

---

## PELATIHAN PENTAS SENI TARI TRADISIONAL UNTUK MENGEMBANGKAN MOTORIK KASAR DI TK UMMI ADNIAH NWDI PANCOR

Moh.Alwi Ashari<sup>1</sup>, Baiq Nabila Zaskia<sup>2</sup>, Nur Adiyah Yuliastri<sup>3</sup>, Humaera<sup>4</sup>, Ainul Mardiana<sup>5</sup>, Rena Yulianti<sup>6</sup>, Fitriatul aini<sup>7</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Hamzanwadi; [mohalwiashari@gmail.com](mailto:mohalwiashari@gmail.com)

<sup>2</sup>Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Hamzanwadi; [baiqnabila@gmail.com](mailto:baiqnabila@gmail.com)

<sup>3</sup>Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Hamzanwadi; [yuliastrinuradiyah@gmail.com](mailto:yuliastrinuradiyah@gmail.com)

<sup>4</sup>Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Hamzanwadi; [humaera626@gmail.com](mailto:humaera626@gmail.com)

<sup>5</sup>Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Hamzanwadi; [yuliantirena377@gmail.com](mailto:yuliantirena377@gmail.com)

<sup>6</sup>Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Hamzanwadi; [mardianaainul4@gmail.com](mailto:mardianaainul4@gmail.com)

<sup>7</sup>Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Hamzanwadi; [Ftrytl29@gmail.com](mailto:Ftrytl29@gmail.com)

---

### ARTICLE INFO

#### *Article history:*

Received 2026-03-14

Revised 2026-04-12

Accepted 2026-05-12

---

### ABSTRAK

Pelatihan pentas seni tari tradisional merupakan kegiatan edukatif berbasis budaya yang dilaksanakan di TK UMMI Adniah NWDI Pancor dengan tujuan mengembangkan kemampuan motorik kasar, kepercayaan diri, dan pemahaman budaya anak usia dini. Kegiatan ini dirancang untuk memberikan rangsangan gerak yang terstruktur dan menyenangkan melalui media tari tradisional. Pelaksanaan program dilakukan melalui tiga tahap, yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi dengan melibatkan seluruh peserta didik dari kelas A dan B baik laki-laki maupun perempuan. Sebelum kegiatan dimulai, dilakukan pre-test untuk mengetahui kemampuan awal motorik kasar anak. Berdasarkan hasil pengamatan awal, banyak anak yang masih mengalami kesulitan dalam menjaga keseimbangan, mengoordinasikan gerakan, serta mengikuti ritme musik. Setelah mengikuti pelatihan rutin setiap sore selama empat minggu, hasil post-test menunjukkan peningkatan signifikan dalam kemampuan motorik kasar anak, terutama dalam kekuatan koordinasi, kelenturan, keseimbangan, kemampuan mengikuti irama, serta keberanian tampil. Dengan demikian, pelatihan tari tradisional efektif sebagai media pengembangan motorik kasar dan karakter anak.

**Kata Kunci:** Tari Tradisional, Motorik Kasar, Anak Usia Dini, Budaya Lokal

---

### ABSTRACT

*Traditional dance performance training is a culture-based educational activity carried out at TK UMMI Adniah NWDI*

---

---

*Pancor with the aim of improving gross motor skills, self-confidence, and children's understanding of local culture. This activity provides structured and enjoyable movement stimulation through traditional dance. The program was implemented in three stages: planning, implementation, and evaluation, involving all students from class A and B, both boys and girls. A pre-test was conducted before the activity to assess children's initial gross motor abilities. Early observations showed that many children struggled with balance, coordination, and rhythm. After four weeks of daily afternoon training, post-test results indicated significant improvements in children's gross motor skills, particularly in coordination, flexibility, balance, rhythm-following ability, and confidence. The activity also contributed positively to children's social and emotional development. Thus, traditional dance training is proven to be effective in developing gross motor skills and character in early childhood*

**Keywords:** *Tari Tradisional, Motorik Kasar, Anak Usia Dini, Budaya Lokal*

*This is an open access article under the [CC BY](#) license.*



---

**Corresponding Author :**

Moh.alwi ashari

Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas

Hamzanwadi; [mohalwiashari@gmail.com](mailto:mohalwiashari@gmail.com)

