

Eksplorasi *Self-Esteem* Anggota Sanggar Tari Jitera Kreasi Indonesia: Peran Komunitas dalam Pembentukan Kepercayaan Diri

Sien Karsiya Sidik¹, Nadhira Rasendriya Pangestu², Asti Setyaningsih³, Isma Ira Lestari⁴, Siti Hikmah⁵

¹ UIN Walisongo Semarang, Indonesia

² UIN Walisongo Semarang, Indonesia

³ UIN Walisongo Semarang, Indonesia

⁴ UIN Walisongo Semarang, Indonesia

⁵ UIN Walisongo Semarang, Indonesia

Corresponding Author:

Nadhira Rasendriya Pangestu, UIN Walisongo Semarang, Indonesia

Email: 23070160013@student.walisongo.ac.id

Abstract.

Self-esteem and self-confidence are important aspects of psychological development in adolescents, particularly during the process of identity formation. Artistic activities, such as dance, can serve as a medium for self-expression and for strengthening self-worth through training experiences, performance, and social interaction within artistic communities. This study aims to explore how active involvement of adolescents in the Sanggar Jitera Kreasi Indonesia dance community shapes self-esteem, particularly through the dimensions of self-competence and self-liking. This study employed a qualitative phenomenological approach involving four active dance studio members aged 15–18 years who had participated in the community for at least one year. Data were collected through online in-depth interviews and analyzed using thematic analysis, including transcription, repeated reading, coding, categorization, and theme development. The findings indicate that participation in the dance studio enhances self-competence through mastery of dance techniques and continuous practice. Self-liking also increased due to social support from instructors, peers, and family, which strengthened self-acceptance and pride in one's identity as a dancer and fostered self-confidence. Adolescents were able to manage feelings of inferiority and social comparison within a supportive environment. These findings suggest that dance studio communities play a significant role not only in developing dance skills but also in enhancing adolescents' self-esteem. Supportive social environments, experiences of achievement, and validation from artistic communities are important factors in identity formation and self-worth development. Future studies are recommended to involve larger samples, use mixed-method approaches, and explore the roles of instructors and group dynamics to deepen understanding of the contribution of artistic communities to adolescent psychological development.

Keywords: Self-Esteem, Self-Confidence, Dance Studio, The Role of the Community

Abstrak.

Self-esteem dan kepercayaan diri merupakan aspek penting dalam perkembangan psikologis remaja dan dewasa awal, terutama dalam proses pencarian identitas. Aktivitas seni, seperti tari, dapat menjadi sarana untuk mengekspresikan diri dan memperkuat harga diri melalui pengalaman latihan, tampil, serta interaksi sosial dalam komunitas seni. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi bagaimana keterlibatan aktif remaja dalam komunitas Sanggar Jitera Kreasi Indonesia membentuk *self-esteem*, khususnya melalui *self-competence* dan *self-liking*. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi, melibatkan 4 anggota aktif sanggar berusia 15-18 tahun yang telah bergabung minimal satu tahun. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam secara *online* dan dianalisis secara tematik melalui transkripsi, pembacaan berulang, koding, pengelompokan kategori, dan pengembangan tema

utama. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan dalam sanggar tari meningkatkan *self-competence* melalui penguasaan teknik tari dan pengalaman latihan yang berkelanjutan. *Self-liking* juga meningkat karena dukungan sosial dari pelatih, teman sanggar, dan keluarga, yang memperkuat penerimaan diri dan rasa bangga terhadap identitas sebagai penari, serta menumbuhkan dan meningkatkan kepercayaan diri anggota komunitas sanggar tari. Remaja mampu mengelola perasaan minder atau perbandingan sosial melalui lingkungan yang suportif. Temuan ini menegaskan bahwa komunitas sanggar tari tidak hanya membentuk keterampilan menari tetapi juga berperan signifikan dalam pengembangan *self-esteem* remaja. Penelitian ini memberikan implikasi bahwa lingkungan sosial yang mendukung, pengalaman keberhasilan, dan validasi dari komunitas seni merupakan faktor penting dalam pembentukan identitas dan harga diri. Studi lanjutan disarankan menggunakan sampel lebih luas, metode campuran, serta mengeksplorasi peran pelatih dan dinamika kelompok untuk memperkuat pemahaman mengenai kontribusi komunitas seni terhadap perkembangan psikologis remaja anggota komunitas sanggar tari.

