

**MANAJEMEN DIRI DALAM PEMBELAJARAN TARI *BEDANA* DI SMPN  
1 BANDAR MATARAM**

**(Jurnal Penelitian)**

**Oleh**

**IKE PURNAMA SARI  
1013043021**

**Pembimbing:**

- 1. Dr. Muhammad Fuad, M.Hum.**
- 2. Dr. I Wayan Mustika, M.Hum.**

**Pembahas:**

**Agung Kurniawan, S.Sn, M.Sn.**



**PENDIDIKAN SENI TARI  
PENDIDIKAN BAHASA DAN SENI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
2014**

## **ABSTRAK**

### **MANAJEMEN DIRI DALAM PEMBELAJARAN TARI *BEDANA* DI SMPN 1 BANDAR MATARAM**

**Oleh**

**Ike Purnama Sari**

Masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah penerapan manajemen diri dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran tari *bedana* pada kegiatan *ekstrakurikuler* di SMPN 1 Bandar Mataram. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan manajemen diri dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran tari *bedana* pada kegiatan *ekstrakurikuler* di SMPN 1 Bandar Mataram. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Sumber data dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII-IX yang berjumlah 19 siswa. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah observasi, wawancara, dokumentasi dan tes praktik. Instrumen penelitian yang digunakan, yaitu tes praktik, lembar aktivitas siswa dan penilaian manajemen diri. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengamatan hasil manajemen diri memperoleh nilai rata-rata 63%, berada pada kriteria cukup. Hasil tes praktik dengan aspek ketepatan gerak, ketepatan hitungan, dan ekspresi memperoleh nilai rata-rata 66 kriteria cukup.

**Kata kunci:** manajemen diri, pembelajaran, penilaian, tari *bedana*.

## **ABSTRACT**

### **LEARNING MANAGEMENT IN THE *BEDANA* DANCE SMP 1 BANDAR MATARAM**

**By**

**Ike Purnama Sari**

The problem in this research is how the application of self-management and student learning outcomes in learning *bedana* dance in extracurricular activities at SMPN1 Bandar Mataram. This study aims to describe the application of self-management and student learning outcomes in learning *bedana* dance in extracurricular activities at SMPN1 Bandar Mataram. This study used a qualitative descriptive method. Sources of data in this study were students of class VII-IX totaling 19 students. Data collection techniques in this study is the observation, interviews, documentation and testing practices. The research instrument used, the test of practice, student activity sheets, and assessment of self-management. The results of this study indicate that the observation of the results of self-management to obtain an average value of 63%, is at a sufficient criterion. Aspects of the practice test results with the precision of movement, accuracy counts, and the expression on average scored 66 criteria sufficiently.

**Keywords:** assessment, *bedana* dance, learning, self-management.

## PENDAHULUAN

Undang-Undang RI Nomor 20 tahun 2003 mendefinisikan pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran sehingga peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, ahlak mulia serta ketrampilan yang diperlukan, masyarakat, bangsa dan negara (Pidarta, 2014:11). Berdasarkan uraian di atas pendidikan penting untuk upaya pengembangan individu yang dilakukan melalui kegiatan pendidikan dan pengajaran. Hal tersebut merupakan faktor kegiatan pendidikan yang sangat penting dalam penerapan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni termasuk seni tari.

Dalam dunia pendidikan siswa harus aktif dalam proses belajar, namun semua itu tidak akan terwujud bila tidak ada kemauan dari individu itu sendiri. Pendidikan berdasarkan undang-undang di atas yang menyatakan bahwa peserta didik secara aktif mengembangkan potensi salah satunya pengendalian diri, yang artinya, peserta didik diharapkan mampu mengendalikan diri saat proses belajar dalam hal ini manajemen diri penting digunakan untuk menunjang proses belajar karena saling terkait satu sama lainnya untuk mencapai tujuan belajar yang lebih aktif.

Manajemen diri, yaitu membantu siswa agar mampu mengontrol kegiatan belajarnya. Peran siswa dalam kegiatan belajarnya merupakan perhatian utama dari para

psikolog dan para pendidik saat ini. Manajemen diri secara umum terdiri dari tiga langkah utama, yaitu menentukan tujuan, memonitor dan mengevaluasi kemajuan, dan memberikan penguatan diri. Apabila tujuan pendidikan adalah untuk menghasilkan orang-orang mampu mendidik dirinya maka siswa harus belajar mengatur hidupnya dengan menentukan tujuannya sendiri, memonitor dan mengevaluasi prilakunya, dan menyediakan penguatan untuk dirinya (Uno, 2007:43-44).