---

## 1. PENDAHULUAN

Anak usia dini berada pada masa keemasan perkembangan sehingga memerlukan stimulasi yang tepat untuk mengoptimalkan seluruh aspek tumbuh kembang (Matulesy, Rahmawati, & Wijaya, 2022). Salah satu aspek penting yang perlu distimulasi adalah motorik kasar, yaitu kemampuan anak menggunakan otot-otot besar dalam aktivitas fisik sehari-hari (Gandana, Suryadi, Hamidah, & Fauzi, 2022).. Pada era modern, kebiasaan bermain digital telah mengurangi intensitas gerak fisik anak, sehingga banyak anak menunjukkan kelemahan motorik seperti kurangnya keseimbangan, kelenturan, dan koordinasi (Setiyadi, 2021).

Pelatihan tari tradisional menjadi alternatif yang sangat efektif untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar (Anisah & Holis, 2020). Tari tradisional tidak hanya melibatkan gerakan ritmis dan terstruktur, tetapi juga memperkenalkan budaya lokal kepada anak. Kegiatan pelatihan tari di TK UMMI Adniah NWDI Pancor melibatkan seluruh anak dari kelas A dan B, baik perempuan maupun laki-laki, dengan latihan rutin setiap sore selama empat minggu. Seluruh anak diberikan kesempatan tampil sehingga kegiatan memiliki makna mendalam bagi perkembangan mereka (Devi, 2024).

## 2. METODE PELAKSANAAN

### A. Mitra

TK UMMI Adniah NWDI Pancor

### B. Target

Dalam pelatihan pentas seni tari tradisional ini, populasi dibedakan antara populasi secara umum dan populasi target atau "target population" (Sit & Rakhmawati, 2022). Populasi target adalah populasi atau wilayah umum yang menjadi tujuan dalam siswa atau kegiatan yang dilakukan (Suhermi, 2025). Populasi target adalah subjek yang menjadi sasaran pelaksanaan kegiatan kita. Sesuai dengan penjelasan di atas populasi umum pada kegiatan ini adalah seluruh siswa yang melakukan pelatihan seni tari tradisional (Merliza, 2021).

### C. Waktu dan Lokasi

Lokasi pelatihan ini berada di TK UMMI Adniah NWDI Pancor Adapun Waktu pelaksanaan observasi ini dilakukan pada November pada pukul 08:00-selesai.

### D. Objek observasi

Objek ini adalah para siswa yang akan menampilkan hasil dari pelatihan pentas seni tari tradisional untuk mengembangkan motorik kasar (Nugroho & Wulandari, 2021).

### E. Pelaksanaan Pelatihan pentas seni tari tradisional untuk mengembangkan motorik kasar

Pelatihan ini dilaksanakan dengan melatih tarian tradisional untuk mengembangkan motorik kasar pada anak. Pelatihan pentas seni tari tradisional ini dilaksanakan dengan pemilihan tarian yang mudah untuk anak dalam mengembangkan motorik kasarnya, sehingga anak dapat bergerak dan menari dengan lantunan lagu tradisional (Rambe et al., 2024). Latihan ini juga agar melatih persiapan mental dan fisik anak agar terbiasa bergerak dan tidak kaku (Hamidah, Prasetyo, & Lestari, 2024).

Menggunakan kegiatan belajar dan menampilkan tarian tradisional sebagai sarana atau cara untuk melatih kemampuan fisik anak, khususnya penggunaan otot-otot tubuh mereka. Kami mengajak anak belajar menari tradisional, tetapi tujuan utamanya adalah agar tubuh mereka aktif bergerak (DRUPADI & Syafrudin, 2021). Gerakan-gerakan tari tersebut akan membuat otot mereka menjadi kuat, tubuh menjadi lincah dan keseimbangan menjadi lebih baik (Harahap & Jaelani, 2022).