Kata kunci: *Self-Esteem*, Kepercayaan Diri, Sanggar Tari, Peran Komunitas

PENDAHULUAN

Self-esteem merupakan aspek penting dalam perkembangan psikologis, terlebih dalam kalangan remaja dan dewasa awal yang sedang menjalani proses pencarian identitas. *Self-esteem* adalah proses yang melibatkan penilaian individu terhadap kualitas yang dimilikinya dan berlangsung secara berkelanjutan di dalam diri manusia (Christia, 2007). Menurut Rosenberg (1965) *self-esteem* merupakan suatu penilaian yang bersifat positif maupun negatif mengenai diri sendiri. *Self-esteem* dapat dipahami sebagai cara individu melihat dirinya sendiri serta sebagai bagian dari penilaian diri.

Kepercayaan diri merupakan keadaan mental individu untuk mengevaluasi keseluruhan dirinya untuk memberikan kepastian terhadap kemampuannya sehingga dapat berusaha untuk meraih apa yang diinginkan (Rohmah, 2018). Kepercayaan diri adalah salah satu aspek penting yang perlu dimiliki oleh setiap individu, karena dengan memiliki kepercayaan diri yang kuat, individu bisa meraih kesuksesan yang diharapkan. Memiliki rasa percaya diri merupakan pendekatan yang aktif dan efisien dalam mengembangkan nilai-nilai internal dan harga diri (Olivantina, Olivantina & Suparno, 2018). Triningtyas (2016) yang menyatakan bahwa seorang penari tidak bisa menunjukkan kemampuannya secara optimal tanpa memiliki rasa percaya diri. Walaupun memiliki bakat yang luar biasa, performa seorang penari akan terasa kurang memuaskan jika tidak didukung oleh rasa percaya diri.

Tari adalah bentuk seni budaya nasional yang memiliki peran dalam kegiatan sosial. Tari memiliki peran sebagai alat pendidikan yang memerlukan proses panjang untuk memahami dan mempelajarinya. Gerakan dalam tari bukanlah gerakan yang realistik, tetapi merupakan gerakan ekspresif yang memiliki ritme tertentu sehingga dapat terlihat indah dan mampu mengungkapkan emosi manusia. Tari menyimpan unsur estetika yang bermanfaat untuk membentuk sikap serta karakter individu sebagai seseorang yang peka terhadap lingkungan sosial, budaya, dan

hubungan dengan Tuhan (Muryanto, 2020). Kegiatan tari dipandang sebagai sarana untuk mengekspresikan diri yang dapat berdampak pada pembentukan *self-esteem* melalui pengalaman dalam tampil, kemampuan, dan interaksi sosial di lingkungan seni.

