

BAB II

ACUAN TEORITIK

A. Acuan Teori Area dan Fokus yang Diteliti

1. Hakikat Ekspresi Emosi

a. Pengertian Ekspresi Emosi

Ekspresi merupakan bentuk dari ungkapan perasaan. Menurut kamus lengkap psikologi *Expression* ekspresi, ungkapan, ucapan.¹ Berdasarkan pernyataan tersebut ekspresi merupakan pengungkapan atau proses untuk memperlihatkan perasaan.

Ekspresi bersifat menunjukkan reaksi dari emosi atau perasaan. *Expressive* bersifat menyatakan perasaan (1) Menyangkut sebarang reaksi yang diberikan oleh satu organisme. (2) Menyangkut reaksi-reaksi wajah, vokal atau ucapan, reaksi atau gerak isyarat, yang menjadi ciri khas dari emosi-emosi.² Dari makna tersebut, dapat dikatakan ekspresi bersifat menunjukkan reaksi dari individu melalui wajah, ucapan, gerak sebagai penyalur emosi.

Ekspresi dapat dialami oleh setiap individu, bahkan dialami dari bayi hingga terus bertambahnya usia. Berdasarkan pendapat Hyson *“Expressiveness can be defined as a persistent individual style of*

¹ Kartini Kartono, *Kamus Lengkap Psikologi terjemahan Dictionary of Psychology J.P. Chaplin*. (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2004) h. 181

² *Ibid.*

*emotional response*³ Dari makna tersebut, dapat di definisikan sebagai gaya individu terus menerus dari respon emosional.

Reaksi individu dalam mengungkapkan perasaan dapat dilihat dengan jelas melalui ekspresi wajah dan gerakan tubuh. Santrock menyatakan "*Facial expressions of a basic emotion such as happiness, surprise, anger, and fear are the same across cultures.*"⁴ yang artinya ekspresi wajah merupakan dasar emosi seperti rasa senang, terkejut, marah dan takut diseluruh budaya yang sama. Ekspresi wajah dapat dilihat dengan jelas ketika individu merasa senang, terkejut, marah, dan takut.

Berdasarkan beberapa uraian diatas mengenai ekspresi dapat disimpulkan bahwa ekspresi merupakan ungkapan perasaan yang bersifat menunjukkan reaksi dari emosi. Reaksi ditunjukkan dengan ekspresi wajah dan gerakan tubuh untuk mengeluarkan dasar emosi.

Emosi merupakan hal penting dan mendasar bagi setiap manusia. Dalam kenyataan, hidup manusia tidak pernah bebas dari pengaruh emosi. Setiap individu, memiliki emosi didalam dirinya. Perbedaan terletak pada tingkatan perkembangan. Bagi anak, emosi merupakan hal penting yang harus dikembangkan. Dengan emosi yang dimiliki, anak dapat mengungkapkan perasaan. Dengan emosi pula, anak

³ Marilou Hyson, *The Emotional Development of Young Children : Building An Emotional Centred Curriculum* (New York : Teachers Collage Press 2nd Edition, 2004) h.99

⁴ John W, Santrock. *Children 10th ed.* (New York: McGraw-Hill, 2008) h. 217

dapat hidup secara nyaman baik secara pribadi maupun di lingkungan sosial.

Hal ini sesuai dengan pernyataan Michael Lewis bahwa:

Emotion related competencies vary with age. They are also manifested differently across cultures. The culture wherein children grow up tends to influence the intensity and the type of emotions expressed⁵.

Pendapat tersebut menjelaskan, kompetensi emosi terkait bervariasi dengan usia. Mereka juga diwujudkan secara berbeda di seluruh budaya. Budaya dimana anak-anak tumbuh cenderung mempengaruhi intensitas dan jenis emosi diekspresikan.

Sampai saat ini, telah terdapat berbagai definisi mengenai emosi. Dari segi kamus psikologi *Emotion*: Emosi dapat dirumuskan sebagai satu keadaan yang terangsang dari organisme, mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya, dan perubahan perilaku.⁶ Dari pernyataan tersebut emosi merupakan perubahan perilaku dari keadaan dalam dirinya.

Emosi ditandai dengan perubahan fisiologis. Papalia menyatakan, emosimerupakan reaksi-reaksi subjektif terhadap pengalaman yang diasosiasikan dengan berbagai perubahan fisiologis dan tingkah

⁵Lewis, Michael, *Emotions Synthesis*(USA: Education<http://www.childencyclopedia.com/emotions/synthesis>, 2015) di unduh 13 oktober 2015

⁶Kartini Kartono, *Op.cit.*h. 163

laku.⁷Berdasarkan pernyataan tersebut dapat disimpulkan emosi ditunjukkan melalui reaksi dengan perubahan tingkah laku.

Emosi merupakan perasaan yang dimiliki individu untuk berinteraksi dengan lingkungan. Santrock mengemukakan bahwa "*Emotion as feeling, or affect, that occurs when a person is in a state or an interactions that is important them, especially to their well-being*".⁸Dapat diartikan Emosi sebagai perasaan, atau mempengaruhi, yang terjadi ketika seseorang berada dalam keadaan atau interaksi yang penting terhadap mereka, terutama untuk kesejahteraan.Berdasarkan pernyataan tersebut emosi merupakan perasaan yang ditunjukkan individu untuk berinteraksi demi kelangsungan hidupnya.

Emosi yang dimiliki individu memiliki beragam bentuk perasaan. Driscoll and Nagel mengemukakan bahwa, "*Emotion are feelings, some of which are complex. At some time in your life, you have felt anger, fear, pride, satisfaction, sorrow, frustation, joy, confidence, hate, or love*".⁹Hal tersebut dapat diartikan bahwa emosi adalah sebuah perasaan yang kompleks.Suatu ketika dalam kehidupan, seseorang merasakan marah, takut, bangga, puas, putus asa, frustrasi, senang, percaya diri, benci atau cinta.Berdasarkan pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa manusia

⁷Diane E. Papalia, dkk, *Human Development,ed 10th terjemahan* (Jakarta: Salemba Humanika, 2009) h. 262

⁸ John W,Santrock. *Op.cit* h. 217

⁹ Daniel Goleman, *Social Intelligence The New Science Of Human Relationship* (Jakarta : Gramedia Pustaka Utama, 2007) hal 113-114

memiliki perasaan yang kompleks dengan beragam bentuknya yang dialami dalam kehidupan. Beragam bentuk perasaan ialah marah, takut, bangga, puas, putus asa, frustrasi, senang, percaya diri, benci dan cinta.

