik.

Dalam praktik pendidikan khusus dan inklusif, anak berkebutuhan khusus merupakan kelompok peserta didik yang memerlukan layanan pendidikan yang disesuaikan dengan karakteristik dan hambatan perkembangannya. Anak berkebutuhan khusus memiliki variasi kondisi yang meliputi aspek fisik, intelektual, sosial, emosional, dan akademik, sehingga membutuhkan pendekatan pendidikan yang berbeda satu sama lain (Saswita et al., 2024). Salah satu kelompok anak berkebutuhan khusus yang banyak ditemui di satuan pendidikan adalah siswa tunagrahita, yaitu siswa yang mengalami keterbatasan fungsi intelektual dan hambatan dalam perilaku adaptif yang berdampak pada kemampuan belajar dan penyesuaian sosial (Limas et al., 2024).

Siswa tunagrahita ringan merupakan kelompok yang masih memiliki potensi untuk dikembangkan melalui proses pendidikan yang tepat. Secara umum, siswa tunagrahita ringan memiliki kemampuan dasar akademik yang dapat dilatih, namun mengalami keterbatasan dalam koordinasi gerak, pengendalian emosi, dan interaksi sosial. Hambatan tersebut menuntut adanya strategi pembelajaran yang tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik, tetapi juga memperhatikan perkembangan psikomotor dan emosional siswa secara seimbang. Pendekatan pendidikan yang terlalu menekankan aspek kognitif berpotensi mengabaikan kebutuhan perkembangan lain yang justru menjadi fondasi keberhasilan belajar siswa tunagrahita ringan.

Perkembangan psikomotor dan emosional merupakan aspek fundamental dalam proses perkembangan individu. Studi tentang perkembangan anak menunjukkan bahwa kemampuan motorik, baik kasar maupun halus, memiliki keterkaitan erat dengan perkembangan kognitif dan sosial-emosional. Stimulasi yang tepat terhadap aspek fisik dan emosional akan mendukung pembentukan kepercayaan diri, kemandirian, serta kemampuan berinteraksi dengan lingkungan (Maulana & Eliasa, 2024). Oleh karena itu, proses pembelajaran bagi siswa

tunagrahita ringan perlu dirancang secara holistik dengan mempertimbangkan keterkaitan antar aspek perkembangan tersebut.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa aktivitas berbasis gerak dan pengalaman langsung memiliki kontribusi positif terhadap perkembangan fisik dan sosial-emosional peserta didik. Permainan tradisional, misalnya, terbukti efektif dalam meningkatkan koordinasi gerak, keseimbangan, kerja sama, serta kemampuan sosial anak melalui interaksi yang alami dan menyenangkan (Sudaryanti et al., 2024). Temuan ini mengindikasikan bahwa pendekatan pembelajaran yang melibatkan tubuh secara aktif dapat menjadi alternatif yang relevan dalam mendukung perkembangan siswa, termasuk siswa dengan kebutuhan khusus.

Dalam konteks pendidikan inklusif, penerapan strategi pembelajaran yang bersifat individual dan adaptif menjadi kunci keberhasilan layanan pendidikan bagi siswa tunagrahita ringan. Program Pembelajaran Individual (PPI) atau Individualized Education Program (IEP) dipandang sebagai pendekatan pedagogis yang mampu mengakomodasi kebutuhan belajar siswa secara lebih fleksibel dan realistis (Hadi et al., 2025). Namun demikian, implementasi PPI sering kali masih berorientasi pada penyesuaian akademik, sementara aspek pengembangan emosional dan psikomotor belum sepenuhnya diintegrasikan secara optimal dalam proses pembelajaran.

Art therapy berkembang sebagai pendekatan yang memanfaatkan proses kreatif dalam seni untuk membantu individu mengekspresikan emosi, meningkatkan kesadaran diri, serta memperkuat kesejahteraan psikologis. Dalam lingkungan pendidikan, art therapy tidak hanya berfungsi sebagai intervensi terapeutik, tetapi juga sebagai strategi pedagogis yang mendukung keterlibatan aktif peserta didik dalam proses belajar. Pendekatan ini dinilai relevan bagi siswa tunagrahita ringan karena menekankan proses pengalaman, ekspresi non-verbal, dan penerimaan terhadap keunikan individu, sehingga memberikan ruang aman bagi siswa untuk belajar dan berkembang sesuai kemampuannya (Malchiodi, 2012).

