

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Banyak hal yang dapat terjadi pada keberadaan sebuah unsur budaya daerah kesenian budaya saat ini, salah satunya kesenian tradisional, kesenian tradisional selalu eksis dan menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan masyarakat pendukungnya, kesenian tradisional dapat menjadi sumber yang akan memberikan inspirasi menarik bagi para seniman baik dari dalam daerah maupun dari luar daerah untuk menghasilkan karya seni yang baru. Kesenian tradisional mempunyai nilai jual dan nilai ekonomis yang tinggi (Tindaon, 2012).

Menurut Khutniah dan Veronica (2021), salah satu bentuk kesenian yang ada di Indonesia adalah seni tari yang termasuk dalam salah satu hiburan yang digemari dari semua kalangan usia mulai anak-anak sampai dewasa, baik dari kalangan laki-laki ataupun perempuan. Namun, tidak semua gerakan dapat dijadikan sebagai bahan penciptaan tari atau merupakan gerakan tari. Setiap gerak dapat diubah atau dijadikan sebagai gerak tari dengan melakukan pengindahan pada gerak dan melakukan perubahan dari bentuknya yang biasa.

Sehingga guru seni tari dituntut memiliki banyak ide kreatif untuk menghasilkan temuan-temuan baru dalam menciptakan tari dengan pengetahuan, pemahaman dan keterampilan guru yang lebih kreatif dan inovatif (Aulia dan Achmad, 2021).

Tari merupakan kegiatan kreatif dan konstruktif yang memiliki suatu

intensitas emosional dan makna. Oleh karena itu, perlu adanya penciptaan gerakan tari sebelum menjadi sebuah tarian yang indah. Gerakan dalam tarian sendiri menjadi unsur utama dalam tari yang terdapat aspek tenaga, ruang dan waktu. Dalam kata lain untuk menimbulkan gerakan yang halus yang mempunyai kekuatan dan mampu mengubah suatu sikap dari anggota tubuh. Seni tari merupakan hasil dari gerakan yang sudah melewati proses pengolahan yang telah mengalami stilisasi atau diolah (Khutniah dan Veronica, 2021).

Selain itu, menciptakan gerakan tari diperlukan adanya pencarian dengan menjelajah diberbagai kemungkinan baik dari segi pola garap, komposisi, ataupun unsur penunjang lain dari pertunjukkan seni, perlu memperhatikan persoalan dan gagasan baru yang akan dituangkan kedalam tarian, karena tari selalu mengungkap persoalan tentang kemanusiaan (Asdana dan Jamilah, 2020).

Dalam menciptakan tari tersebut diperlukan adanya kemampuan seseorang dalam berimajinasi terkait hasil yang diinginkan dimasa yang akan datang dengan memiliki strategi tingkah laku yang akan mengarahkan dirinya pada tujuan yang rasional, reaksi impulsif, dan kinerja dari suatu tugas. Karena regulasi diri berhubungan dengan pengoptimalan pikiran, perasaan, dan tindakan yang direncanakan, serta terdapat timbal balik pada pencapaian tujuan seseorang, artinya dalam aktivitas tertentu, seseorang mampu mengatur tingkah laku, mengolah informasi, dan membuat strategi untuk mencapai tujuan tersebut (Seafudin, 2020).

Menurut Harahap (2021), terdapat strategi reaktif untuk individu dapat mencapai suatu tujuan dan proaktif dalam regulasi diri, namun saat tujuan hampir

tercapai strategi proaktif menentukan tujuan baru yang lebih tinggi. Individu akan memotivasi dan membimbing tingkah lakunya sendiri melalui strategi proaktif, menciptakan ketidak seimbangan agar dapat mengarahkan kemampuan dan usahanya berdasarkan antisipasi yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan.

Nurul dan Abdul (2021) mengemukakan bahwa pengelolaan diri berfokus pada mengapa dan bagaimana individu dapat memiliki inisiatif dan mengontrol perilakunya sendiri. Karena perilaku yang tidak terkontrol berasal dari dalam individu itu sendiri, dimana individu sendirilah yang dapat berfikir dan berencana untuk mencapai tujuan. Menurut (Saefudin, 2020) faktor-faktor regulasi diri meliputi faktor pribadi seperti pengetahuan dan kemampuan menggunakan strategi efektif yang didukung proses metakognitif, faktor perilaku seperti mengobservasi diri, penilaian diri dan reaksi diri, serta faktor lingkungan seperti mencari bantuan orang lain, mengatur tempat dan mencari tambahan ilmu untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Namun, dalam mencapai suatu tujuan dapat ditemukan adanya kegagalan yang dapat berasal dari faktor lingkungan atau tingkah laku yang sangat berpengaruh.