Manajemen diri adalah kegiatan di mana siswa harus mampu mengontrol dirinya dalam segala hal, salah satunya adalah dalam proses pembelajaran. Setiap peserta didik memiliki manajemen diri, namun tidak diterapkan sesuai dengan teori manajemen diri terutama pada saat proses belajar di kelas. Dalam hal ini, pendidik sangat berperan penting untuk menumbuhkan manajemen diri siswa. Tanpa disadari pendidik telah menggunakan manajemen diri saat proses pembelajaran akan tetapi, pendidik tidak menyadari telah menerapkan manajemen diri pada saat proses pembelajaran berlangsung, guru hanya menyampaikan arahan tanpa melihat kembali hasil pengarahan yang telah diberikan sebelumnya.

Untuk dapat melaksanakan manajemen diri secara maksimal maka guru berperan penting dalam membantu siswa mengatur proses belajar agar siswa mampu mencapai tujuan belajar. Di SMP Negeri 1 Bandar Mataram dalam proses belajar guru hanya menyampaikan materi manajemen diri tanpa pembinaan kepada siswa sehingga

siswa mengalami kesulitan untuk mencapai tujuan belajar yang diinginkan. Manajemen diri diterapkan hanya sekilas dan tidak diterapkan dengan sungguh-sungguh oleh guru. Dalam proses pembelajarannya siswa kurang memahami bagaimana seharusnya manajemen diri itu diterapkan dalam dirinya.

Penelitian ini penting dilakukan untuk melihat sejauh mana penerapan manajemen diri digunakan saat proses belajar. Manajemen diri dikatakan baik jika penerapannya sesuai dengan teori manajemen itu sendiri. Guru berperan penting untuk membantu siswa dalam meningkatkan manajemen diri yang lebih baik karena sebelumnya manajemen diri yang diberikan belum sesuai dan tidak tampak.

Pembelajaran merupakan proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar yang meliputi guru dan siswa yang saling bertukar informasi. Dalam pembelajaran interaksi antara peserta didik dengan pendidik atau guru sangat berperan penting karena sama-sama berperan untuk bertukar informasi. Proses interaksi peserta didik dengan pendidik akan menghasilkan ilmu dan pengetahuan serta pembentukan sikap dan kepercayaan diri peserta didik.

Tari *bedana* adalah salah satu jenis seni tari masyarakat suku Lampung, baik Lampung *pepadun* maupun Lampung *sebatin*. Tari *bedana* merupakan tari tradisional kerakyatan daerah Lampung yang mencerminkan tata kehidupan masyarakat Lampung sebagai perwujudan simbol adat istiadat,

agama, etika yang telah menyatu dalam kehidupan masyarakat (Mustika, 2012:50).

Tari *bedana* dipilih dalam pembelajaran seni tari dalam kegiatan *ekstrakurikuler* karena tari *bedana* adalah tari tradisi Lampung yang mudah dipelajari sebagai gerak dasar tari Lampung lainnya. Di SMP Negeri 1 Bandar Mataram pada pembelajaran tari, guru hanya sebatas melatih tidak memberikan pembelajaran yang tepat sehingga peneliti ingin membantu pembelajaran tari *bedana* yang lebih tepat agar siswa belajar dengan teknik yang benar dan motif gerak yang lebih tepat. Tari *bedana* merupakan tari tradisional kerakyatan daerah Lampung yang mencerminkan tata kehidupan masyarakat Lampung sebagai perwujudan simbol adat istiadat, agama, etika yang telah menyatu dalam kehidupan masyarakat. Tari ini biasanya dibawakan oleh pemuda-pemudi dalam acara-acara adat dan acara-acara yang tidak resmi sebagai ungkapan rasa gembira.