Dengan beragamnya bentuk emosi maka emosi dapat dibedakan menjadi dua dimensi positif dan negatif. Izard dalam Santrock menjelaskan bahwa, “ *Psychologists classify the broad range of emotions in many ways, but almost all classifications designate an emotion as either positive or negative*”.¹⁰ Artinya, psikolog mengklasifikasikan berbagai emosi dalam banyak hal, tapi hampir semua klasifikasi menunjuk emosi sebagai baik positif atau negatif. Berdasarkan pernyataan diatas dapat dinyatakan emosi memiliki dua dimensi yang berbeda yaitu emosi positif dan emosi negatif. Dalam hal ini emosi positif dapat dilihat dari perasaan senang, percaya diri, dan antusias. Sementara emosi negatif ditunjukkan dengan perasaan frustrasi, benci, marah dan takut.

Berdasarkan teori emosi yang telah disebut di atas, dapat disimpulkan bahwa emosi merupakan perasaan yang kompleks dengan reaksi perubahan tingkah laku. Emosi sangat berkaitan dengan lingkungan sosial maka, emosi membantu individu dalam berinteraksi untuk kelangsungan hidupnya. Emosi memiliki bentuk-bentuk perasaan yang dapat dibagi menjadi dua dimensi yaitu emosi positif dan emosi

¹⁰ John W, Santrock, *Child Development, Thirteenth Edition*, (New York: Mc Graw Hill, 2011), hal. 290

negatif. Dalam hal ini, manusia memiliki perasaan yang kompleks dengan beragam bentuknya yang dialami dalam kehidupan. Beragam bentuk perasaan ialah marah, takut, bangga, puas, putus asa, frustrasi, senang, percaya diri, benci dan cinta.

Ekspresi emosi merupakan respon atas suatu kejadian yang memunculkan perubahan pada wajah, suara, dan gerak tubuh yang memerlukan stimulasi agar dapat dikelola dengan baik. Hal ini sesuai dengan pernyataan Adams dan Berzonky, yang mengatakan,

“Emotional expressions are the potentially observable change in face, voice, body, and activity level which occur in response to emotional states and experiences. While emotional expressions are typically used as indices of emotional states and experiences, emotional expressions are capable of being masked, dissimulated, and controlled, beginning early childhood.”¹¹

Dapat diartikan, ekspresi emosi adalah perubahan yang dapat diamati yang terjadi pada wajah, suara, tubuh, dan aktivitas individu yang terjadi sebagai respon emosi dan suatu pengalaman. Meskipun ekspresi emosi digunakan sebagai bentuk ungkapan emosi, ekspresi emosi bisa saja disembunyikan dan dikendalikan dimulai dari sejak dini. Berdasarkan pernyataan tersebut dapat dikatakan bahwa ekspresi emosi ialah reaksi individu untuk mengungkapkan perasaan yang dimulai sejak dini ditunjukkan dengan perubahan wajah, suara, tubuh dan aktivitas.

¹¹ Gerald . R. Adams, Michael D. Berzonky , *Blackwell Handbook of Adolescence* (UK: Blackwell Publishing Ltd, 2005) h. 270

Ekspresi emosi merupakan cara mendapatkan informasi yang ditunjukkan melalui ekspresi wajah. Seperti pernyataan Ekman & Friensen dalam Laura

“Although vocalizations and body movements provide some information, researchers have relied most on facial expressions. Cross-cultural evidence reveals that people around the world associate photographs of different facial expressions with emotions in the same way.”¹²

Meskipun vokalisasi dan gerakan tubuh memberikan beberapa informasi, peneliti telah menyatakan sebagian besar terdapat pada ekspresi wajah. Bukti lintas budaya menunjukkan bahwa orang di seluruh dunia foto dengan ekspresi wajah yang berbeda tetapi dengan emosi yang sama. Berdasarkan pernyataan tersebut dapat dinyatakan ekspresi emosi tergambar melalui ekspresi wajah. Individu dapat menunjukkan ekspresi wajah yang berbeda sesuai dengan perasaannya.

Berdasarkan beberapa uraian diatas dapat disimpulkan ekspresi emosi dilewati oleh setiap individu dari sejak lahir. Ekspresi emosi merupakan proses pengungkapan perasaan yang ditunjukkan dengan reaksi pengalaman. Reaksi ekspresi emosi dapat dilihat dari perubahan fisik yaitu, wajah, suara, gerak tubuh dan aktivitas individu. Ekspresi emosi tergambar dengan jelas melalui ekspresi wajah. Individu dapat menunjukkan ekspresi wajah yang berbeda sesuai dengan

¹²Laura Berk E, *Child Development, Ninth Edition* (United States: Pearson Education, Inc. 2013) h. 405

perasaannya. Ekspresi emosi membantu manusia dalam kelangsungan hidup. Melalui ekspresi emosi manusia mendapatkan informasi. Ekspresi emosi dibagi menjadi dua yaitu, emosi positif yang terdiri dari rasa senang, percaya diri, cinta, bangga, dan puas. Sedangkan emosi negatif ditunjukkan dengan perasaan marah, kecewa, putus asa, benci, frustrasi, dan takut.

b. Fungsi Ekspresi Emosi

Emosi memiliki fungsi bagi kehidupan. Hal ini sebagaimana dikemukakan Santrock, bahwa *“as children acquire these emotional competence skills in a variety of contexts, they are more likely to effectively manage their emotions, become resilient in the face of stressful circumstances, and develop more positive relationships”*.¹³ Hal tersebut dapat diartikan bahwa sebagaimana anak-anak belajar tentang keterampilan emosional dalam berbagai keadaan, mereka lebih mungkin mengatur emosi mereka secara efektif, lebih tabah dalam keadaan tertekan, dan mengembangkan lebih banyak hubungan yang positif. Pernyataan tersebut menunjukkan fungsi emosi bagi anak-anak dapat membuat lebih sabar dan tabah hingga menjadi hubungan positif.