Seni tari merupakan salah satu bentuk seni yang memiliki potensi besar sebagai media art therapy karena melibatkan tubuh sebagai sarana utama ekspresi. Melalui aktivitas tari, individu dapat mengembangkan kesadaran tubuh, koordinasi gerak, serta menyalurkan emosi secara kinestetik. Tari kontemporer, dengan karakteristiknya yang terbuka, fleksibel, dan tidak terikat pada pola gerak baku, memberikan ruang eksplorasi yang luas bagi siswa untuk bergerak sesuai dengan kemampuan dan pengalaman masing-masing. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan siswa berkebutuhan khusus dalam aktivitas tari dapat meningkatkan kemampuan motorik, keseimbangan, interaksi sosial, serta regulasi emosi (Karkou & Sanderson, 2006; Smith-Autard, 2010).

Meskipun demikian, kajian mengenai pemanfaatan seni tari dalam pendidikan khusus masih cenderung memosisikan tari sebagai aktivitas pembelajaran atau terapi secara umum. Penelitian yang secara spesifik mengkaji tari kontemporer sebagai bentuk art therapy dalam konteks pendidikan inklusif, khususnya yang mengintegrasikan pengembangan aspek psikomotor dan emosional siswa tunagrahita ringan secara simultan, masih relatif terbatas. Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan akan kajian yang lebih kontekstual dan mendalam terkait peran seni tari kontemporer sebagai pendekatan pedagogis-terapeutik di sekolah inklusif.

Berdasarkan kondisi tersebut, penerapan seni tari kontemporer sebagai art therapy menjadi penting untuk dikaji secara lebih sistematis. Pendekatan ini dipandang memiliki potensi tidak hanya sebagai aktivitas estetis, tetapi juga sebagai sarana pengembangan pengalaman tubuh, ekspresi emosi, serta partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran. Upaya ini diharapkan dapat menjawab kebutuhan pembelajaran yang lebih humanis, adaptif, dan berorientasi pada perkembangan siswa tunagrahita ringan di lingkungan sekolah inklusif.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan seni tari kontemporer sebagai art therapy dalam mendukung perkembangan psikomotor dan emosional siswa tunagrahita ringan di SMPN 1 Karangtengah. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan kajian pendidikan seni dan art therapy, serta kontribusi praktis bagi pendidik dalam merancang pembelajaran seni yang inklusif dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan peserta didik.

2. KAJIAN TEORITIS

Kajian teoritis dalam penelitian ini berfungsi sebagai landasan konseptual untuk memahami keterkaitan antara seni tari kontemporer, art therapy, serta perkembangan psikomotor dan emosional siswa tunagrahita ringan dalam konteks pendidikan inklusif. Kerangka teoritis ini disusun untuk menegaskan relevansi penggunaan pendekatan seni berbasis gerak sebagai strategi pedagogis-terapeutik yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan perkembangan siswa.

Seni Tari Kontemporer dalam Konteks Pendidikan

Seni tari kontemporer merupakan bentuk ekspresi gerak yang berkembang dengan karakteristik terbuka, fleksibel, dan tidak terikat pada pola gerak baku. Dalam konteks pendidikan, tari kontemporer dipandang sebagai media pembelajaran yang menekankan eksplorasi tubuh, kesadaran gerak, dan kebebasan berekspresi sesuai dengan kemampuan individu. Karakter tersebut menjadikan tari kontemporer lebih inklusif dibandingkan bentuk

tari yang bersifat teknis dan struktural, karena memungkinkan setiap peserta didik untuk berpartisipasi tanpa tuntutan penguasaan teknik tertentu (Smith-Autard, 2010).

Dalam pendidikan inklusif, seni tari tidak semata-mata berorientasi pada pencapaian estetis, melainkan pada proses pengalaman belajar yang melibatkan tubuh dan emosi. Melalui aktivitas tari, peserta didik dapat mengembangkan koordinasi gerak, keseimbangan, serta kemampuan merespons rangsangan secara kinestetik. Bagi siswa berkebutuhan khusus, khususnya tunagrahita ringan, pendekatan ini memberikan ruang belajar yang lebih ramah dan adaptif karena menghargai perbedaan kemampuan serta menempatkan pengalaman personal sebagai pusat pembelajaran.

Art Therapy sebagai Pendekatan Pedagogis-Terapeutik

Art therapy merupakan pendekatan yang memanfaatkan proses kreatif dalam seni sebagai sarana untuk membantu individu mengekspresikan emosi, mengembangkan kesadaran diri, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis. Berbeda dengan pendekatan terapi klinis yang berfokus pada diagnosis dan penyembuhan, art therapy dalam konteks pendidikan lebih menekankan fungsi pengembangan dan pendampingan proses belajar. Aktivitas seni digunakan sebagai media non-verbal yang memungkinkan peserta didik menyalurkan perasaan dan pengalaman yang sulit diungkapkan melalui bahasa lisan (Malchiodi, 2012).