*Ekstrakurikuler* adalah kegiatan tambahan, di luar program yang pada umumnya merupakan kegiatan pilihan. Kegiatan *ekstrakurikuler* yang merupakan seperangkat pengalaman belajar memiliki nilai-nilai manfaat bagi pembentukan kepribadian siswa. Direktorat Pendidikan Menengah Kejuruan menegaskan bahwa ruang lingkup kegiatan *ekstrakurikuler* harus berpangkal pada kegiatan yang dapat menunjang serta dapat mendukung program *ekstrakurikuler* dan program *intrakurikuler* (DPMK dalam Suryosubroto, 2009:288).

Pembelajaran seni tari diadakan di *ekstrakurikuler* agar siswa dan siswi bebas memilih kegiatan *ekstrakurikuler* apa yang ingin mereka ikuti. Siswa-siswi bebas memilih minat yang mereka pilih sehingga dalam proses pembelajaran dalam kegiatan *ekstrakurikuler* seni tari, siswa-siswi lebih bersemangat dalam mengikuti *ekstakurikuler* dengan minat yang telah mereka pilih agar dalam proses pembelajarannya berjalan lebih efektif.

SMP Negeri 1 Bandar Mataram berada di Kabupaten Lampung Tengah, alasan mengapa dipilihnya SMP Negeri 1 Bandar Mataram karena penerapan manajemen diri di sekolah saat proses pembelajaran *ekstrakurikuler* maupun *intrakurikuler* belum diterapkan dengan baik sesuai dengan teori yang telah ada. Peneliti pertama kali melakukan penelitian di SMP Negeri 1 Bandar Mataram, namun pembelajaran dalam kegiatan penelitian ini dilaksanakan dalam kegiatan *ekstrakurikuler* yang dilaksanakan pada hari Rabu dan hari Jum'at. Waktu kegiatan *ekstrakurikuler* dilaksanakan setiap hari Rabu pukul 13.00 siang sampai dengan pukul 14.30 sore, sedangkan pada hari Jum'at dilaksanakan dari pukul 09.00 sampai dengan pukul 10.30. Tempat pelaksanaan kegiatan *ekstrakurikuler* berlokasi di SMP Negeri 1 Bandar Mataram. *Ekstrakurikuler* tari di sekolah hanya dapat dilaksanakan 2 hari dalam seminggu. Dalam kegiatan *ekstrakurikuler* di SMP Negeri 1 Bandar Mataram salah satu tari yang diajarkan, yaitu tari *bedana*.

SMP Negeri 1 Bandar Mataram menjadi subyek dalam penelitian di

karenakan dalam berlatih tari di sekolah ini, guru belum memberikan praktik menari dengan begitu detail dalam berlatih tari. Siswa memerlukan waktu yang cukup lama untuk mencapai tujuan menjadi sebuah tarian. Penelitian ini bermaksud untuk melihat sejauh mana penerapan manajemen diri yang diberikan oleh guru saat proses belajar tari yang berlangsung.

## **METODE PENEITIAN**

Penelitian pendidikan yang digunakan, yaitu metode deskriptif kualitatif. Peneliti mengumpulkan data berdasarkan hasil pengamatan selama proses penelitian yang berlangsung dan berdasarkan informasi di lapangan. Penelitian ini dilakukan secara ilmiah dengan kenyataan di lapangan. Peneliti melakukan penelitian secara langsung tanpa adanya peran-tara dalam pengambilan data di lapangan.

Metode deskriptif kualitatif digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui bagaimana hasil penerapan dan hasil pembelajaran manajemen diri dalam pembelajaran tari *bedana* pada kegiatan *ekstrakurikuler* di SMP Negeri 1 Bandar Mataram.

Sumber data yang diperoleh dalam penelitian berupa data-data dari siswa kelas VII yang berjumlah 12 orang, kelas VIII 4 orang dan siswa kelas IX 3 orang. Seluruh siswa yang mengikuti kegiatan *ekstrakurikuler* tari berjumlah 19 (sembilan belas) orang dan guru seni budaya dalam kegiatan *ekstrakurikuler* di SMP Negeri 1 Bandar Mataram dan hasil dokumentasi yang diringkas menjadi sebuah data penelitian.