Sejalan dengan kutipan sebelumnya, emosi memiliki beberapa fungsi bagi kehidupan. Menurut Coleman dan Hammen dalam Hude, setidaknya ada empat fungsi emosi dalam kehidupan manusia, yaitu : (1)

¹³ John W. Santrock, *Op. Cit.*, hal 291

Emosi berfungsi sebagai pembangkit energi (*energizer*), (2) Emosi berfungsi sebagai pembawa informasi (*mesenger*), (3) Emosi berfungsi sebagai komunikasi intrapersonal dan interpersonal sekaligus, (4) Emosi berfungsi sebagai informasi keberhasilan yang telah dicapai.¹⁴Berdasarkan pernyataan tersebut emosi memiliki empat fungsi dalam kehidupan manusia diantaranya, emosi pembangkit energi, pembawa informasi, komunikasi intrapersonal dan interpersonal, dan informasi tentang keberhasilan yang telah dicapai.

Ekspresi emosi pada wajah berfungsi sebagai alat komunikasi manusia dalam menjalin hubungan sosial. Hal ini sesuai dengan pernyataan Balcony yang menyebutkan “*Among the expressive elements that contribute to the communication of emotion, facial expressions are social tools that aid in the negotiation of social interaction.*”¹⁵Dapat diartikan, di antara elemen ekspresif yang berkontribusi terhadap komunikasi emosi, ekspresi wajah adalah alat sosial yang membantu dalam interaksi sosial.Berdasarkan pernyataan tersebut ekspresi emosi pada wajah memiliki fungsi sebagai alat komunikasi dalam interaksi sosial.

Berdasarkan beberapa uraian diatas dapat disimpulkan bahwa fungsi emosi dapat membantu anak-anak untuk lebih sabar dan tabah

¹⁴ Darwis Hude, *Emosi : Penjelajahan Religio – Psikologis tentang Emosi Manusia di dalam Al-Qur'an*, (Jakarta : Erlangga, 2006), hal. 24-25

¹⁵ Michela Balcony, *Neuropsychology of Communication* (Italia: Spinger, 2010), h 203

hingga menjadi hubungan positif. Emosi memiliki empat fungsi dalam kehidupan manusia diantaranya, emosi pembangkit energi, pembawa informasi, komunikasi intrapersonal dan interpersonal, dan informasi tentang keberhasilan yang telah dicapai. Ekspresi emosi juga memiliki fungsi sebagai alat komunikasi dalam interaksi sosial untuk mengungkapkan perasaannya.

c. Proses Pembentukan Emosi

Proses pembentukan emosi erat kaitannya dengan pertumbuhan otak manusia. Mlot dan Sroufe dalam Papalia, Olds, dan Feldman mengemukakan bahwa perkembangan otak setelah kelahiran terhubung secara dekat dengan perubahan dalam kehidupan emosi : pengalaman emosi dipengaruhi oleh perkembangan otak dan dapat memiliki pengaruh jangka panjang pada struktur otak.¹⁶ Hal tersebut menjelaskan bahwa pada saat setelah kelahiran, emosi muncul seiring dengan perkembangan otak. Selain itu, pengalaman emosi yang dipengaruhi oleh perkembangan otak juga dapat memiliki pengaruh jangka panjang pada struktur otak.

Perkembangan otak dan emosi saling terkait. Hal ini sesuai yang dikemukakan Sroufe dalam Papalia, Olds, dan Feldman bahwa empat fase utama dalam pengorganisasian otak kurang lebih terkait dengan perubahan dalam proses emosi. Empat fase tersebut yaitu :

¹⁶ Diane E. Papalia, Sally Wendkos Olds, Ruth Duskin Feldman, *Human Development Psikologi Perkembangan* (Jakarta : Kencana, 2010), hal. 267

“(a)Selama tiga bulan pertama kehidupan, perbedaan emosi dasar dimulai saat korteks selebral mulai berfungsi, membawa persepsi kognitif dalam permainan. (b) Fase kedua terjadi antara 9-10 bulan, ketika lobus frontal mulai berinteraksi dengan sistem limbik, membentuk reaksi emosional. (c) Fase ketiga mengambil tempat di tahun kedua, ketika infant mengembangkan kesadaran diri, kesadaran emosi dalam diri, dan kapasitas yang besar untuk meregulasikan emosi mereka dan aktivitasnya. (d) Fase keempat terjadi sekitar usia 3 tahun, ketika perubahan hormonal dalam sistem jaringan syaraf otonomi bertepatan dengan munculnya evaluasi emosi.”¹⁷

Hal tersebut menjelaskan tentang proses pembentukan emosi secara biologis. Proses tersebut terdiri dari empat fase utama dalam pengorganisasian otak yang terkait dengan perubahan pada proses emosi.

Ekspresi emosi sudah ada sejak bayi dilahirkan. Papalia, Old, dan Feldmen mengemukakan bahwa bayi yang baru lahir menunjukkan dengan jelas bila mereka tidak senang.¹⁸ Hal ini berarti bahwa bayi yang baru lahir sudah dapat menunjukkan emosi mereka walaupun mereka belum dapat menyampaikan apa yang mereka rasakan. Biasanya, ketika bayi sedang merasa tidak senang, maka mereka akan menangis dengan kencang, menggerak-gerakkan tangan dan kaki dan mengkakukan tubuh.

Sejalan dengan kutipan sebelumnya, bahwa tidak mudah mengidentifikasi emosi pada bayi. Hal ini dikarenakan bayi belum dapat menyampaikan apa yang mereka rasakan. Ekman dan Friesen

¹⁷ *Ibid.*,

¹⁸ Diane E. Papalia, Sally Wendkos Olds, Ruth Duskin Feldman, *Human Development-Perkembangan Manusia Edisi ke 10* (Jakarta : Salemba Humanika, 2009), hal.262

dalam Berk mengemukakan bahwa, “*Although vocalizations and body movements provide some information, facial expressions offer the most reliable cues.*”¹⁹ Artinya, meskipun kata-kata dan bahasa tubuh menyediakan beberapa informasi, ekspresi wajah memberikan isyarat yang paling dapat dipercaya. Pernyataan ini menjelaskan bahwa, walaupun bayi belum bisa menyampaikan emosi mereka melalui kata-kata dan bahasa tubuh mereka, tetapi bayi bisa menyampaikan emosi mereka melalui ekspresi wajah mereka.