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelatihan tari tradisional menunjukkan peningkatan signifikan pada seluruh aspek motorik kasar anak. Pada minggu awal, anak masih kesulitan menyesuaikan diri dengan ritme, menjaga keseimbangan, dan mengikuti arahan guru (Roduma Manalu, 2023). Anak kelas A perempuan cenderung malu-malu, sedangkan anak laki-laki kelas A menunjukkan energi besar yang tidak terkontrol (Gandana et al., 2022). Kelas B menunjukkan adaptasi lebih cepat karena perkembangan mereka lebih matang (Mustafa & Sugiharto, 2020).

Memasuki minggu kedua dan ketiga, anak menunjukkan transformasi nyata. Keseimbangan meningkat, kelenturan membaik, dan koordinasi gerak mulai terintegrasi dengan baik (Agustina, Henny, La Djamudi, & Jeti, 2021). Anak mulai mampu menggabungkan langkah kaki, ayunan tangan, dan putaran tubuh secara bersamaan. Kemampuan mengikuti ritme musik juga mengalami peningkatan berarti (Ibrahim, Suhaya, & Rizal, 2022). Musik tradisional membantu anak mengatur tempo gerak dan meningkatkan kesadaran tubuh.

Selain itu, pelatihan tari tradisional memberikan dampak sosial dan emosional yang besar. Anak belajar bekerja sama, menjaga formasi, dan saling membantu. Kepercayaan diri meningkat ketika mereka berhasil mengingat gerakan tanpa bantuan guru (Wardani, 2018). Anak yang sebelumnya pemalu kini menjadi lebih ekspresif (Marsan & Siregar, 2021).

Motorik kasar mencakup kekuatan otot besar, kelenturan, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, serta kemampuan mengikuti ritme (Jannah & Lestaringrum, 2018). Semua unsur ini terlibat dalam aktivitas tari tradisional (Bili, Hastutiningtyas, & Susmini, 2020). Ketika anak melompat kecil, menggerakkan tangan, atau berputar, mereka sedang melatih otot besar yang berperan penting dalam stabilitas tubuh. Latihan ritmis juga melatih kemampuan anak mengendalikan kecepatan dan kualitas Gerakan (Sari & Fitriani, 2023).

Kelenturan tubuh anak meningkat ketika mereka melakukan gerakan menekuk lutut, mengangkat tangan tinggi, atau memutar badan secara perlahan. Keseimbangan yang sebelumnya lemah mulai berkembang melalui latihan berdiri satu kaki, melangkah sambil mengayunkan tangan, dan memutar tubuh mengikuti musik (Nurjanah, 2019). Koordinasi menjadi aspek penting karena anak dituntut menggerakkan tangan dan kaki secara simultan sambil mempertahankan ekspresi wajah (Fitriani & Adawiyah, 2018).

Kemampuan mengikuti ritme juga merupakan bagian vital dari perkembangan motorik kasar. Ritme membantu anak mengatur perpindahan antar gerakan, menjaga kelancaran tarian, dan mengembangkan kemampuan mendengar secara aktif (Kiranida, 2019). Di akhir pelatihan, seluruh anak mampu bergerak sesuai ketukan musik secara serempak, menunjukkan perkembangan motorik yang sangat signifikan (Farizal, 2019).

Puncak kegiatan adalah saat pentas seni berlangsung (Khadijah, Huda, & Turtati, 2022). Anak-anak tampil dengan percaya diri, mampu mengingat seluruh rangkaian gerakan, dan bergerak harmonis dalam kelompok (Indriani, Muslihin, & Rahman, 2022). Hal ini membuktikan bahwa pelatihan tari tradisional bukan hanya meningkatkan kemampuan fisik, tetapi juga membentuk karakter, disiplin, dan kecintaan anak terhadap budaya lokal (Sujiono, 2009).