Pada penelitian ini teknik pengumpulan data dilakukan melalui metode observasi, wawancara, dan dokumentasi

### 1. Observasi

Observasi merupakan kegiatan yang dilakukan dengan sengaja, serius, dan sistematis terhadap fenomena sosial dan gejala-gejala alam dengan cara pengamatan dan pencatatan (Jauhari, 2010:48). Pengamatan bertujuan untuk melihat dan mendapatkan data mengenai pembelajaran tari tradisi Lampung yang belum mereka pelajari sebelumnya. Observasi dilakukan tertuju kepada siswa saat di dalam kelas atau proses belajar yang sedang berlangsung.

### 2. Wawancara

Wawancara adalah pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan secara langsung kepada responden oleh peneliti atau pewawancara dan jawaban-jawaban responden dicatat atau direkam dengan alat perekam (Soehartono dalam Jauhari, 2010: 133). Wawancara dilakukan dengan menyiapkan pertanyaan-pertanyaan tertulis dengan cara terstruktur. Wawancara terstruktur ini dilakukan dengan cara mencatat jawaban guru mata pelajaran seni budaya, yaitu kepada ibu Asih pada tanggal 20 Juni tahun 2014 yang secara langsung dilakukan oleh peneliti, informasi yang didapat langsung dari narasumber tentang pembelajaran senibudaya dan *ekstrakurikuler*.

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah pengumpulan data dengan cara mengalir atau mengambil data-data dari catatan, foto-foto yang di kumpulkan dan

diolah menjadi sebuah data yang dikumpulkan dan ditulis sebagai bukti atau keterangan dalam penelitian yang berlangsung. Dokumen peneliti dalam mengumpulkan data dengan mengumpulkan dokumen foto-foto, catatan harian dan gambar rekaman video. Alat yang digunakan pada saat proses yang berlangsung, yaitu kamera digital, handphone, alat tulis dan buku catatan yang harus selalu dibawa agar data yang diperoleh tersusun secara sistematis sesuai dengan teknik pengumpulan data observasi dan wawancara.

Teknik tes yang berupa pelaksanaan pembelajaran, proses pembelajaran, dan hasil belajar siswa digunakan dalam penelitian ini. Data yang diperoleh berupa hasil belajar siswa dalam kegiatan *ekstrakurikuler* di SMP Negeri 1 Bandar Mataram dengan menggunakan tes praktik dan aktivitas belajar siswa menggunakan nontes. Tes adalah sebuah instrumen pengumpulan data dalam penelitian untuk mengukur pengetahuan, pengalaman, dan keterampilan responden (Jauhari, 2010:156).

Teknik analisis data dalam penelitian kualitatif adalah suatu proses pengelolaan data dengan cara mengatur urutan data, mengorganisasikannya ke dalam suatu pola, mengategorikan, dan menguraikan (Patton dalam Jauhari, 2010:137). Hasil analisis data disusun untuk mendeskripsikan pengembangan manajemen diri dalam pembelajaran tari *bedana* pada kegiatan *ekstrakurikuler* di SMP N 1 Bandar Mataram dan Langkah-langkah dalam analisis data antara lain:

1. Mengamati aktivitas siswa selama proses pembelajaran tari *bedana* dengan penerapan manajemen diri.
2. Menganalisis hasil tes tari *bedana* dengan menggunakan penerapan manajemen diri yang dianalisis menggunakan lembar pengamatan tes praktik dengan baik dan benar.
3. Memberi nilai hasil tes praktik siswa, dengan menggunakan rumus persentasi sebagai berikut.

$$\text{Nilai siswa} = (\text{skor siswa/skor maksimum}) \times 100\%$$

4. Menentukan nilai hasil tes praktik yang diakumulasikan, kemudian diukur hasil belajar siswa dalam pembelajaran tari *bedana*
5. Mereduksi data dengan cara mengumpulkan, merangkum, dan dipilih hal-hal yang pokok yang sesuai untuk dianalisis;
6. Membuat kesimpulan dengan cara mengelola dan menganalisis data pada saat observasi, dokumentasi hasil tes praktik serta aktivitas siswa dan model.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Bandar Mataram yang didirikan pada tahun 1997. Lokasi SMP Negeri 1 Bandar Mataram berada di Jln. Mandala No. 12 Jatidatar, Kec. Bandar Mataram.