Dalam lingkungan sekolah, art therapy memiliki relevansi pedagogis karena mendukung keterlibatan aktif peserta didik, menciptakan suasana belajar yang aman secara emosional, serta mendorong partisipasi tanpa tekanan penilaian hasil. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip pendidikan inklusif yang menghargai keunikan individu dan perbedaan cara belajar siswa. Bagi siswa tunagrahita ringan, art therapy memberikan kesempatan untuk belajar melalui pengalaman langsung, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih bermakna dan sesuai dengan kapasitas perkembangan mereka.

Perkembangan Psikomotor dan Emosional Siswa Tunagrahita Ringan

Siswa tunagrahita ringan memiliki keterbatasan fungsi intelektual yang berdampak pada kemampuan adaptasi, pengelolaan emosi, serta koordinasi gerak. Meskipun demikian, kelompok ini masih memiliki potensi untuk berkembang apabila memperoleh stimulasi yang sesuai dengan karakteristiknya. Aspek psikomotor dan emosional merupakan dua dimensi perkembangan yang saling berkaitan dan berperan penting dalam menunjang keberhasilan belajar siswa. Hambatan pada koordinasi gerak sering kali diikuti oleh kesulitan dalam regulasi emosi dan interaksi sosial, sehingga memerlukan pendekatan pembelajaran yang tidak hanya berfokus pada aspek kognitif.

Kajian perkembangan anak menunjukkan bahwa stimulasi motorik yang terencana dapat memberikan dampak positif terhadap kepercayaan diri, kemandirian, serta kemampuan bersosialisasi. Perkembangan emosional yang sehat juga dipengaruhi oleh kesempatan individu untuk mengekspresikan perasaan dan mengelola respons terhadap lingkungan secara adaptif (Maulana & Eliasa, 2024). Oleh karena itu, pembelajaran bagi siswa tunagrahita ringan perlu dirancang secara holistik dengan memperhatikan keterkaitan antara aspek psikomotor dan emosional sebagai bagian dari proses perkembangan yang utuh.

Relevansi Seni Tari Kontemporer sebagai Art Therapy bagi Siswa Tunagrahita Ringan

Integrasi seni tari kontemporer dan art therapy memiliki relevansi teoretis yang kuat dalam mendukung perkembangan siswa tunagrahita ringan. Aktivitas tari yang berbasis gerak memberikan stimulasi langsung terhadap sistem motorik, sekaligus menjadi sarana ekspresi emosional melalui bahasa tubuh. Gerak tari memungkinkan siswa untuk mengenali tubuhnya, mengembangkan kesadaran diri, serta menyalurkan emosi secara aman dan konstruktif. Keterlibatan dalam aktivitas gerak juga mendorong interaksi sosial dan kerja sama, yang penting bagi pengembangan kemampuan adaptasi sosial siswa.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa aktivitas seni berbasis gerak dapat meningkatkan koordinasi motorik, keseimbangan, serta kemampuan berinteraksi sosial pada anak berkebutuhan khusus (Karkou & Sanderson, 2006). Selain itu, pendekatan pembelajaran yang bersifat individual dan adaptif, seperti Program Pembelajaran Individual (PPI), terbukti efektif dalam mengakomodasi kebutuhan belajar siswa tunagrahita ringan apabila dirancang secara fleksibel dan berorientasi pada perkembangan siswa (Muh. Syahrul Hadi et al., 2025). Dalam kerangka ini, seni tari kontemporer sebagai art therapy dapat diposisikan sebagai bagian dari strategi pembelajaran individual yang tidak hanya mendukung pencapaian akademik, tetapi juga pengembangan aspek psikomotor dan emosional secara terpadu.

Berdasarkan landasan teoretis tersebut, seni tari kontemporer sebagai art therapy dipandang memiliki potensi sebagai pendekatan pedagogis-terapeutik yang relevan dan kontekstual dalam pendidikan inklusif. Pendekatan ini menempatkan pengalaman tubuh, ekspresi emosi, dan partisipasi aktif siswa sebagai elemen utama pembelajaran, sehingga selaras dengan kebutuhan perkembangan siswa tunagrahita ringan.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen subjek tunggal atau *Single Subject Research* (SSR). Metode ini dipilih karena penelitian berfokus pada pengamatan perubahan perilaku dan perkembangan individu secara mendalam setelah

diberikan perlakuan tertentu. SSR memungkinkan peneliti untuk mengkaji hubungan sebab akibat antara perlakuan dan perubahan yang terjadi pada subjek secara sistematis melalui pengukuran berulang dalam kondisi yang terkontrol (Abdullah et al., 2022; Syamsul et al., 2023).