#### **4. KESIMPULAN**

Pelatihan pentas seni tari tradisional di TK UMMI Adniah NWDI Pancor terbukti sangat efektif dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kekuatan otot, keseimbangan, kelenturan, kelincahan, koordinasi, dan kemampuan mengikuti ritme, tetapi juga memberikan dampak besar pada perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak. Melalui latihan yang dilakukan secara konsisten setiap sore selama empat minggu, anak mengalami peningkatan nyata dalam kemampuan fisik dan terlihat lebih percaya diri dalam mengekspresikan diri. Selain aspek motorik, pelatihan ini membantu membentuk karakter anak melalui nilai kedisiplinan, keberanian, kerja sama, dan tanggung jawab. Anak belajar menghargai seni budaya lokal dan memahami bahwa kegiatan yang mereka lakukan merupakan bagian dari identitas budaya masyarakat. Guru dan asisten guru memiliki peran besar dalam mendampingi anak, memberikan motivasi, arahan, dan bimbingan yang membuat anak merasa aman untuk mengeksplorasi gerakan. Dengan demikian, pelatihan tari tradisional bukan hanya kegiatan seni, tetapi juga bentuk stimulasi perkembangan yang menyeluruh dan bermakna. Program ini sangat layak untuk terus dilakukan secara berkelanjutan karena terbukti mampu meningkatkan kualitas perkembangan motorik kasar sekaligus mendukung pembentukan karakter anak usia dini.

## 5. DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, F., Henny, H., La Djamudi, N., & Jeti, L. (2021). Perkembangan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Modifikasi Estafet Di Kelompok B Tk Pembina Kelurahan Watolo, Kecamatan Mawasangka. *Jurnal Lentera Anak*, 2(2), 62–68. <https://doi.org/10.35326/jla.v2i2.2385>
- Anisah, A. S., & Holis, A. (2020). Enkulturası Nilai Karakter Melalui Permainan Tradisional Pada Pembelajaran Tematik Di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Uniga*, 14(2), 318–327.
- Bili, P. N., Hastutiningtyas, W. R., & Susmini, S. (2020). Pengaruh Aktivitas Kolase Terhadap Perkembangan Motorik Halus Pada Anak Praschool Di Tk Dharma Wanita Persatuan Landung Sari. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Tribhuwana Tunggaladewi. Retrieved From <https://rinjani.unitri.ac.id/handle/071061/264>
- Devi, N. K. L. (2024). Analisis Pelaksanaan Kegiatan Numerasi Dengan Metode Matematika Gasing Yang Dikaitkan Dengan Permainan Tradisional. *Pentagon: Jurnal Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam*, 6(2), 101–110.
- Drupadi, R. D., & Syafrudin, U. (2021). Pengaruh Kolase Terhadap Kemampuan Motorik Halus Anak. *Paud Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 24–35. Retrieved From <http://repository.lppm.unila.ac.id/id/eprint/31115>
- Farizal, E. B. (2019). Perkembangan Motorik Kasar Pada Bayi 6-12 Bulan Yang Asi Eksklusif Dan Non Asi Eksklusif Di Wilayah Pustu Desa Delik Kecamatan Pelalawan Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Husada Gemilang*, 2(2). Retrieved From <http://ojs.husadagemilang.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/29>
- Fitriani, R., & Adawiyah, R. (2018). Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*, 2(01), 25–34. <https://doi.org/10.29408/goldenage.v2i01.742>
- Gandana, G., Suryadi, D. P. S., Hamidah, N. H., & Fauzi, R. A. (2022). Permainan Tradisional Lompat Tali. Ksatria Siliwangi.
- Hamidah, N., Prasetyo, D., & Lestari, R. (2024). Pemanfaatan Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran Operasi Perkalian Di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Matematika Indonesia*, 9(2), 120–132.
- Harahap, N. S., & Jaelani, A. (2022). Ethnomathematics In The Engklek Traditional Game (Etnomatematika Pada Permainan Tradisional Engklek). *Paradikma: Jurnal Pendidikan Matematika*, 4(2), 86–90.
- Ibrahim, S. M., Suhaya, S., & Rizal, S. (2022). Proses Pembelajaran Seni Tradisional Calung Di Sanggar Panghegar Manah Kabupaten Pandeglang. *Matra: Jurnal Musik Tari Teater & Rupa*, 1(1).
- Indriani, D., Muslihin, H. Y., & Rahman, T. (2022). Analisis Penggunaan Media Loose Parts Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (Jpdk)*, 4(4), 1180–1187. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i4.5414>
- Jannah, A. R., & Lestarinigrum, A. (2018). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Permainan Injak Ekor. *Journal Of Early Childhood Care And Education*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.26555/jecce.v1i1.5>
- Khadijah, K., Huda, N., & Turtati, A. (2022). Bentuk Bentuk Stimulasi Dalam Perkembangan Motorik Anak Usia Dini Di Ra Hidayatul Ilmi Desa Kolam. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(4), 418–422. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i4.5250>
- Kiranida, O. (2019). Memaksimalkan Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar Melalui Pelajaran Penjaskes. *Jurnal Tunas Bangsa*, 6(2), 318–328. Retrieved From