Penelitian yang dilakukan oleh Juniarti & Firmansyah (2024) menunjukkan bahwa pengelompokan, koordinasi gerakan, serta bantuan antar siswa dalam membangun suasana yang mendorong individu untuk berani bereksperimen dan mengekspresikan diri. Proses latihan dalam kelompok dapat mengurangi rasa takut tampil, menambah keyakinan diri, dan secara perlahan membangun kepercayaan diri. Penelitian Safitri *et al.* (2025) yang menegaskan bahwa sanggar tari bertindak sebagai “ruang tumbuh” dimana individu mendapatkan pengakuan, peningkatan, keterampilan, dan merasa dihargai atas karya seni yang mereka ciptakan. Melalui latihan kolektif dan percakapan santai di antara para anggota, peserta akan merasakan rasa keterikatan yang dapat memperkuat harga diri mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana peran komunitas sanggar tari Jitera Kreasi Indonesia berkontribusi terhadap pembentukan *self-esteem*.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa komunitas sanggar tari tidak hanya berfungsi sebagai wadah pengembangan keterampilan seni, tetapi juga berpotensi menjadi lingkungan sosial yang mendukung pembentukan *self-esteem* individu melalui berbagai pengalaman, interaksi, dan apresiasi yang diperoleh selama proses berkesenian. Namun demikian, kajian mengenai bagaimana komunitas sanggar tari berperan dalam membentuk *self-esteem* masih perlu dikaji lebih mendalam, khususnya pada komunitas Sanggar Tari Jitera Kreasi Indonesia. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengeksplorasi peran komunitas Sanggar Tari Jitera Kreasi Indonesia dalam pembentukan *self-esteem* anggotanya sehingga dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian psikologi sosial, pendidikan, dan seni budaya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain fenomenologi untuk memahami pengalaman pribadi terkait pembentukan *self-esteem* dan peran komunitas sanggar tari dalam memperkuat rasa percaya diri. Subjek penelitian terdiri dari 4 orang yang dipilih menggunakan teknik *puposive sampling* dengan kriteria merupakan anggota aktif yang sudah bergabung minimal satu tahun, berusia 15 tahun ke atas, dan bersedia berpartisipasi untuk wawancara. Keempat subjek dipilih karena dianggap mampu memberikan informasi mengenai dinamika *self-esteem* dalam komunitas tari. Data diperoleh dari melalui wawancara secara mendalam yang dilaksanakan secara online melalui *video call* dan *google-meet* dengan waktu menyesuaikan subjek. Setiap wawancara berlangsung sekitar 20-30 menit pada setiap subjek,

serta keseluruhan proses wawancara direkam atas persetujuan subjek. Kemudian, data dianalisis menggunakan pendekatan fenomenologi tematik melalui langkah-langkah transkripsi wawancara, pembacaan berulang, koding, pengelompokan kategori, dan pengembangan dari tema utama yang menggambarkan pengalaman *self-esteem* dan peran komunitas tari pada anggota sanggar tari (Miles, Huberman & Saldana, 2014).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Wawancara dalam penelitian ini dilakukan terhadap empat subjek yang merupakan anggota aktif Sanggar Jitera Kreasi Indonesia. Pemilihan subjek didasarkan pada keterlibatan mereka secara langsung dalam berbagai kegiatan yang diselenggarakan oleh sanggar, sehingga diharapkan mampu memberikan informasi yang relevan dan mendalam terkait pengalaman mereka selama menjadi anggota. Keempat subjek tersebut berada pada rentang usia remaja, yang merupakan fase perkembangan penting dalam pembentukan identitas diri, kepercayaan diri, dan *self-esteem*. Meskipun berada pada kelompok usia yang relatif sama, masing-masing subjek memiliki latar belakang pengalaman yang berbeda, terutama dalam hal lama waktu bergabung dan tingkat keterlibatan dalam kegiatan sanggar. Perbedaan pengalaman tersebut menjadi pertimbangan penting untuk memperoleh variasi perspektif mengenai peran komunitas sanggar tari dalam proses pembentukan *self-esteem* anggota. Adapun profil masing-masing subjek yang menjadi responden dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Profil Subjek

Subjek	Usia	Lama Bergabung di Sanggar	Tingkat Sanggar
S1	18 tahun	6 tahun	Tingkat 5
S2	15 tahun	5 tahun	Tingkat 5
S3	15 tahun	9 tahun	Tingkat 5
S4	15 tahun	8 tahun	Tingkat 3