Pelatih tari pada kegiatan *ekstrakurikuler* di SMP Negeri 1 Bandar Mataram adalah Ibu Asih, peserta yang mengikuti kegiatan *ekstrakurikuler* ini keseluruhannya adalah siswi yang terdiri dari kelas VII-IX yang total keseluruhan berjumlah 19 orang

Hasil penelitian dilaksanakan selama delapan kali pertemuan. Setiap pertemuan dilakukan proses pembelajaran. Pada pertemuan pertama sampai dengan pertemuan ketujuh melatih dan melihat proses belajar siswa. Pertemuan kedelapan dilakukan untuk melihat hasil belajar siswa selama mengikuti delapan kali proses latihan. Selama delapan kali pertemuan hasil dalam penelitian ini berupa data pengamatan dan wawancara, pelaksanaan dalam proses penelitian, aktivitas siswa dan lembar pengamatan proses pembelajaran tari *bedana*, serta laporan data observasi

Prapenelitian yang dilakukan sebelum observasi pengamatan yang dilaksanakan pada tanggal 8 November 2013 di SMP Negeri 1 Bandar Mataram untuk meminta izin penelitian menyelesaikan studi. Pada waktu itu menunggu sejenak untuk bertemu bapak Hardi selaku kepala sekolah dan untuk beberapa saat dapat bertemu dengan beliau. Disampaikan maksud kedatangan ini untuk mengadakan penelitian skripsi yang bersifat partisipan, yaitu memberikan materi pembelajaran tari pada kegiatan *ekstrakurikuler*, dan juga melakukan penelitian dengan mengamati proses latihan pada setiap pertemuan terhadap siswa dalam *ekstrakurikuler* tari dengan judul skripsi manajemen diri dalam pembelajaran tari *bedana* pada kegiatan *ekstrakurikuler* di SMP Negeri 1 Bandar Mataram.

Pertemuan pertama dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 16 Juli 2014. Pada pertemuan pertama guru memberikan materi tentang tiga motif gerak, yaitu *tahtim*, *khesek gantung* dan *khesek injing*. Tahap



pertama materi yang diberikan adalah motif gerak *tahtim*, *khesek gantung* dan *khesek injing*. Tahap kedua siswa mengulang tiga motif gerak yang telah diberikan sebelumnya. Tahap ketiga guru menjelaskan cara menulis tujuan belajar dan menuliskannya di rumah.

Pertemuan kedua dilaksanakan pada hari Jum'at tanggal 18 Juli 2014. Pada pertemuan kedua materi yang diberikan, yaitu motif gerak *ayun*, *ayun gantung* dan *humbak moloh*. Tahap pertama guru memberikan angket.



Gambar 1. siswa sedang mengisi angket (foto, Komang Adi: 2014)

Tahap kedua mengumpulkan selembaran tujuan belajar dan kemudian dipraktikkan apa yang telah ditulis. Tahap ketiga guru dan siswa kembali mengulang gerak yang belum bisa tercapai. Tahap keempat guru memberikan tiga motif gerak *ayun*, *ayun gantung* dan *humbak moloh*. Tahap lima siswa mengulang motif gerak yang telah diberikan pada pertemuan pertama dan pertemuan kedua. Tahap keenam guru kembali memberikan arahan untuk membuat tujuan belajar di rumah.

Pertemuan ketiga dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 13 Agustus 2014. Materi yang diberikan, yaitu motif

gerak *gelek*, *belitut* dan *jimpang*. Tahap pertama mengumpulkan tujuan belajar kemudian dipraktikkan oleh siswa. Tahap kedua guru mempraktikkan tiga motif gerak *gelek*, *belitu* dan *jimpang*. Tahap ketiga siswa melakukan pengulangan tiga motif gerak pada pertemuan pertama, kedua dan ketiga. Tahap keempat guru kembali meminta siswa untuk menuliskan tujuan belajar di rumah.

Pertemuan keempat dilaksanakan pada hari Jum'at tanggal 15 Agustus 2014. Materi yang akan diberikan, yaitu pengulangan gerak yang telah diberikan pada pertemuan pertama sampai pertemuan ketiga dengan menggunakan iringan musik. Tahap pertama siswa kembali mengumpulkan tujuan belajar dan dipraktikkannya. Tahap kedua guru dan siswa mengulang kembali motif gerak pada pertemuan pertama sampai pertemuan ketiga dengan iringan musik. Tahap keempat guru kembali meminta siswa untuk menuliskan tujuan belajar di rumah.