Berdasarkan beberapa uraian mengenai proses pembentukan emosi dimulai sejak lahir yang melibatkan otak manusia. Proses tersebut terdiri dari empat fase utama dalam pengorganisasian otak yang terkait dengan perubahan pada proses emosi. Hal ini berarti bahwa bayi yang baru lahir sudah dapat menunjukkan emosi mereka walaupun mereka belum dapat menyampaikan apa yang mereka rasakan. walaupun bayi belum bisa menyampaikan emosi mereka melalui kata-kata dan bahasa tubuh mereka, tetapi bayi bisa menyampaikan emosi mereka melalui ekspresi wajah mereka. Semakin bertambahnya usia manusia maka semakin mampu untuk mengontrol emosi kearah positif.

¹⁹ Laura E. Berk., *Op. Cit.*, hal.399

2. Hakikat Kegiatan Tari Ballet

a. Pengertian Tari Ballet

Tari ballet mampu membuat individu menjadi anggun dan mempesona. *"In a song and dance, man expresses himself as a member of a higher community. He has forgotten how to walk and speak and is on the way into flying in the air, dancing. His very gestures express enchantment."*²⁰ Dapat diartikan, dalam lagu dan tarian ini, manusia mengekspresikan dirinya sebagai bagian dari komunitas yang lebih tinggi. Dia bisa lupa bagaimana berjalan dan berbicara ketika terbang dan menari di udara. Gerakannya mengungkapkan pesona. Berdasarkan pernyataan tersebut tarian ballet mampu membangun kepercayaan dirinya dalam mengekspresikan gerakan.

Ballet merupakan seni yang berhubungan dengan drama. Hal ini di perkuat oleh pernyataan berikut

*"Ballet is an art form created by the movement of the human body. It is theatrical—performed on a stage to an audience utilizing costumes, scenic design and lighting. It can tell a story or express a thought or emotion."*²¹

Dapat diartikan dari pernyataan tersebut ballet adalah sebuah bentuk seni yang diciptakan oleh gerakan tubuh manusia. Ballet adalah teater-tampil di panggung untuk penonton memanfaatkan kostum, desain

²⁰ Rinaldi Robin. *World of Dance: Ballet 2nd ed*, (New York: Infobase Publishing, 2010) h.9

²¹ Pittsburgh Ballet Theatre Department of Arts Education and Community Engagement, *Ballet Resource Guide for Teacher*, 2011. h. 6

indah dan pencahayaan. Hal ini dapat menceritakan kisah atau ekspresi pikiran atau emosi. Berdasarkan pengertian diatas dapat diartikan bahwa ballet merupakan seni tari yang berhubungan erat dengan drama atau teater untuk menampilkan sebuah kisah yang melibatkan ekspresi emosi.

Tari ballet merupakan salah satu kegiatan yang banyak diminati anak-anak. Tari ballet adalah sebuah seni tari istimewa yang berasal dari Italia dan berkembang di Prancis. Tarian ini ditarikan dengan cara khusus di atas panggung sehingga berbeda dengan tarian pada umumnya. Ballet memiliki langkah, gerakan, musik, kostum, tata rias, serta set panggung tertentu untuk bercerita atau menampilkan sebuah kisah.²² Kegiatan tari ballet merupakan tarian yang memiliki ciri khusus dalam menampilkan pertunjukannya yang memiliki ornamen sehingga terlihat menjadi indah.

Penyataan tersebut diperkuat oleh Helen bahwa *“In a ballet the dancer feels herself to be a special being whose honed physical competence and emotional powers of expression are made manifest, under the direction of a choreographer, by ‘pre-set’ choreography and music in presentation to an audience.”*²³ Dapat diartikan, dalam balet penari merasa dirinya menjadi manusia istimewa yang mengasah kompetensi fisik dan kekuatan emosional ekspresi yang dibuat nyata, di

²²Putri Mkikar, *Swam Lake tari ballet*, 2009 (<http://e-journal.uajy.ac.id/2994/3/2TA12061.pdf>). Diunduh pada tanggal 20 september 2015

²³ Thomas Helen. *The Body, Dance and Cultural Theory* (New York: Palgrave Macmillan, 2003)h.110

bawah arahan koreografer, dengan 'pre-set' koreografi dan musik dalam presentasi kepada audiens. Berdasarkan pernyataan tersebut disimpulkan tari ballet pertunjukan yang membawa individu menjadi manusia anggun dan mempesona sehingga menjadi istimewa dengan bantuan koreografer, musik, dan penonton.

Ballet memiliki komposisi gerak yang murni. Hal ini sesuai dengan pernyataan Gail dalam *Classical Ballet* bahwa “*Ballet without a plot. A composition of pure dance movement expressed for its own sake.*”²⁴ Dapat diartikan Ballet tanpa plot. Sebuah komposisi gerak tari murni untuk mengekspresikan diri. Pernyataan ini di perkuat oleh Agrippin yang menyatakan “*The study of any pas in classical ballet is approached gradually from its rough, schematic form to the expressive dance.*”²⁵ Dapat diartikan, dalam ballet klasik dimulai secara bertahap dari bentuk skema yang kasar hingga menjadi tarian ekspresif. Berdasarkan pernyataan tersebut ballet merupakan tarian gerakan murni yang dimulai secara kasar hingga menjadi tarian yang ekspresif.