Hasil analisis data wawancara dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *self-esteem* para subjek terbentuk melalui dua aspek utama, yaitu *self-competence* dan *self-liking*. Kedua aspek tersebut muncul secara konsisten dalam pengalaman para anggota Sanggar Jitera Kreasi Indonesia, meskipun dengan bentuk dan tingkat yang berbeda-beda pada masing-masing subjek. *Self-competence* mengacu pada keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki, termasuk kemampuan untuk menghadapi tantangan, menyelesaikan tugas, serta mengembangkan potensi diri. Sementara itu, *self-liking* berkaitan dengan penerimaan diri, penghargaan terhadap diri sendiri, serta perasaan bahwa dirinya bernilai dan layak dihargai oleh lingkungan sekitar.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, seluruh subjek menunjukkan adanya perkembangan pada aspek *self-competence*. Hal tersebut terlihat dari kemampuan mereka dalam menguasai berbagai materi dan teknik tari yang diajarkan di sanggar, keberanian untuk tampil di depan umum, serta keyakinan bahwa mereka mampu mengikuti dan menyelesaikan setiap proses latihan yang diberikan. Selain itu, para subjek juga menunjukkan sikap terbuka terhadap evaluasi dan kritik yang diberikan oleh pelatih maupun sesama anggota sanggar. Kritik yang diterima tidak dipandang sebagai bentuk penolakan terhadap diri mereka, melainkan sebagai sarana pembelajaran dan perbaikan untuk meningkatkan kemampuan yang dimiliki. Sikap tersebut menunjukkan adanya kepercayaan diri dan keyakinan akan kemampuan untuk terus berkembang melalui proses latihan yang berkelanjutan.

Pada aspek *self-liking*, seluruh subjek memperlihatkan penerimaan diri yang positif terhadap identitas mereka sebagai penari dan anggota sanggar. Para subjek mengungkapkan perasaan bangga atas kemampuan yang berhasil mereka capai, merasa senang ketika memperoleh kesempatan tampil dalam berbagai kegiatan, serta merasakan adanya penghargaan dan pengakuan dari lingkungan sekitar. Dukungan yang diberikan oleh pelatih, teman-teman sesama anggota, keluarga, maupun masyarakat menjadi faktor yang turut memperkuat perasaan berharga dalam diri mereka. Selain itu, keterlibatan dalam komunitas sanggar juga memberikan ruang bagi para subjek untuk membangun hubungan sosial yang positif, sehingga mereka merasa diterima, dihargai, dan menjadi bagian penting dari kelompok.

Temuan ini menunjukkan bahwa proses pembentukan self-esteem pada anggota Sanggar Jitera Kreasi Indonesia tidak hanya dipengaruhi oleh keberhasilan dalam mengembangkan keterampilan tari, tetapi juga oleh pengalaman sosial yang diperoleh selama berinteraksi dalam komunitas. Pengalaman belajar, kesempatan untuk menunjukkan kemampuan, dukungan sosial, serta pengakuan dari lingkungan menjadi faktor-faktor yang berkontribusi dalam membangun keyakinan terhadap kemampuan diri (*self-competence*) dan penerimaan diri yang positif (*self-liking*). Untuk memperoleh gambaran yang lebih mendalam mengenai proses pembentukan self-esteem tersebut, berikut disajikan rincian hasil wawancara pada masing-masing subjek penelitian.

Tabel 2. Hasil *Self-Competence* dan *Self-Liking* Subjek

No.	<i>Self Competence</i>	<i>Self Liking</i>
S1	Menilai diri berkembang dan cukup mampu, terutama pada Tari Betawi	Merasa bangga menjadi penari dan percaya diri menampilkan kemampuan.
S2	Menganggap kemampuan belum maksimal tetapi menyadari adanya kemajuan yang signifikan.	Mengaku mulai lebih menerima diri setelah aktif tampil dan mengikuti latihan. Subjek juga bangga bisa menari di depan publik.