Desain penelitian yang digunakan adalah desain A–B–A, yang terdiri atas tiga fase, yaitu *baseline-1* (A1), fase intervensi (B), dan *baseline-2* (A2). Pada fase A1, peneliti mengamati dan mengukur kondisi awal perkembangan psikomotor dan emosional subjek tanpa pemberian perlakuan. Fase B merupakan tahap pemberian intervensi berupa penerapan seni tari kontemporer sebagai art therapy. Selanjutnya, fase A2 dilakukan untuk mengamati perubahan kondisi subjek setelah intervensi dihentikan, sebagai bentuk evaluasi terhadap efektivitas perlakuan yang telah diberikan. Desain A–B–A dipandang mampu menunjukkan hubungan sebab akibat yang lebih kuat karena adanya pengulangan kondisi awal sebagai pembanding hasil intervensi (Wada et al., 2024).

Subjek dalam penelitian ini berjumlah satu orang siswa tunagrahita ringan yang diberi inisial ARY, duduk di kelas IX-B SMPN 1 Karangtengah. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive dengan pertimbangan bahwa subjek memiliki karakteristik tunagrahita ringan, mengikuti pembelajaran di sekolah inklusif, serta menunjukkan hambatan pada aspek psikomotor dan emosional yang relevan dengan fokus penelitian. Penelitian ini menjunjung tinggi prinsip etika penelitian dengan menjaga kerahasiaan identitas subjek dan memastikan bahwa seluruh kegiatan intervensi dilakukan dalam konteks pembelajaran yang aman dan sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah penerapan seni tari kontemporer sebagai art therapy, sedangkan variabel terikat meliputi perkembangan psikomotor dan emosional siswa tunagrahita ringan. Intervensi dilaksanakan melalui kegiatan pembelajaran seni tari yang dirancang secara bertahap dan berulang, dengan memanfaatkan prinsip latihan (*drill*) sebagai strategi pelaksanaan untuk membantu subjek mengenali gerak, meningkatkan koordinasi tubuh, serta mengekspresikan emosi melalui aktivitas kinestetik. Metode latihan digunakan sebagai sarana pendukung intervensi, bukan sebagai variabel penelitian, sehingga tetap selaras dengan tujuan utama penelitian.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi sistematis terhadap perilaku dan respons subjek selama setiap fase penelitian. Data perkembangan psikomotor dan emosional dicatat menggunakan lembar observasi yang disusun berdasarkan indikator kemampuan gerak, koordinasi, ekspresi emosi, dan keterlibatan subjek dalam aktivitas pembelajaran. Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif dengan membandingkan hasil pengukuran pada setiap

fase A1, B, dan A2 untuk melihat pola perubahan yang terjadi. Penyajian data dilakukan dalam bentuk grafik dan deskripsi naratif untuk memperjelas kecenderungan perkembangan subjek selama proses intervensi.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Fase Baseline-1 (A-1)

Fase baseline-1 (A-1) merupakan tahap pengukuran kemampuan awal subjek sebelum diberikan intervensi seni tari kontemporer sebagai art therapy. Pada fase ini, pengamatan dilakukan untuk memperoleh gambaran kondisi awal perkembangan psikomotor dan emosional siswa tunagrahita ringan dalam aktivitas gerak tari tanpa perlakuan khusus. Setiap sesi pengamatan berlangsung selama ± 30 menit. Aspek yang diamati meliputi kemampuan menirukan gerak, koordinasi tubuh, keseimbangan, kelancaran gerak, ekspresi gerak, dan fokus perhatian selama kegiatan tari.



Gambar 1. Kegiatan Pengamatan Awal pada Fase Baseline-1 (A-1).

Berdasarkan hasil pengamatan pada fase A-1, kemampuan subjek dalam menampilkan gerak tari kontemporer masih berada pada tingkat awal. Subjek mengalami kesulitan dalam menirukan rangkaian gerak sederhana, terutama pada gerakan yang membutuhkan koordinasi antara tangan dan kaki secara bersamaan. Gerak yang ditampilkan cenderung kaku, terputus-putus, dan sering berhenti di tengah aktivitas. Dari aspek keseimbangan, subjek belum mampu mempertahankan posisi tubuh secara stabil, khususnya pada saat melakukan perpindahan tempat atau perubahan level gerak.