Pertemuan kelima dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 20 Agustus 2014. Materi yang diberikan, yaitu mengulang motif gerak dengan iringan musik dan membagi kelompok.



Gambar 2. Proses tes motif gerak (foto, Komang Adi: 2014)

Tahap pertama siswa mengumpulkan tujuan belajar dan dipraktikkan. Tahap kedua pembagian kelompok. Tahap ketiga guru dan siswa bersama-sama memperagakan motif gerak dengan iringan musik. Tahap keempat siswa berlatih mandiri dengan kelompok dan diiringi musik. Tahap kelima guru kembali meminta siswa untuk menuliskan tujuan belajar di rumah.

Pertemuan keenam dilaksanakan pada hari Jum'at tanggal 22 Agustus 2014. Materi yang diberikan, yaitu mengulang motif gerak dengan iringan musik dan menari dengan ekspresi. Tahap pertama siswa mengumpulkan tujuan belajar dan dipraktikkan. Tahap kedua guru dan siswa kembali memperagakan motif gerak dengan iringan musik dan ekspresi. Tahap ketiga siswa mengulang motif gerak, iringan musik dan ekspresi dengan kelompok. Tahap keempat guru kembali meminta siswa untuk menuliskan tujuan belajar di rumah.

Pertemuan ketujuh dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 27 Agustus 2014. Materi yang diberikan, yaitu mengulang materi yang diberikan dari pertemuan pertama sampai pertemuan yang keenam. Tahap pertama mengumpulkan tujuan belajar dan menerapkannya. Tahap kedua guru dan siswa mengulang kembali motif gerak, iringan musik dan ekspresi. Tahap ketiga siswa dengan kelompoknya kembali mengulang motif gerak, iringan musik dan ekspresi. Tahap keempat guru kembali meminta siswa untuk menuliskan tujuan belajar di rumah.

Pertemuan kedelapan dilaksanakan pada hari Jum'at tanggal 29 Agustus 2014. Materi yang diberikan, yaitu penilaian. Tahap pertama siswa mengumpulkan tujuan belajar dan mempraktikkannya. Tahap kedua guru melakukan penilaian terakhir dengan melihat perkelompok maju ke depan menarikan tari *bedana*.

**Tabel 1 Hasil Akhir Pembelajaran Tari *Bedana***

Pertemuan	Rerata Perolehan Skor	Rerata Persentase	Kriteria
Pertemuan I	3	60%	Cukup
Pertemuan II	2	59%	Kurang
Pertemuan III	3	63%	Cukup
Pertemuan IV	3	66%	Cukup
Pertemuan V	4	73%	Cukup
Pertemuan VI	3	62%	Cukup
Pertemuan VII	4	73%	Cukup
Pertemuan VIII	4	75%	Baik
Rata-rata	3	66%	Cukup

Yang tertera di atas menunjukkan tingkat pencapaian pembelajaran tari *bedana* pada pertemuan pertama rerata persentase mendapatkan nilai 60% kategori cukup. Pada pertemuan

yang kedua siswa mendapatkan nilai rerata persentase 59% kategori kurang. Pertemuan ketiga mendapatkan nilai rerata persentase sebesar 63% kategori cukup. Pada

pertemuan keempat siswa mendapat nilai persentase sebesar 66% kategori cukup. Pertemuan yang kelima mendapatkan nilai 73% dikategorikan cukup. Pertemuan keenam pada pertemuan ini

mendapatkan nilai 62% kategori cukup. Selanjutnya pertemuan ketujuh siswa mendapatkan nilai 73% kategori cukup. Dipertemuan kedelapan mendapatkan nilai

persentase sebesar 75% kategori cukup. Dari pertemuan pertama sampai pertemuan kedelapan persentase hasil akhir pembelajaran tari *bedana* mengalami kenaikan dan penurunan sesuai dengan tingkatan kesulitan gerak yang dialami siswa dan penambahan-penambahan ekspresi sehingga siswa selalu berlatih untuk mendapatkan nilai maksimal.