No.	<i>Self Competence</i>	<i>Self Liking</i>
S3	Merasa kompeten pada Tari Jaipong, percaya diri jika materi sesuai kemampuan.	Bangga terhadap identitasnya sebagai penari dan merasa menari adalah kelebihan utama yang dibanggakan, meski percaya diri rendah di luar konteks tari.
S4	Menilai kemampuan meningkat bertahap, percaya diri terutama pada tari Betawi.	Merasa bangga atas perubahan diri dari pemalu menjadi lebih percaya diri setelah bergabung di sanggar

Seluruh subjek menunjukkan peningkatan keyakinan terhadap kemampuan menari seiring dengan lamanya keterlibatan dalam latihan serta intensitas pengalaman tampil. Subjek merasakan bahwa kemampuan mereka semakin berkembang, terutama pada jenis tarian yang paling sering dilatih. Salah satu subjek menyampaikan, “Alhamdulillah beda banget, dari kecil sampai sekarang berkembang terus karena latihan” (S3). Subjek lain bahkan menyampaikan, bahwa saat ini ia tak hanya aktif latihan, tetapi juga mampu melatih dan membimbing anggota sanggar yang lain, “Selain latihan, aku malah sekarang seringnya bantu-bantu ngelatih anak sanggar sama yang ekskul di SD” (S1).

Penguasaan teknik tari tertentu juga menjadi sumber utama munculnya rasa percaya diri. Para subjek cenderung merasa lebih kompeten pada tarian yang telah menjadi basic skill mereka masing-masing, seperti jenis tari Betawi maupun tari Jaipong. Hal ini terlihat dari pernyataan subjek yang mengatakan, “Kalau aku *basic*-nya Betawi, jadi paling suka di tari itu” (S2) serta “Aku lebih merasa aku bisa tuh di Jaipongan kak... jadi sampai sekarang tuh aku merasa badanku ini badan Jaipong” (S3). Pengalaman ini menguatkan temuan bahwa rasa mampu muncul ketika individu bergerak di area keahlian yang paling familiar atau paling sering dilatih.

Kritik dan evaluasi dari pelatih pun turut berperan dalam pembentukan *self-competence*. Keempat subjek memaknai kritik sebagai sarana pembelajaran, bukan sekadar bentuk penilaian negatif. Salah satu subjek menegaskan “Pasti aku terima dong kritik dan saran yang positif...lebih termotivasi” (S4). Bahkan ketika ada kritik dengan kalimat yang cukup kasar, subjek masih dapat menerimanya, “itungannya termotivasi sih karena memang walaupun perkataannya kasar aku masih selalu mencoba mikir positif nya” (S2). Meskipun demikian, rasa minder sempat muncul pada situasi kompetitif seperti lomba, terutama ketika melihat kemampuan peserta lain. Subjek menyatakan, “Kalau liat peserta lain jago-jago kadang suka minder duluan” (S3). Namun, perasaan tersebut umumnya dapat dikelola melalui kesiapan latihan dan penguatan motivasi diri.

Pada aspek *self-liking*, para subjek menunjukkan penerimaan diri yang relatif positif. Keikutsertaan di sanggar membuat mereka merasa bernilai dan memiliki identitas yang membanggakan sebagai penari. Salah satu subjek menyatakan, “Aku merasa berarti sih di

sanggar ini, udaah ada lomba antar provinsi atau nasional apalagi aku diajak, merasa bangga dan berharga...” (S1). Subjek lain juga menyatakan pengalamannya yang paling membuatnya bangga, “Paling bangga karena udah masuk sebagai Penari Dinas Kebudayaan yang kemarin nari ke Bali” (S1). Rasa bangga juga muncul setelah memperoleh prestasi, terutama kemenangan lomba, yang dipersepsikan sebagai simbol pencapaian personal. Subjek mengungkapkan, “Happy sih karena akhirnya aku bisa tari tunggal, bener-bener happy banget akhirnya bisa” (S4).