Selain itu, subjek masih memerlukan arahan dan bantuan guru secara berulang untuk melanjutkan aktivitas gerak. Fokus perhatian subjek mudah teralihkan, sehingga keterlibatan dalam kegiatan tari belum berlangsung secara konsisten. Secara keseluruhan, performa subjek

pada fase A-1 menunjukkan kondisi yang relatif tidak stabil, dengan skor pengukuran yang cenderung datar dan belum memperlihatkan peningkatan antar sesi.

Hasil Fase Intervensi (B)

Fase intervensi (B) merupakan tahap penerapan seni tari kontemporer sebagai art therapy yang dilaksanakan secara bertahap dan berkesinambungan. Setiap sesi intervensi berlangsung selama $\pm 30-40$ menit. Kegiatan intervensi diawali dengan aktivitas apresiasi melalui pemutaran video tari kontemporer berdurasi pendek, dilanjutkan dengan improvisasi gerak, serta latihan gerak tari secara berulang dengan tingkat kesulitan yang disesuaikan dengan kemampuan subjek.



Gambar 2. Pelaksanaan Intervensi Seni Tari Kontemporer pada Fase B.

Selama fase intervensi, perubahan pada kemampuan psikomotor subjek mulai terlihat secara bertahap. Subjek menunjukkan peningkatan dalam kemampuan menirukan gerak, dengan koordinasi antara anggota tubuh yang semakin terarah. Gerak yang ditampilkan menjadi lebih berkesinambungan, meskipun masih memerlukan tempo yang lambat dan pengulangan. Keseimbangan tubuh juga mulai terbentuk, ditandai dengan kemampuan mempertahankan posisi tubuh dalam durasi yang lebih stabil dibandingkan fase A-1.

Dari aspek emosional, subjek tampak lebih terlibat dalam kegiatan pembelajaran. Fokus perhatian selama aktivitas gerak relatif meningkat, dan subjek menunjukkan respons yang lebih aktif terhadap instruksi guru. Ekspresi gerak yang ditampilkan menjadi lebih variatif, serta

keberanian subjek dalam mencoba gerakan baru mulai terlihat. Grafik hasil pengukuran pada fase ini memperlihatkan tren peningkatan skor yang lebih stabil dibandingkan fase baseline awal.

Hasil Fase Baseline-2 (A-2)

Fase baseline-2 (A-2) merupakan tahap pengukuran ulang kemampuan subjek setelah intervensi dihentikan. Pada fase ini, kegiatan pembelajaran tari kontemporer sebagai art therapy tidak lagi diberikan, sehingga subjek diminta melakukan aktivitas gerak tanpa perlakuan khusus. Durasi dan prosedur pengamatan pada fase A-2 disamakan dengan fase sebelumnya untuk menjaga konsistensi pengukuran.

Hasil pengamatan menunjukkan bahwa kemampuan psikomotor subjek pada fase A-2 berada pada tingkat yang lebih baik dibandingkan fase baseline-1. Subjek masih mampu menampilkan sebagian besar gerak yang telah dipelajari selama fase intervensi. Koordinasi gerak terlihat lebih terarah, dan kelancaran gerak relatif terjaga meskipun intensitasnya sedikit menurun dibandingkan fase B. Keseimbangan tubuh juga masih dapat dipertahankan dalam beberapa rangkaian gerak.

Dari aspek emosional, subjek tampak lebih tenang dan kooperatif selama kegiatan berlangsung. Fokus perhatian relatif lebih stabil dibandingkan pada fase A-1, meskipun pada beberapa sesi subjek masih memerlukan arahan dari guru. Secara umum, performa subjek pada fase A-2 tidak kembali ke kondisi awal sebelum intervensi, melainkan menunjukkan kestabilan kemampuan yang telah terbentuk.

Perbandingan Hasil Antar Fase A-1, B, dan A-2

Perbandingan hasil antar fase menunjukkan adanya perbedaan yang jelas antara kondisi awal (A-1), fase intervensi (B), dan kondisi setelah intervensi dihentikan (A-2). Pada fase A-1, kemampuan psikomotor dan emosional subjek masih berada pada tingkat rendah dan belum stabil. Perubahan mulai terlihat pada fase intervensi (B), di mana kemampuan koordinasi gerak, keseimbangan, kelancaran gerak, serta fokus perhatian mengalami peningkatan secara bertahap. Pada fase A-2, sebagian besar kemampuan yang diperoleh selama intervensi masih dapat dipertahankan meskipun dengan intensitas yang lebih rendah dibandingkan fase B.