Untuk memperkuat permasalahan, peneliti melakukan wawancara terhadap tiga guru tari. Wawancara pertama dilakukan pada tanggal 5 Desember 2022. Informan pertama berinisial R, sebagai guru tari di Sanggar Ciptoning Asri Kudus. Informan adalah guru yang selalu memberikan pengajaran tentang gerakan tari dengan hasil ide gerakannya sendiri, setiap akan melakukan pentas, informan selalu menyiapkan gerakan tari sendiri terkadang jadwal yang padat dan batas waktu yang sudah mepet dengan acara pentas membuat informan menjadi

kelelahan. Hal tersebut mengakibatkan informan stres. Selain itu, karena menciptakan gerakan tari mengandalkan olah fisik, maka informan mudah lelah bahkan sampai sakit. Menurut informan aktifitas pembuatan gerakan tari adalah salah satu proses penciptaan karya seni tari yang perlu dilatih secara terus menerus supaya hasil gerakan dapat dinikmati dan tersampaikan pesannya.

Wawancara pada subjek kedua dilaksanakan pada tanggal 6 Desember 2022. Informan kedua berinisial E termasuk guru tari di Sanggar Bougenville Kudus serta salah satu guru tari di SMP 2 Kudus. Informan memulai profesinya sebagai guru tari sudah sejak tahun 2003, dimana berawal dari informan menjadi guru senam untuk sekolah atau instansi lain, namun setelah lulus kuliah informan beralih menjadi guru tari di sekolah-sekolah mulai dari TK hingga SMA serta menjadi dosen diperkuliahan. Sebagai guru, informan juga memiliki kewajiban untuk membantu siswa dalam mengenalkan budaya tari. Setiap ada pentas atau praktek tari, informan selalu menyiapkan beberapa gerakan sebagai contoh muridnya. Menurut informan untuk menciptakan suatu gerakan tari tidak bisa sekali latihan langsung mendapat hasil karena dalam tari harus mementingkan segi keindahan dan pesan dalam tari tersebut harus bisa tersampaikan kepenonton. Oleh karena itu, butuh wawasan yang luas dan pengalaman yang banyak untuk bisa menjadi guru tari. Terkadang informan berada pada perasaan buruk karena kelelahan hingga membuat ide dan imajinasi untuk membuat suatu karya tari menjadi tidak berjalan sesuai harapannya, serta mendapati siswa yang kurang berminat pada seni tari saat di sekolah menyebabkan informan kelelahan dalam hal harus menemukan ide pembelajaran yang baru untuk menarik perhatian

siswanya dan perlu melatih gerakan secara pelan-pelan dan diulang-ulang untuk contoh ke siswanya supaya siswa dapat mengikuti gerakan dengan mudah.

Informan ketiga berinisial T yaitu guru tari di Sanggar Puring Sari Kudus sebagai penerus dari sang ibu. Wawancara dilakukan pada tanggal 16 September 2023. Menurut informan aspek terpenting dalam pembuatan tari ada pada gerakan tari itu sendiri yang harus disesuaikan dengan konsep atau tema yang akan dipentaskan. Dalam pembuatan gerakan tari informan selalu memberikan pengajaran tentang gerakan dasar dalam tari yang harus dikuasai terlebih dahulu setelah itu gerakan akan dieksplorasi menjadi sebuah tarian yang indah. Terdapat kendala yang dirasakan oleh informan yaitu tentang mengatur perasaan dan perilaku ketika bertemu dengan orang baru, dimana saat ini informan kebanyakan harus mengajar untuk usia anak-anak sehingga mengharuskan informan untuk berinteraksi terus menerus untuk membuat suasana latihan nyaman, serta kendala dalam manajemen waktu karena kadang terdapat permintaan pergantian jadwal secara mendadak yang mengharuskan informan mengatur ulang agendanya.

Dari wawancara terhadap ketiga gurutari yang telah diketahui bahwa guru tari yang mengalami kendala dalam pembuatan gerakan tari dapat mempengaruhi regulasi diri. Regulasi diri menurut (Saefudin, 2020) merupakan kemampuan seseorang untuk mengembangkan, melaksanakan, dan mempertahankan perilaku diri sendiri dengan fleksibel yang sudah direncanakan untuk mencapai suatu tujuan.