Ballet memiliki dua tipe komposisi gerak yang melibatkan drama. Hal ini diperkuat dengan pernyataan berikut

²⁴ Grant Gail. *Technical Manual and Dictionary of Classical Ballet* 3rd (New York: Dover Publication, inc, 1982) h. 1

²⁵ Vaganova Agrippin. *Basic Principles of Classical Ballet Russian Ballet Technique* (New York: Dover Publication. Inc. 1969) h.11

(1) Story ballets. tell a story. They contain narrative action, characters, and a beginning and end. *The Nutcracker* and *The Sleeping Beauty* are famous story ballets from the 19th century; classic stories and novels such as *The Great Gatsby* and *The Three Musketeers* have also been transformed into ballets. **(2) Plotless ballets,** have no storyline: rather they utilize the movement of the body and theatrical elements to interpret music, create an image, or to express or provoke emotion.²⁶

Dapat diartikan ballet terdapat dua tipe (1) ballet Cerita, bercerita. berisi tindakan narasi, karakter, dan awal dan akhir. *The Nutcracker* dan *The Sleeping Beauty* adalah ballet cerita terkenal dari abad ke-19; cerita klasik dan novel seperti *The Great Gatsby* dan *The Three Musketeers* juga telah berubah menjadi ballet. (2) balet Plotless, tidak memiliki alur cerita: bukan mereka memanfaatkan gerakan tubuh dan unsur teatral untuk menafsirkan musik, membuat gambar, atau untuk mengekspresikan atau memprovokasi emosi.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat dikatakan ballet memiliki dua komposisi gerak dengan drama. (1) ballet Cerita bercerita. Mereka berisi tindakan narasi, karakter, dan awal dan akhir. (2) ballet Plotless tidak memiliki alur cerita. Adapun cerita yang terkenal dalam tari ballet yaitu *The Nutcracker*, *The Sleeping Beauty*, *The Great Gatsby* dan *The Three Musketeers*.

Berdasarkan beberapa uraian diatas mengenai tari ballet dapat disimpulkan bahwa, Tari ballet merupakan tarian murni yang mengutamakan keanggunan dalam gerakan untuk mengungkapkan

²⁶Pittsburgh Ballet Theatre Department of Arts Education and Community Engagement, *Op, Cit* . h. 6

perasaannya. Ballet merupakan seni tari yang berhubungan erat dengan drama atau teater untuk menampilkan sebuah kisah yang melibatkan ekspresi emosi. Tari ballet memiliki langkah, gerakan, musik, kostum, tata rias, serta set panggung tertentu untuk bercerita atau menampilkan sebuah kisah yang akan disampaikan kepada penonton. Adapun cerita yang terkenal dalam tari ballet yaitu *The Nutcracker*, *The Sleeping Beauty*, *The Great Gatsby* dan *The Three Musketeers*.

b. Fungsi Tari Ballet

Menari dapat memberikan dampak positif bagi individu. *“Dance educators assert that dance education has a positive impact on self-esteem and body image.”*²⁷ Artinya, pendidik tari menyatakan bahwa pendidikan tari memiliki dampak positif pada harga diri dan tubuh.

Hal ini diperkuat oleh pernyataan Gilbert bahwa,

*“Creative dance can open up for you and your students new worlds of knowledge, creativity, and self-expression. Creative dance can be a powerful tool toward peace because people learn to solve problems, express feelings, cooperate, accept and value individual differences, gain an awareness of their own and others’ cultures and engage in an activity that increases, rather than decreases their self-esteem.”*²⁸

Artinya, tari kreatif dapat menambah pengetahuan baru, kreativitas, dan ekspresi diri. Tari kreatif bisa menjadikana yang ampuh menuju perdamaian karena anak belajar memecahkan masalah, mengungkapkan

²⁷ Tucker James.L, *Op,cit* h. 6

²⁸ *Ibid*, h.7

perasaan, bekerja sama, menerima dan nilai individu perbedaan, memperoleh kesadaran mereka sendiri dan budaya orang lain terlibat dalam aktivitas yang meningkat, daripada penurunan harga diri mereka.

Berdasarkan pernyataan tersebut dapat dikatakan bahwa menari memiliki dampak positif untuk individu. Tari kreatif membantu anak-anak untuk menambah pengetahuan baru, kreativitas, dan ekspresi diri. Tari juga dapat membantu anak untuk belajar memecahkan masalah, mengungkapkan perasaan, bekerja sama dan menerima perbedaan budaya.

Tari ballet juga berfungsi sebagai alat komunikasi. Menurut, George Balanchine dalam *World of Dance* "*Dance is an expression of time and space, using the control of movement and gesture to communicate*"²⁹ Dapat diartikan, tari ini adalah ekspresi dari waktu dan ruang, menggunakan kontrol gerakan dan isyarat untuk berkomunikasi. Berdasarkan pernyataan tersebut dapat dikatakan Ballet merupakan gerakan dalam mengekspresikan diri untuk berkomunikasi.

Berdasarkan beberapa uraian diatas mengenai fungsi tari ballet dapat disimpulkan bahwa, tari ballet memiliki dampak positif bagi individu untuk mengungkapkan perasaan. Kegiatan menari membantu anak-anak untuk menambah pengetahuan baru, kreativitas, dan ekspresi diri. Tari juga dapat membantu anak untuk belajar memecahkan masalah,

²⁹ Rinaldi, Robin. *Op,cit*, h.9

mengungkapkan perasaan, bekerja sama dan menerima perbedaan budaya. Melalui gerakan tari ballet dapat dijadikan sebagai cara untuk berkomunikasi.

c. Program Tari Ballet Prasekolah

Kelas ballet sebaiknya diberikan mulai umur 9 tahun sedangkan kelas untuk anak-anak diutamakan kegiatan yang menyenangkan. Seperti yang di nyatakan San Brown bahwa:

It is generally agreed that ballet training should begin around the age of nine, allowing females to build basic technical skills before beginning pointe work around age twelve. Many young dancers begin well before this age, participating in Creative Movement and Pre-Ballet classes. These classes are fun and creative, offering the young students an opportunity to move to music and to tell stories with their bodies. The students also begin to learn about balance, isolation of different body parts, posture, rhythm, and discipline.³⁰

Hal ini umumnya sepakat bahwa, pelatihan ballet harus dimulainya sekitar usia sembilan, yang memungkinkan perempuan untuk membangun dasar keterampilan teknis sebelum memulai pekerjaan pointe sekitar usia dua belas. Banyak penari anak-anak sebelum usia sembilan, dapat berpartisipasi dalam Gerakan Kreatif dan kelas Pre-Ballet. Kelas-kelas ini menyenangkan dan kreatif, memberikan kesempatan anak untuk memahami musik dan memberi tahu cerita dengan tubuh mereka. Para siswa juga mulai belajar tentang keseimbangan, isolasi yang berbeda

³⁰ Pei-San Brown, *Ballet Basic Handbook Ballet austin* www.balletaustin.org:Community Education Director, Diunduh pada tanggal 20 Oktober 2015

bagian tubuh, postur, ritme, dan disiplin. Dapat dinyatakan bahwa tari ballet lebih tepat diberikan kepada anak usia sembilan tahun.