Perasaan bangga, diterima, dan dihargai juga tak luput dari dukungan berbagi pihak. Teman sanggar, pelatih, dan keluarga memberi apresiasi yang membantu seluruh subjek memandang diri secara lebih positif. Bentuk dukungan ini ditampilkan melalui pernyataan subjek, “jadi aku suka kadang ngerasa takut kalo mencoba hal baru, tapi karena temen-temen aku, orang tua aku kaya nge support jadi aku kaya merasa berani gitu” (S2). Subjek lain juga menyampaikan bahwa anggota sanggar selalu saling support untuk membantunya percaya diri, “semuanya saling mendukung sih, bunda, teman teman, gaada yang kaya saingan gitu, semuanya saling support aja” (S1). Ungkapan S1 dan S2 menunjukkan bahwa dukungan lingkungan tidak hanya meningkatkan rasa percaya diri saat tampil, tetapi juga membantu subjek bangkit ketika mengalami ketakutan atau perasaan kurang mampu.

Meskipun demikian, terdapat momen tertentu yang memicu perasaan kurang berharga, terutama saat terjadi perbandingan dengan penari lain. Salah satu subjek mengungkapkan, “Jujur rasanya kecewa banget sih kak, kok dibandingin sih...emang kita belum cukup?” (S2). Namun, pengalaman tersebut tidak berkembang menjadi penilaian diri yang menetap, karena adanya dukungan yang positif dari lingkungan sanggar dan keluarga. Secara umum, keterlibatan dalam sanggar tari berkontribusi terhadap perkembangan *self-esteem*, baik dalam meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan menari (*self-competence*) maupun memperkuat rasa penerimaan serta penghargaan diri (*self-liking*).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan remaja dalam kegiatan sanggar tari berkontribusi signifikan terhadap peningkatan *self-esteem* mereka. Remaja yang aktif mengikuti latihan, tampil dalam pertunjukan, dan berinteraksi dengan komunitas sanggar melaporkan adanya peningkatan kepercayaan diri, rasa mampu, serta penghargaan terhadap diri sendiri. Kondisi ini dapat dipahami karena sanggar tari memberikan ruang bagi remaja untuk menunjukkan kemampuan, menerima umpan balik positif, serta merasakan pencapaian nyata. Selain itu, lingkungan sanggar yang mendukung, kooperatif, dan memiliki budaya penghargaan membuat remaja merasa lebih diterima, diakui, dan dihargai. Temuan ini mengindikasikan bahwa aktivitas seni, khususnya tari tidak hanya berfungsi sebagai kegiatan kreatif, tetapi juga sebagai sarana pembentukan identitas diri dan penguatan *self-esteem* pada masa remaja.

Temuan penelitian ini sejalan dengan berbagai teori perkembangan yang menekankan bahwa *self-esteem* remaja dibentuk melalui pengalaman keberhasilan, penerimaan sosial, dan validasi dari lingkungan sekitar. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa aktivitas seni pertunjukan dapat meningkatkan rasa percaya diri karena memberikan pengalaman mastery dan ekspresi diri (Kasmahidayat *et al.*, 2024). Studi lain juga menegaskan bahwa interaksi sosial dalam komunitas seni, seperti sanggar tari, mendukung pembentukan harga diri melalui umpan balik positif dan hubungan yang suportif (Schwender *et al.*, 2018). Selain itu, Nurfitri *et al.* (2025) menyatakan bahwa komunitas yang terstruktur dan memiliki pembina kompeten menjadi faktor pelindung bagi remaja dalam mengembangkan konsep diri yang sehat. Sementara itu, penelitian Pérez-Fuentes *et al.* (2019) menemukan bahwa remaja yang terlibat dalam komunitas kreatif lebih mampu mengekspresikan identitas personalnya dan cenderung memiliki *self-esteem* lebih stabil dibanding remaja yang tidak memiliki wadah komunitas. Dengan demikian, temuan penelitian ini memperkuat literatur yang ada, khususnya tentang pentingnya komunitas seni sebagai konteks sosial yang memfasilitasi perkembangan psikologis remaja.