Tabel 1. Analisis Perbandingan Hasil Antar Fase A-1, B, dan A-2.

Aspek yang Diamati	Baseline-1 (A-1)	Intervensi (B)	Baseline-2 (A-2)
Koordinasi Gerak	Gerak belum terkoordinasi, sering terhenti	Koordinasi gerak meningkat secara bertahap	Koordinasi gerak relatif stabil
Kelancaran Gerak	Gerak kaku dan terputus-putus	Gerak lebih mengalir dan berkesinambungan	Gerak tetap mengalir meskipun intensitas menurun
Keseimbangan Tubuh	Sering kehilangan keseimbangan	Keseimbangan mulai terbentuk	Keseimbangan relatif terjaga
Kemampuan Menirukan Gerak	Membutuhkan bantuan penuh	Mampu menirukan dengan bantuan minimal	Mampu menirukan secara mandiri
Fokus Perhatian	Mudah terdistraksi	Fokus perhatian meningkat	Fokus relatif stabil
Ekspresi Emosional	Ekspresi terbatas	Ekspresi emosi lebih beragam dan jelas	Ekspresi tetap muncul
Respons terhadap Instruksi	Respon lambat dan pasif	Respon lebih cepat dan aktif	Respon cukup baik
Kepercayaan Diri	Rendah dan ragu-ragu	Kepercayaan diri meningkat	Kepercayaan diri tetap terlihat

Tabel 1 memperlihatkan perbandingan perkembangan subjek pada setiap fase berdasarkan aspek yang diamati, meliputi koordinasi gerak, kelancaran gerak, keseimbangan tubuh, kemampuan menirukan gerak, fokus perhatian, ekspresi emosional, respons terhadap instruksi, dan kepercayaan diri. Data tersebut menunjukkan adanya pergeseran kondisi dari fase baseline awal menuju fase intervensi dan berlanjut pada fase baseline akhir.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan yang konsisten pada perkembangan psikomotor dan emosional siswa tunagrahita ringan setelah diterapkan seni tari kontemporer sebagai art therapy. Perbedaan yang tampak antara fase baseline-1 (A-1), fase intervensi (B), dan baseline-2 (A-2) mengindikasikan bahwa perubahan perilaku yang terjadi berkaitan erat dengan perlakuan yang diberikan, bukan semata-mata akibat faktor kebetulan atau perkembangan alami subjek. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa siswa tunagrahita ringan memiliki potensi perkembangan yang dapat dioptimalkan melalui pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhannya.

Pada fase baseline-1, keterbatasan subjek dalam koordinasi gerak, keseimbangan, fokus perhatian, dan ekspresi emosional mencerminkan karakteristik umum siswa tunagrahita ringan yang mengalami hambatan dalam fungsi adaptif dan regulasi diri. Kondisi ini sejalan dengan

pandangan bahwa anak berkebutuhan khusus, khususnya tunagrahita, memerlukan layanan pendidikan yang disesuaikan dengan profil perkembangan mental, emosional, dan akademiknya (Saswita et al., 2024; Limas et al., 2024). Keterbatasan tersebut tidak dapat diatasi secara optimal melalui pendekatan pembelajaran yang berorientasi akademik semata, sehingga diperlukan strategi yang lebih holistik dan berbasis pengalaman langsung.

Peningkatan kemampuan psikomotor yang terlihat selama fase intervensi menunjukkan bahwa aktivitas seni berbasis gerak memberikan stimulasi yang relevan bagi perkembangan motorik siswa tunagrahita ringan. Seni tari kontemporer, dengan karakteristiknya yang fleksibel dan tidak menuntut ketepatan teknik tertentu, memungkinkan subjek untuk belajar melalui eksplorasi tubuh dan pengulangan gerak sesuai kapasitasnya. Temuan ini sejalan dengan kajian perkembangan anak yang menegaskan bahwa stimulasi motorik memiliki keterkaitan erat dengan aspek kognitif dan sosial-emosional, serta berperan penting dalam membangun kepercayaan diri dan kemandirian (Maulana & Eliasa, 2024). Dengan demikian, peningkatan koordinasi, kelancaran, dan keseimbangan gerak yang muncul selama intervensi dapat dipahami sebagai hasil dari keterlibatan tubuh secara aktif dalam proses pembelajaran.