Sekolah ballet memiliki program dalam pengajaran ballet untuk mencapai tujuan pembelajaran tari ballet. Seperti yang dikatakan Kathryn Smith bahwa:

This division introduces students to the world of dance through music and movement. Creative movement and ballet fundamentals for young students are tailored to meet the developmental needs of children according to their age. The syllabus introduces students to basic movement exploration and develops into a more structured study of classical ballet. Creativity is emphasized to encourage the artistic exploration of movement and allow the child's natural talent and skills to be discovered³¹

Divisi ini memperkenalkan siswa untuk dunia tari melalui musik dan gerakan. Gerakan kreatif dan ballet fundamental bagi siswa muda disesuaikan untuk memenuhi kebutuhan perkembangan anak sesuai dengan usia mereka. Silabus memperkenalkan siswa untuk dasar eksplorasi gerakan dan berkembang menjadi studi lebih terstruktur dari ballet klasik. Kreativitas ditekankan untuk mendorong eksplorasi artistik gerakan dan memungkinkan anak alami bakat dan keterampilan untuk ditemukan.

Program tari ballet bagi anak-anak dapat disesuaikan berdasarkan usianya. Program tersebut terdiri dari,

³¹ The University of Iowa, Youth Ballet & School of Dance *Dance Handbook*(Iowa City : Department of Dance 2015) h. 8

(1) Wee Dance This is an introduction to the art of dance in a nurturing environment ideal for children ages two to three years of age. Parents or caregivers attend and are participants. (2) Imaginative exercises Present an outlet for active minds and bodies. Through the use of shakers, scarves, balls, and beanie babies, children will experience the pure joy of movement. (3) Creative Movements Levels 1-3 In progressive levels Children ages four to six develop increased body awareness, gross motor skills, and phrasing while giving imagination a time to flourish! Classes begin with warm-up exercises and stretches that develop flexibility and posture. Class then moves on to center floor exercises to develop balance, rhythm, and coordination. (4) Pre-ballet A prelude to formal ballet instruction Students age six will develop a foundation for ballet technique in a learning environment that fosters a love for dance and music. Students begin to learn French vocabulary, exercises that introduce "ballet barre" and proper ballet etiquette in a non-competitive atmosphere.³²

Artinya, (1) Dance wee ini merupakan pengantar untuk seni tari untuk memelihara lingkungan yang ideal untuk anak usia dua sampai tiga tahun. Orangtua atau pengasuh hadir untuk berpartisipasi (2) Latihan imajinatif menyajikan anak untuk aktif pikiran dan tubuh. Melalui penggunaan shaker, syal, bayi bola, dan beanie, anak-anak akan mengalami gerakan sukacita murni. (3) Gerakan kreatif Tingkat 1-3 Pada tingkat progresif, Anak-anak usia 4-6 mengembangkan peningkatan kesadaran tubuh, keterampilan motorik kasar, dan ungkapan saat memberikan imajinasi waktu untuk berkembang Kelas dimulai dengan latihan pemanasan dan peregangan yang mengembangkan fleksibilitas dan postur. Kelas kemudian pindah ke pusat latihan dasar untuk mengembangkan keseimbangan, irama, dan koordinasi. (4) Pre-ballet A

³² *Ibid.* h. 9

awal untuk instruksi ballet formal, siswa usia enam akan mengembangkan dasar untuk teknik ballet di lingkungan belajar yang menumbuhkan cinta untuk tari dan musik. Siswa mulai belajar kosa kata Perancis, latihan yang memperkenalkan "ballet barre" dan ballet etiket yang tepat dalam suasana non-kompetitif.

Berdasarkan beberapa uraian diatas mengenai tari ballet dapat disimpulkan Ballet merupakan tarian yang dapat mengekspresikan diri melalui gerakan yang diiringi musik dan koreo dari murni hingga menjadi indah dalam sebuah pertunjukan untuk berkomunikasi dengan penonton. Tari ballet lebih tepat diberikan bagi anak usia 9 tahun. Bagi anak dibawah usia tersebut dapat mengikuti kelas ballet namun lebih diutamakan menyenangkan dan kreatif, memberikan kesempatan anak untuk memahamimusik dan memberi tahucerita dengan tubuh mereka. Program tari ballet memiliki 4 kelas disesuaikan dengan perkembangan dan usia anak.

3. Karakteristik Ekspresi Emosi Anak Usia 5-6 tahun

Anak usia 5-6 tahun merupakan anak yang berada pada usia prasekolah. Anak prasekolah dapat membicarakan mengenai perasaan-perasaan mereka dan sering kali dapat melihat perasaan orang lain, mereka juga memahami bahwa emosi berkaitan dengan pengalaman dan

keinginan.³³ Anak di usia prasekolah mampu mengungkapkan perasaan dan memahami perasaan orang lain melalui pengalaman dan keinginannya.

Berdasarkan pernyataan diatas pada usia ini peningkatan anak untuk memahami emosi semakin meningkat. Hal ini diperkuat dengan pernyataan Sroufe, *“By the preschool period, children have a great deal about emotion an emotion expression”*.³⁴ Artinya periode prasekolah, anak-anak semakin paham tentang emosi ekspresi emosi.