Secara lebih mendalam, dinamika yang terjadi dalam komunitas sanggar tari menunjukkan bahwa proses peningkatan *self-esteem* remaja tidak hanya muncul dari latihan dan keterampilan teknis, tetapi juga dari kualitas relasi sosial yang terbentuk. Sanggar tari menyediakan struktur interaksi yang penuh kerja sama, mulai dari kegiatan latihan kelompok, diskusi koreografi, hingga persiapan pentas. Interaksi ini mendorong remaja untuk berlatih regulasi emosi, membangun rasa tanggung jawab, serta mengembangkan kemampuan komunikasi interpersonal. Selain itu, pengalaman tampil di depan publik memberikan kesempatan bagi remaja untuk menghadapi kecemasan, memperoleh validasi sosial, dan membangun rasa percaya akan kemampuan diri. Faktor kedewasaan emosional yang mulai berkembang pada rentang usia 15-18 tahun juga membuat remaja mampu memaknai pengalaman seni tersebut secara lebih reflektif. Oleh karena itu, peningkatan *self-esteem* bukan hanya hasil langsung dari kegiatan menari, tetapi juga buah dari proses pembelajaran sosial, emosional, dan identitas yang terjadi di dalam komunitas sanggar.

Temuan penelitian ini memberikan sejumlah implikasi praktis. Pertama, sanggar tari dapat dipandang sebagai ruang alternatif pengembangan diri bagi remaja, terutama mereka yang membutuhkan lingkungan positif untuk meningkatkan rasa percaya diri. Program-program sanggar dapat dikembangkan untuk secara lebih sadar mendukung aspek psikologis anggota, misalnya melalui sesi refleksi, mentoring, atau apresiasi rutin terhadap perkembangan individu. Kedua, orang tua dan pendidik dapat memanfaatkan kegiatan tari sebagai bagian dari strategi penguatan karakter, terutama dalam membantu remaja membangun *self-esteem* yang

lebih stabil. Ketiga, bagi pembina sanggar, hasil ini menekankan pentingnya pendekatan pelatihan yang tidak hanya berfokus pada teknik tari, tetapi juga pada proses pendampingan emosional dan sosial. Jika implikasi-implikasi ini diterapkan, sanggar tari berpotensi menjadi ekosistem pengembangan remaja yang jauh lebih komprehensif.

Berdasarkan temuan penelitian, beberapa rekomendasi dapat diajukan. Pertama, perlu adanya program pendukung yang secara eksplisit dirancang untuk menguatkan *self-esteem* remaja di lingkungan sanggar, misalnya melalui kegiatan *coaching*, *peer support*, atau *workshop* pengembangan diri. Kedua, penelitian lanjutan disarankan untuk mengeksplorasi variabel tambahan seperti dukungan orang tua, dinamika kelompok, atau kualitas relasi dengan pelatih yang mungkin memiliki kontribusi terhadap *self-esteem*. Ketiga, sanggar tari dapat memperluas kolaborasi dengan sekolah atau lembaga konseling untuk menciptakan model pembinaan remaja yang terintegrasi antara aspek seni, sosial, dan psikologis. Upaya-upaya ini diharapkan mampu memperkuat pemahaman tentang bagaimana komunitas seni dapat menjadi salah satu ruang strategis dalam mendukung perkembangan remaja secara holistik.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian, keterlibatan remaja dalam Sanggar Jitera Kreasi Indonesia tidak hanya mengembangkan keterampilan menari, tetapi juga berperan dalam meningkatkan *self-esteem*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman berlatih, tampil, dan berinteraksi dalam komunitas sanggar memperkuat keyakinan terhadap kemampuan diri (*self-competence*) serta meningkatkan penerimaan dan penghargaan terhadap diri sendiri (*self-liking*). Temuan penelitian mengungkap bahwa *self-esteem* remaja terbentuk melalui penguasaan keterampilan tari, dukungan sosial dari pelatih, teman, dan keluarga, serta lingkungan sanggar yang membantu mereka mengatasi rasa minder dan perbandingan sosial. Dengan demikian, Sanggar Jitera Kreasi Indonesia berkontribusi positif terhadap pembentukan *self-esteem* remaja. Penelitian ini menegaskan bahwa komunitas sanggar tari tidak hanya menjadi wadah pengembangan kreativitas, tetapi juga berfungsi sebagai lingkungan sosial yang mendukung perkembangan psikologis remaja melalui pengalaman keberhasilan, pengakuan, dan dukungan emosional. Namun, penelitian ini masih memiliki keterbatasan karena melibatkan jumlah partisipan yang terbatas dan berfokus pada satu komunitas sanggar. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan partisipan yang lebih beragam serta menggunakan metode yang lebih bervariasi agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai peran komunitas seni dalam pembentukan *self-esteem* remaja.