**Tabel 2 Pencapaian Hasil Tujuan Belajar Manajemen Diri Siswa**

Pertemuan	Rerata Perolehan Sekor	Rerata Persentase	Kriteria
Pertemuan I	0	0	-
Pertemuan II	4	75%	Baik
Pertemuan III	4	78%	Baik
Pertemuan IV	4	78%	Baik
Pertemuan V	4	77%	Baik
Pertemuan VI	4	72%	Baik
Pertemuan VII	4	83%	Baik
Pertemuan VIII	4	86%	Baik sekali

Tabel 2 menuliskan tujuan belajar untuk pertemuan kedua siswa mendapatkan nilai rerata persentase sebesar 75% kategori baik. Kata kunci yang telah diberikan untuk dijabarkan rata-rata siswa mampu menuliskan dengan baik, namun penerapannya masih banyak yang belum tercapai. Untuk pertemuan ketiga siswa mendapatkan nilai rerata persentase sebesar 78% kategori baik disebabkan siswa telah menyakinkan dirinya sendiri untuk

berlatih. Tujuan belajar untuk pertemuan keempat siswa mendapat nilai rerata persentase sebesar 78% kategori cukup. Kategori baik dan baik sekali diperoleh pada pertemuan ketujuh dan kedelapan. Peningkatan terlihat disebabkan siswa ingin mendapat nilai yang maksimal dengan usaha dan kerja keras yang mereka tulis di tujuan belajarnya.

**Tabel 4.41 Pencapaian Hasil Akhir Penerapan Manajemen Diri Evaluasi Kemajuan Siswa**

Interval Persentase Tingkat Penguasaan	Kriteria	Frekuensi	Persentase Siswa
85%-100%	Baik sekali	3	16
75%-84%	Baik	10	53
60%-74%	Cukup	6	31
40%-59%	Kurang	0	0
0-39%	Kurang sekali	0	0
<b>Jumlah</b>		<b>19</b>	<b>100</b>

Pencapaian hasil akhir penerapan manajemen diri saat mengevaluasi diri, siswa mendapatkan persentase 3% kategori baik sekali yang berjumlah 3 orang siswa, kategori baik yang berjumlah 10 siswa

dengan persentase 53%, kategori cukup yang berjumlah 6 siswa mendapatkan persentase sebesar 31%.

**Tabel 4.42 Pencapaian Hasil Akhir Penguatan Diri siswa**

Interval Persentase Tingkat Penguasaan	Kriteria	Frekuensi	Persentase Siswa
85%-100%	Baik sekali	0	0
75%-84%	Baik	1	5%
60%-74%	Cukup	4	21%
40%-59%	Kurang	4	21%
0-39%	Kurang sekali	10	53%
<b>Jumlah</b>		<b>19</b>	<b>100</b>

Pencapaian hasil akhir penguatan diri kemajuan siswa di SMP Negeri Bandar Mataram. Kategori baik sekali yang berjumlah 0 siswa artinya, tidak ada siswa yang mampu mencapai penguatan diri. Kategori baik yang berjumlah 1 orang dengan

persentase 5%, kategori cukup yang berjumlah 4 orang dengan persentase 21%, kategori kurang yang berjumlah 4 orang dengan persentase 21% dan kategori kurang sekali berjumlah 10 orang dengan persentase pencapaian 53%. Jadi, evaluasi diri siswa tergolong kurang sekali dalam pencapaian hasil akhir.

**Tabel 4.43 Pencapaian Hasil Akhir Aktivitas Siswa**

Aktivitas Siswa	Skor	Persentase	Keterangan
<i>Visual activities</i>	5	92%	Baik sekali
<i>Listening activities</i>	5	85%	Baik sekali
<i>Motor activities</i>	3	62%	Cukup
<i>Emotional activities</i>	4	80%	Baik
<b>Persentase Rata-Rata</b>		<b>79%</b>	<b>Baik</b>

Hasil tabel 4.43 di atas dapat dideskripsikan bahwa pertemuan pertama sampai dengan pertemuan kedelapan dilihat dari aktivitas siswa hasil yang didapat selama proses pembelajaran tari *bedana* di kegiatan *ekstrakurikuler* adalah *visual activities* 92%, *listening activities* 85%, *motor activities* 62%, dan *emotional activities* 80%, persentase rata-rata yang didapat 79%. Jadi, dapat diketahui bahwa pada