Pada rentang usia 5-6 tahun, anak mulai mengembangkan pemahaman emosi mereka. Cole dalam Santrock mengemukakan bahwa, *“During early childhood, young children increasingly understand that certain situations are likely to evoke particular emotions, that facial expressions indicate spesific emotions, that emotions affect behavior, and that emotions can be used to influence others emotions”*.³⁵ Hal ini dapat diartikan bahwa selama masa awal kanak-kanak, anak yang lebih muda meningkatkan pemahaman bahwa beberapa situasi adalah kemungkinan menimbulkan emosi tertentu, bahwa ekspresi wajah menunjukkan emosi khusus, bahwa emosi berpengaruh pada perilaku, dan bahwa emosi dapat digunakan untuk mempengaruhi emosi orang lain. Pernyataan

³³ Diane E. Papalia, *Op.cit* h. 385

³⁴ L. Alan Sroufe, dkk *Child Development: Its Nature and Course, 3rd Ed.*(New York : McGraw Hill, 1996)h. 381

³⁵ John W. Santrock, *Op.Cit.*, hal 296.

tersebut menjelaskan bahwa pada usia 5-6 tahun, anak sudah mulai mengembangkan pemahaman mereka tentang emosi. Pada masa ini, anak sudah menunjukkan pemahaman tentang sebab akibat emosi, yaitu bahwa emosi dapat mempengaruhi perilaku dan bahwa beberapa situasi dapat menimbulkan emosi tertentu.

Anak mampu melabelkan dan mendeskripsikan emosi yang dirasakan. Hal ini senada dengan pernyataan Brewer, "*By the time children are in kindergarten and first grade, they are able to express and label a wide variety of emotions. They can describe their own sad, angry or happy feeling can describe situations that produce given emotion in others*"³⁶ artinya Pada saat anak-anak di TK dan kelas pertama, mereka mampu mengekspresikan dan melabel berbagai emosi. Mereka dapat menggambarkan sedih, marah atau perasaan bahagia mereka sendiri dapat menggambarkan situasi yang menghasilkan emosikepada orang lain. Berdasarkan pernyataan tersebut salah satu kemampuan anak dalam mengenal emosinya yaitu dengan melabelkan dan mengekspresikan emosi yang dirasakannya untuk menunjukkan kepada orang lain.

Anak usia 5-6 tahun masuk dalam fase inisiatif dan rasa bersalah. Senada dengan pernyataan Erik Erikson, "*that characterizes early*

³⁶Jo Ann, Brewer. *Introduction to Early Childhood Education* (Massachuset: Allyn and Bacon,1992) h. 51

childhood is initiative versus guilt" artinya, karakteristik masa awal kanak-kanak inisiatif versus rasa bersalah. Inisiatif anak akan muncul pada tahapan ini ingin melakukan lebih banyak hal. Akan tetapi apa yang diinginkan harus sesuai dengan persetujuan sehingga muncul rasa bersalah.

Anak usia 5-6 tahun sudah mampu mengenali emosi diri dan emosi orang lain. Saarni et al., dalam Papalia, Old, dan Feldman mengemukakan bahwa, "Anak-anak prasekolah dapat membicarakan mengenai perasaan mereka dan seringkali dapat melihat perasaan orang lain, mereka juga memahami bahwa emosi berkaitan dengan pengalaman dan keinginan".³⁷ Hal tersebut dapat diartikan bahwa anak pada usia prasekolah, yaitu sekitar usia 5-6 tahun, diharapkan sudah dapat mengenali perasaan apa yang sedang mereka rasakan. Selain itu, anak pada usia ini juga sudah mampu untuk berempati, sehingga akan lebih peka dengan perasaan orang lain.

Lebih lanjut, perkembangan emosi sejalan dengan perkembangan otak manusia. Oleh karena itu, kemampuan emosi anak akan meningkat sejalan dengan perkembangan kognitif mereka. Pendapat tersebut diperkuat oleh pernyataan menurut Piaget bahwa, "*...as the quality of children's cognitive development improves, their knowledge or understanding of other people's problems and how others feel*

³⁷ Papalia, Old, dan Feldman, *Op.Cit.*, h 385

strengthens".³⁸ Hal tersebut dapat diartikan bahwa sejalan dengan meningkatnya perkembangan kognitif anak, pengetahuan atau pemahaman mereka tentang masalah dan bagaimana perasaan orang lain, semakin menguat. Jadi, semakin meningkatnya perkembangan kognitif anak, maka kemampuan emosi mereka juga anak semakin menguat. Hal tersebut ditandai dengan semakin meningkatnya kemampuan anak dalam memahami masalah dan perasaan yang sedang dialami oleh orang lain.

Karakteristik emosi anak 5-6 tahun dapat dilihat dari tabel yang menunjukkan emosi, sadar diri yang jelas terkait dengan evaluasi diri. Sebagai representasi dan bahasa meningkatkan, menggunakan strategi aktif untuk mengatur emosi. Mulai sesuai dengan aturan emosional. Pernyataan ini dapat dilihat dalam tabel 2.1

Tabel 2.1 ³⁹
Emotional Development

Age	Emotional Expressiveness	Emotional Understanding
Birth-6 months	Social smile emergens. Laughter appears. Expressions of happiness increase when interacting with familiar people.	Detects emotions by matching the caregiver's feeling tone in face-to-face communication.

³⁸ State of Connecticut – *State Board of Education, A Guide to Early Childhood Program Development* (United States : Connecticut State Department of Education, 2007), hal. 132

³⁹ Laura E Berk, *Op. Cit*, h 411

Age	Emotional Expressiveness	Emotional Understanding
	Emotional expressions gradually become well organized patterns that are meaningfully related to environmental events.	
7-12 months	<p>Anger and fear increase in frequency and intensity. Uses caregiver as a secure base.</p> <p>Regulates emotion by approaching and retreating from stimulation.</p>	Detects the meaning of other's emotional signals engages in social referencing.
1-2 years	<p>Self-conscious emotions emerge but depend on the monitoring and encouragement of adults.</p> <p>Begins to use language to assist with emotional self-regulation.</p>	<p>Begins to appreciate that other's emotional reactions may differ from one's own acquires a vocabulary of emotional terms.</p> <p>Displays empathy.</p>
3-6 years	<p>Self-conscious emotions are clearly linked to self-evaluation.</p> <p>As representation and language improve, uses active strategies for regulating emotion.</p> <p>Begins to conform to emotional display rules; can pose a positive emotion he or she does not feel.</p>	<p>Understanding of causes, consequences, and behavioral signs of emotion improve in accuracy and complexity.</p> <p>As language develops, empathy becomes more reflective.</p>
7-11 years	Self-conscious emotions become integrated with inner standards of excellence and good	Can consider conflicting cues when explaining other's emotion.