REFERENCE

- Christia, M. (2007). Inner voice dan self-esteem. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 11(1), 37-41. <https://doi.org/10.7454/mssh.v11i1.66>
- Juniarti, S., Firmansyah, D., & Siswanto, S. (2025). Strategi Pembelajaran Tari Ya Saman Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas Xii Ma Nurul Jannah Kecamatan Lembak. *Jurnal Seni Makalangan*, 12(1), 60-66.
- Kasmahidayat, Y., Barnas, B., & Nurdin, N. (2024). Model bermain peran sebagai upaya meningkatkan percaya diri dalam pembelajaran seni tari. *IMAJI Учредители: Universitas Negeri Yogyakarta*, 22(2), 176-185. <https://doi.org/10.21831/imaji.v22i2.66226>
- Miles, Matthew B., Huberman, A. Michael, Saldana, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*. Sage Publication.
- Muryanto. (2020). *Mengenal Seni Tari Indonesia*. Alprin.
- Nurfritri, A., Khuzaimah, U., & Saragih, E. F. (2025). Konsep Diri Dan Kepercayaan Diri Remaja Sanggar Tari Lembaga Kesenian Bunga Tanjung. *AN-NAFS*, 19(1), 10-17. [https://doi.org/10.25299/annafs.2025.vol19\(1\).21337](https://doi.org/10.25299/annafs.2025.vol19(1).21337)
- Olivantina, R. A., Olivantina, O., & Suparno, S. (2018). Peningkatan Kepercayaan Diri Anak Melalui Metode Talking Stick. *JPUD-Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 12(2), 331-340. <https://doi.org/10.21009/JPUD.122.14>
- Pérez-Fuentes, M. D. C., Molero Jurado, M. D. M., Gázquez Linares, J. J., Oropesa Ruiz, N. F., Simón Márquez, M. D. M., & Saracostti, M. (2019). Self-expressive creativity in the adolescent digital domain: Personality, self-esteem, and emotions. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(22), 4527. <https://doi.org/10.3390/ijerph16224527>
- Rohmah, J. (2018). Pembentukan kepercayaan diri anak melalui pujian. *Martabat*, 2(1), 117-134.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton university press.
- Safitri, S., Hikmah, N., Ginting, K. B., & Prabudi, M. I. (2025). Peran Sanggar Tari Sebagai Ruang Tumbuh Kreativitas dan Semangat Belajar Kesenian Anak-anak di Sanggar Melati Suci Binjai. *Mesada: Journal of Innovative Research*, 2(2), 726-736. <https://doi.org/10.61253/te8tbz20>
- Schwender, T. M., Spengler, S., Oedl, C., & Mess, F. (2018). Effects of dance interventions on aspects of the participants' self: a systematic review. *Frontiers in psychology*, 9, 1130. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01130>
- Triningtyas, D. A. (2016). Studi kasus tentang rasa percaya diri, faktor penyebabnya dan upaya memperbaiki dengan menggunakan konseling individual. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3(1).