Dari sisi emosional, meningkatnya fokus perhatian, ketenangan, serta keberanian subjek dalam mengekspresikan diri selama fase intervensi menunjukkan bahwa seni tari kontemporer berfungsi sebagai media regulasi emosi yang efektif. Aktivitas improvisasi gerak dan latihan tanpa tekanan penilaian memberikan ruang aman bagi subjek untuk menyalurkan perasaan dan merespons rangsangan secara adaptif. Hal ini selaras dengan prinsip art therapy yang menempatkan proses kreatif sebagai sarana ekspresi non-verbal dan penguatan kesejahteraan emosional individu (Malchiodi, 2012). Dalam konteks pendidikan, pendekatan ini membantu siswa tunagrahita ringan mengembangkan kontrol emosi dan keterlibatan belajar tanpa tuntutan kognitif yang berlebihan.

Temuan penelitian ini juga sejalan dengan hasil kajian yang menunjukkan bahwa aktivitas berbasis gerak, termasuk permainan dan kegiatan seni, berkontribusi positif terhadap perkembangan fisik-motorik dan sosial-emosional anak. Sudaryanti et al. (2024) menegaskan bahwa keterlibatan anak dalam aktivitas gerak yang menyenangkan dan bermakna dapat meningkatkan koordinasi, keseimbangan, serta kemampuan berinteraksi sosial. Seni tari kontemporer dalam penelitian ini berperan serupa, namun dengan tambahan dimensi ekspresi artistik yang memberikan ruang refleksi emosional bagi subjek.

Keberlanjutan perubahan perilaku yang terlihat pada fase baseline-2 memperkuat asumsi bahwa intervensi yang diberikan tidak hanya menghasilkan efek sementara. Meskipun intensitas dan kualitas gerak sedikit menurun dibandingkan fase intervensi, subjek tetap

mampu mempertahankan sebagian besar keterampilan yang telah diperoleh. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran seni tari kontemporer sebagai *art therapy* berpotensi membentuk pengalaman belajar yang bermakna dan tertanam dalam diri siswa. Temuan ini sejalan dengan pandangan bahwa intervensi yang dirancang secara individual dan adaptif lebih efektif dalam mendukung perkembangan siswa tunagrahita ringan (Muh. Syahrul Hadi et al., 2025).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menguatkan posisi seni tari kontemporer sebagai pendekatan pedagogis-terapeutik yang relevan dalam pendidikan inklusif. Integrasi antara seni tari dan *art therapy* tidak hanya mendukung perkembangan psikomotor, tetapi juga berkontribusi pada stabilitas emosional dan keterlibatan aktif siswa dalam pembelajaran. Dengan menempatkan pengalaman tubuh dan ekspresi emosi sebagai pusat pembelajaran, pendekatan ini sejalan dengan prinsip pendidikan yang humanis, adaptif, dan berorientasi pada kebutuhan perkembangan siswa tunagrahita ringan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan desain *Single Subject Research (SSR) A–B–A*, dapat disimpulkan bahwa penerapan seni tari kontemporer sebagai *art therapy* mampu mendukung perkembangan psikomotor dan emosional siswa tunagrahita ringan. Perubahan yang terjadi terlihat jelas melalui peningkatan koordinasi gerak, kelancaran dan keseimbangan tubuh, fokus perhatian, serta ekspresi emosional selama fase intervensi, dan sebagian besar kemampuan tersebut tetap bertahan pada fase *baseline* akhir. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan seni berbasis gerak yang fleksibel dan adaptif dapat menjadi alternatif pembelajaran yang relevan bagi siswa tunagrahita ringan di lingkungan sekolah inklusif.

Meskipun demikian, hasil penelitian ini perlu dipahami secara hati-hati karena melibatkan satu subjek penelitian, sehingga generalisasi temuan tidak dapat dilakukan secara luas. Perubahan yang diamati merefleksikan respons individual subjek terhadap intervensi yang diberikan dan dipengaruhi oleh konteks pembelajaran serta karakteristik pribadi subjek. Oleh karena itu, temuan penelitian ini lebih tepat dipandang sebagai bukti empiris awal mengenai potensi seni tari kontemporer sebagai *art therapy* dalam mendukung perkembangan psikomotor dan emosional siswa tunagrahita ringan.