- <https://ejournal.bbg.ac.id/tunasbangsa/article/view/969%0a>
- Marsan, N. S., & Siregar, M. J. (2021). Menghidupkan Identitas Kepulauan Riau Melalui Seni Tari Tradisional. *Gondang*, 5(1), 40–52. <https://doi.org/10.24114/gondang.v5i1.20964>
- Matulesy, A., Rahmawati, L., & Wijaya, A. (2022). Permainan Tradisional Sebagai Media Etnomatematika Dalam Pembelajaran Matematika Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Matematika*, 16(3), 211–223.
- Merliza, P. (2021). Studi Etnomatematika: Eksplorasi Konsep Matematika Pada Permainan Tradisional Provinsi Lampung. *Suska Journal Of Mathematics Education*, 7(1), 21–30.
- Mustafa, P. S., & Sugiharto, S. (2020). Keterampilan Motorik Pada Pendidikan Jasmani Meningkatkan Pembelajaran Gerak Seumur Hidup. *Sporta Sainatika*, 5(2), 199–218. <https://doi.org/10.24036/sporta.v5i2.133>
- Nugroho, A., & Wulandari, S. (2021). Permainan Tradisional Congklak Sebagai Media Pembelajaran Matematika. *Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar*, 6(2), 88–99.
- Nurjanah, S. (2019). Peran Perempuan Dalam Sanggar Tari Tradisional Di Yogyakarta. *Jurnal Seni Tari Indonesia*, 12(1), 45–56.
- Rambe, I. Wardani, Delviananda Harahap, Siti Rifa, Ruth Miranda, Putri Lingga, & Polin Jeremia. (2024). Eksplorasi Permainan Engklek Untuk Pengenalan Geometri Kepada Siswa Kelas Iii Sdn 068044 Medan. *Jurnal Math-Umb.Edu*, 12(1), 32–41. <https://doi.org/10.36085/mathumbedu.v12i1.7136>
- Roduma Manalu. (2023). Menilik Makna Dari Simbol-Simbol Pada Wisata Budaya Batak Toba. *Student Research Journal*, 1(2), 195–205. <https://doi.org/10.55606/sjryappi.v1i2.189>
- Sari, N., & Fitriani, D. (2023). Eksistensi Tari Tradisional Di Era Digital. *Jurnal Seni Dan Budaya Nusantara*, 5(1), 12–20.
- Setiyadi, D. (2021). Development Of Ethnomathematics-Based Teaching Materials Using Banyumas Traditional Games In Elementary Schools (Pengembangan Bahan Ajar Bernuansa Etnomatematika Dengan Permainan Tradisional Banyumas Pada Sekolah Dasar). *Jurnal Kiprah*, 9(1), 30–38. <https://doi.org/10.31629/kiprah.v9i1.3213>
- Sit, M., & Rakhmawati, F. (2022). *Integrasi Permainan Tradisional Dalam Pendidikan Steam Untuk Anak Usia Dini*. Merdeka Kreasi Group.
- Suhermi, L. (2025). Permainan Tradisional Sebagai Jembatan Antara Budaya Lokal Dan Konsep Matematika. *Science: Jurnal Inovasi Pendidikan Matematika*, 5(1), 23–34.
- Wardani, N. I. (2018). Permainan Modifikasi Lari Estafet Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun. *Jurnal Pendidikan Anak*, 4(2).