Pada hasil penelitian oleh Ekawati dan Mulyana Tahun 2016 yang berjudul “Regulasi Diri dengan Burnout pada Guru”, mendapatkan hasil bahwa mendapati adanya hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan burnout

pada guru yang menghasilkan hubungan negatif, berarti semakin tinggi regulasi diri maka semakin rendah burnout. Individu yang memiliki regulasi diri yang baik akan mampu mengatasi stres dan emosinya sendiri, karena burnout ada akibat stres yang berkepanjangan yang dialami individu. Burnout sendiri adalah kelelahan pada emosional individu dengan tanda adanya penurunan energi yang dimiliki, kurangnya sumber emosional seperti rasa kasih, empati, dan perhatian, yang akhirnya memunculkan perasaan tidak mampu lagi memberikan pelayanan kepada orang lain. Di sisi lain, depersonalisasi merupakan sikap, perasaan, maupun pandangan negatif terhadap penerima pelayanan (Ekawati dan Mulyana, 2016).

Dari wawancara terhadap ketiga gurutari yang telah diketahui bahwa gurutari yang mengalami kendala dalam pembuatan gerakan tari dapat mempengaruhi regulasi diri. Regulasi diri menurut (Saefudin, 2020) merupakan kemampuan seseorang untuk mengembangkan, melaksanakan, dan mempertahankan perilaku diri sendiri dengan fleksibel yang sudah direncanakan untuk mencapai suatu tujuan.

Pada hasil penelitian oleh Ekawati dan Mulyana Tahun 2016 yang berjudul “Regulasi Diri dengan Burnout pada Guru”, mendapatkan hasil bahwa mendapati adanya hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan burnout pada guru yang menghasilkan hubungan negatif, berarti semakin tinggi regulasi diri maka semakin rendah burnout. Individu yang memiliki regulasi diri yang baik akan mampu mengatasi stres dan emosinya sendiri, karena burnout ada akibat stres yang berkepanjangan yang dialami individu. Burnout sendiri adalah kelelahan pada emosional individu dengan tanda adanya penurunan energi yang dimiliki, kurangnya sumber emosional seperti rasa kasih, empati, dan perhatian, yang

akhirnya memunculkan perasaan tidak mampu lagi memberikan pelayanan kepada orang lain. Di sisi lain, depersonalisasi merupakan sikap, perasaan, maupun pandangan negatif terhadap penerima pelayanan (Ekawati dan Mulyana, 2016).

Pada hasil studi lain oleh Rahma dan Gazi Tahun 2017 tentang “Pengaruh Efikasi Diri terhadap Regulasi Diri pada Penari Tradisional”. menunjukkan hasil bahwa variabel yang berpengaruh secara signifikan terhadap regulasi diri adalah efikasi diri berupa *effort*. Diperjelas juga bahwa pentingnya memiliki pemahaman atas konsep regulasi diri dalam mengembangkan kemampuan prestasi belajar. Karena regulasi diri dipandang sebagai salah satu kunci untuk mencapai sebuah prestasi. Proses regulasi diri melibatkan keaktifan seseorang dalam menghasilkan pikiran, perasaan, tindakan, merencanakan serta terus-menerus mengadaptasikannya untuk mencapai suatu tujuan. Regulasi diri adalah hal yang penting bagi penari tradisional untuk mengatasi tingkah lakunya dengan baik setiap akan menampilkan sebuah pertunjukkan tari. Oleh karena itu, Penaridengan regulasi diri yang baik akan dapat mengontrol dirinya sendiri dan dapat menampilkan sebuah tarian yang maksimal (Rahmah dan Gazi, 2017).

Apabila guru tari dapat memiliki regulasi diri yang baik, maka guru tari akan dapat mengarahkan dirinya untuk bisa berinteraksi dan berpendapat dengan baik tanpa merasa cemas, namun jika guru tari memiliki regulasi diri yang rendah, maka guru tari akan merasa rendah diri sehingga sulit melakukan interaksi dan beradaptasi dilingkungan, ditambah juga adanya regulasi diri yang kurang efektif akan dapat memunculkan gangguan psikologis seperti kecemasan (Pratiwi dan Wahyuni, 2019).

Berdasarkan uraian diatas perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor regulasi diri yang meliputi faktor pribadi, perilaku dan lingkungan terhadap guru tari dalam menciptakan tari, oleh karena itu, peneliti ingin mengkaji lebih mendalam mengenai “Regulasi Diri Guru Tari dalam Menciptakan Tari”.

B. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang tersebut, tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi diri guru tari dalam menciptakan gerakan tari.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Memberikan masukan ilmu psikologi, khususnya psikologi sosial yang berkaitan dengan regulasi diri pada guru tari yang mengalami kendala disaat membuat gerakan tari.

2. Manfaat praktis

Diharapkan dapat memberi manfaat untuk peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan regulasi diri pada guru tari yang mengalami kendala disaat membuat gerakan tari.