Berdasarkan kesimpulan tersebut, disarankan agar pendidik di sekolah inklusif dapat mempertimbangkan pemanfaatan seni tari kontemporer sebagai bagian dari strategi pembelajaran yang bersifat holistik dan berorientasi pada kebutuhan perkembangan siswa. Pendekatan ini dapat diintegrasikan dalam Program Pembelajaran Individual (PPI) sebagai

alternatif kegiatan yang tidak hanya berfokus pada capaian akademik, tetapi juga pada pengalaman tubuh dan regulasi emosi siswa. Selain itu, sekolah perlu memberikan dukungan berupa fleksibilitas kurikulum dan ruang berekspresi yang aman bagi siswa berkebutuhan khusus.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah subjek yang lebih besar atau menggunakan desain penelitian yang berbeda guna memperkuat temuan dan memperluas konteks generalisasi. Kajian lanjutan juga dapat mengeksplorasi variasi bentuk seni lain atau membandingkan efektivitas seni tari kontemporer dengan pendekatan *art therapy* lainnya dalam mendukung perkembangan siswa berkebutuhan khusus.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Institut Seni Budaya Indonesia Bandung dan kepada pihak SMPN 1 Karangtengah, guru seni budaya, dan siswa yang telah berkontribusi terhadap kelancaran penelitian.

DAFTAR REFERENSI

- Abdullah, K., Misbahul, J., Ummul, A., Suryadin, H., Fadilla, Z., Taqwin, M., Masita, K. N., & Sari, M. E. (2022). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Hadi, M. S., Zanawi, A., & Zulkarnain. (2025). Implementasi strategi pembelajaran individual terstruktur bagi anak tunagrahita ringan di sekolah dasar inklusi. *JIMAD: Jurnal Ilmiah Mutiara Pendidikan*, 3(3), 1–12. <https://doi.org/10.61404/jimad.v3i3.419>
- Karkou, V., & Sanderson, P. (2006). *Arts therapies: A research-based map of the field*. Elsevier Churchill Livingstone.
- Limas, N., Anggraeni, A., Aliansi, A., & Wijaya, S. (2024). Mengenal lebih dekat anak berkebutuhan khusus tunagrahita. *Sulawesi Tenggara Educational Journal*, 4(3), 159–165. <https://doi.org/10.54297/seduj.v4i3.827>
- Malchiodi, C. A. (2012). *Handbook of art therapy* (2nd ed.). Guilford Press.
- Maulana, R., & Eliasa, E. I. (2024). Eksplorasi ciri khas dan tugas perkembangan anak usia dini (2–6 tahun): Implikasi fisik, kognitif, dan sosio-emosi dalam pendidikan dan pengasuhan. *Educational: Jurnal Inovasi Pendidikan dan Pengajaran*, 4(4), 239–252.
- Saswita, S., Octavia, C., Hermendi, A. P., & Andriani, O. (2024). Penggolongan anak berkebutuhan khusus berdasarkan mental emosional dan akademik. *Morfologi: Jurnal Ilmu Pendidikan, Bahasa, Sastra dan Budaya*, 2(1), 105–112. <https://doi.org/10.61132/morfologi.v2i1.295>
- Smith-Autard, J. M. (2010). *Dance composition: A practical guide to creative success in dance making* (5th ed.). A & C Black.

- Sudaryanti, S., Prayitno, P., Arifiyanti, N., & Maharani, O. (2024). Pengembangan kemampuan motorik dan sosial emosional anak usia dini menggunakan permainan tradisional. *Jurnal Pendidikan Anak*, 13(1), 114–125.
- Syamsul, T. D., Guampe, F. A., Amzana, N., Alhasbi, F., Yusriani, Y., Yulianto, A., Handayani, S., Ayu, J. D., Widakdo, G., Virgantari, F., Halim, H., & Naryati, N. (2023). *Metode penelitian kuantitatif: Teori dan penerapannya*. Tahta Media Group.
- Wada, F. H., Pertiwi, A., Hasiolan, M. I. S., Lestari, S., Sudipa, I. G. I., Patalatu, J. S., Boari, Y., Ferdinand, D., Puspitaningrum, J., Ifadah, E., & Rahman, A. (2024). *Metodologi penelitian*. PT Sonpedia Publishing Indonesia.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Hallahan, D. P., Kauffman, J. M., & Pullen, P. C. (2019). *Exceptional learners: An introduction to special education* (13th ed.). Pearson Education.
- Kirk, S. A., Gallagher, J. J., Coleman, M. R., & Anastasiow, N. J. (2012). *Educating exceptional children* (13th ed.). Cengage Learning.
- UNESCO. (2017). *A guide for ensuring inclusion and equity in education*. UNESCO Publishing.
- Ysseldyke, J. E., Algozzine, B., & Thurlow, M. L. (2000). *Critical issues in special education*. Houghton Mifflin.