Pertemuan pertama sampai dengan pertemuan kedelapan *visual activities*

mendapat skor 92% dikategorikan baik, pertemuan pertama sampai dengan pertemuan kedelapan *listening activities* mendapat skor 85% dikategorikan baik sekali, *motor activities* mendapat skor 62% dikategorikan cukup dan *emotional activities* mendapat skor 80% dikategorikan baik. Aktivitas siswa

dengan skor tertinggi terdapat pada *visual activities* dengan skor 92%-100% kategori baik sekali. Jadi, aktivitas siswa pada pertemuan

pertama sampai dengan pertemuan kedelapan mendapatkan skor 79% dikategorikan baik dengan rentang persentase 75%-84%.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan sebagai berikut

1. Penerapan manajemen diri pada pembelajaran tari *bedana* dapat membantu guru dan siswa dalam mengatur waktu proses belajar siswa dalam pembelajaran tari, siswa dapat mengatur waktu belajar dalam hal memperhatikan dan berlatih secara individu maupun berkelompok sehingga siswa mampu mencapai tujuan belajarnya. Penerapan manajemen diri pada pembelajaran tari *bedana* menggunakan tiga langkah utama, yaitu menentukan tujuan, mengevaluasi kemajuan, dan memberikan penguatan diri. Pembelajaran selama delapan kali pertemuan dilihat dari pengamatan hasil manajemen diri memperoleh nilai rata-rata 63%, berada pada kriteria cukup.
2. Hasil pembelajaran tari *bedana* pada siswa yang mengikuti kegiatan *ekstrakurikuler* seni tari di SMP Negeri 1 Bandar Mataram menunjukkan nilai siswa rata-rata sudah mampu memperagakan ragam gerak tari *bedana* secara keseluruhan dengan cukup. Ditinjau dari hasil tes praktik dengan aspek ketepatan gerak, ketepatan hitungan, dan ekspresi memperoleh nilai rata-rata 66 tergolong dalam kriteria cukup.

Hasil pengamatan aktivitas siswa dalam proses pembelajaran tari *bedana* pada siswa dengan menggunakan manajemen diri menunjukkan bahwa pada aspek *Visual Activities* memperoleh kriteria baik sekali dengan nilai rata-rata 92, pada aspek *Listening Activities* mendapatkan kriteria baik sekali dengan nilai rata-rata 85, pada aspek *Motor Activities* memperoleh kriteria cukup dengan nilai rata-rata 62 dan pada aspek *Emosional Activites* memperoleh kriteria baik dengan nilai rata-rata 80. Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa hasil pengamatan aktivitas siswa mendapat nilai pembulatan sehingga memperoleh nilai rata-rata 79 dengan kriteria baik.

## 5.2 Saran

Saran untuk kepentingan penelitian penulis menyarankan sebagai berikut.

1. Bagi guru dalam proses pembelajaran model manajemen diri lebih diterapkan di *ekstrakurikuler* atau *intrakurikuler* tari di sekolah dengan teori manajemen diri agar lebih efektif saat proses pembelajaran seni tari atau bidang ilmu lainnya.
2. Untuk siswa dalam berlatih tari bukan hanya dalam proses belajar di saat pertemuan, namun di luar pertemuan proses belajar tetap berjalan untuk mengasah kemampuan dalam menari sehingga manajemen diri harus

- diterapkan untuk mencapai tujuan belajarnya.
3. Untuk sekolah media yang sangat minim seperti sound sistem yang kurang canggih menghambat aktivitas peneliti saat digunakan dalam proses pembelajaran dan tempat latihan yang tidak tersedia sehingga mengganggu proses latihan.
  4. Untuk masyarakat pentingnya mengenalkan kebudayaan Lampung kepada anak didik dalam pergaulan dan saling menghargai kebudayaan yang telah ada dimasyarakat serta melestarikan kebudayaannya.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Jauhari, Heri. 2010. *Panduan Penulisan Skripsi Teori dan Aplikasi*. Bandung: Pustaka Setia.
- Mustika, I Wayan. 2012. *Teknik Dasar Gerak Tari Lampung*. Bandar Lampung. Anugrah Utama Raharja (AURA).
- Pidarta, Made . 2014. *Landasan kependidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Suryosubroto, B. 2009. *Proses Belajar-Mengajar Di Sekolah*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Uno, B. Hamzah. 2007. *Model Pembelajaran Menciptakan Proses Belajar-Mengajar Yang Kreatif dan Efektif*. Jakarta: PT Bumi Aksara.