Age	Emotional Expressiveness	Emotional Understanding
	behavior. Uses internal strategies for engaging in emotional self-regulation, shifts adaptively between problem centered and emotion-centered coping. Conformity to and conscious awareness of emotional display rules improve.	Is aware that people can have mixed feelings and that their expressions may not reflect their true feelings Empathy increases as emotional understanding improves.

Dari pernyataan dan tabel diatas dapat dikatakan bahwa perkembangan emosi anak terus berkembang seperti yang terlihat pada tabel diatas. Ekspresi emosi anak usia 5 - 6 tahun mampu menunjukkan kematangannya dalam emosi yang berkaitan dengan evaluasi diri. Anak mampu mengatur strategi dalam mengatur emosi serta menggunakan peraturan emosi untuk menunjukkan emosi positif.

Berdasarkan beberapa uraian mengenai karakteristik anak usia 5 - 6 tahun dapat disimpulkan, bahwa anak usia 5-6 tahun mampu mengenali emosi pada dirinya dan merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain sehingga mampu mengontrol emosinya. Emosi, yang berkaitan dengan evaluasi diri. Sebagai representasi dan bahasa meningkatkan, menggunakan strategi aktif untuk mengatur emosi. Mulai sesuai dengan aturan display emosional. Pada tahap ini juga anak dapat mengekspresikan apa yang di rasakan untuk menunjukkan kepada orang

lain. Maka, usia ini juga sudah mampu untuk berempati, sehingga akan lebih peka dengan perasaan orang lain. Tahapan ini didorong oleh inisiatif versus rasa bersalah dalam karakteristik ekspresi emosi anak 5-6 tahun.

B. Kajian Hasil Penelitian yang Relevan

Hasil penelitian yang relevan terhadap penelitian ini adalah penelitian Kinanthi Fathu Hidayati, S.Pd, sarjana Pendidikan Anak Usia Dini. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta pada tahun 2011. Penelitian ini berjudul "Ekspresi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun dalam Bermain Playdough". Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang dilakukan di TK Bahtera Ceria, Jakarta Timur pada tahun 2011. Tujuan Penelitian ini adalah untuk memperoleh data tentang ekspresi emosi yang muncul pada anak usia 5 – 6 tahun dalam kegiatan bermain playdough. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat tiga macam ungkapan ekspresi emosi yang muncul pada anak yaitu ekspresi wajah tingkah laku dan interaksi. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa kegiatan bermain playdough merupakan sarana anak untuk mengekspresikan emosinya serta melatih motorik halus anak. Selain itu, hasil penelitian ini berhubungan dengan penggunaan media dan peran guru dalam kegiatan bermain playdough.⁴⁰

⁴⁰Kinanthi Fathu Hidayati, S.Pd, *Ekspresi Emosi Anak Usia 5 - 6 Tahun dalam Bermain Playdough* (Jakarta: 2011)

Penelitian kedua, penelitian Sania Milzandi Djuwita, S.Pd, sarjana Pendidikan Anak Usia Dini.Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta pada tahun 2011.Penelitian ini berjudul “Ekspresi Emosi Anak Usia 7 - 8 tahun dengan Pola Asuh Permisif”. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif yang dilakukan di daerah Pisangan Lama, Jakarta Timur. Tujuan penelitian ini untuk memperoleh data tentang ekspresi emosi yang muncul pada anak 7 - 8 tahun dengan pola asuh permisif. Hasil penelitian ini bermanfaat bagi orang tua sebagai panduan dalam pola asuh untuk mengembangkan ekspresi emosi anak.⁴¹

Penelitian ketiga, penelitian Anggita Larassaty, S.Pd, sarjana Pendidikan Anak Usia Dini.Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta pada tahun 2011. Penelitian ini berjudul “Meningkatkan Kepercayaan Diri anak Usia 7 - 8 tahun Melalui kegiatan Tari Ballet” penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Tujuan penelitian ini untuk memperoleh data tentang peranan ballet dalam meningkatkan kepercayaan diri anak 7 - 8 tahun.⁴²

Hasil penelitian yang relevan terhadap penelitian keempat adalah penelitian Finanda Hafizah, S.Pd, sarjana Pendidikan Anak Usia Dini.Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta pada tahun

⁴¹Sania Milzandi Djuwita, S.Pd,*Ekspresi Emosi Anak Usia 7 - 8 Tahun dengan Pola Asuh Permisif* (Jakarta : 2011)

⁴²Anggita Larassaty, S.Pd,*Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Usia 7 - 8 tahun Melalui Kegiatan Tari Ballet*(Jakarta: 2011)

2015. Penelitian ini berjudul "Ekspresi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun dalam kegiatan bernyanyi". Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang dilakukan di TK Mini Pak Kasur, Jakarta Timur pada tahun 2014. Tujuan Penelitian ini adalah untuk memperoleh data tentang ekspresi emosi yang muncul pada anak usia 5 – 6 tahun dalam kegiatan bernyanyi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ungkapan ekspresi emosi yang dapat terlihat jelas muncul pada anak yaitu ekspresi wajah. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa kegiatan bernyanyi merupakan sarana anak untuk mengekspresikan emosinya.⁴³

Hasil penelitian yang relevan terhadap penelitian keempat adalah penelitian Aulia Uswatun, S.Pd, sarjana Pendidikan Anak Usia Dini. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta pada tahun 2015. Penelitian ini berjudul "upaya peningkatan kemampuan emosi anak usia 5-6 tahun melalui kegiatan bercerita kisah Nabi Muhammad *Shallallahu'alaihi wasalla* ." Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui bahwa kegiatan bercerita kisah Nabi Muhammad *Shallallahu'alaihi wasalla* dapat meningkatkan kemampuan emosi anak usia 5 - 6 tahun.⁴⁴

⁴³Finanda Hafizah, S.Pd, *Ekspresi Emosi Anak Usia 5 - 6 Tahun dalam kegiatan Bernyanyi* (Jakarta: 2015)

⁴⁴Aulia Uswatun, S.Pd, *Upaya Peningkatan Kemampuan Emosi Anak Usia 5 - 6 Tahun Melalui Kegiatan Bercerita Kisah Nabi Muhammad Shallallahu'alaihi wasalla* (Jakarta: 2015)