

**PENERAPAN *QUANTUM LEARNING* DALAM PELATIHAN OLAH TUBUH
UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN MENARI
BAGI PESERTA PELATIHAN TINGKAT SD
DI SANGGAR SIGMA *DANCE THEATRE* INDONESIA**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

Meysafella Kartika Sari

1207617029

Skripsi yang Diajukan Kepada Universitas Negeri Jakarta untuk Memenuhi Salah
Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan

PENDIDIKAN TARI

FAKULTAS BAHASA DAN SENI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2021

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Meysafella Kartika Sari
NIM : 1207617029
Program Studi : Pendidikan Tari
Fakultas : Bahasa dan Seni
Judul Skripsi : Penerapan *Quantum Learning* Dalam Pelatihan Olah Tubuh Untuk Meningkatkan Keterampilan Menari Bagi Peserta Pelatihan Tingkat SD di Sanggar *Sigma Dance Theatre* Indonesia

DEWAN PENGUJI

Dosen Pembimbing 1



Dr. Dwi Kusumawardani, M.Pd.

NIP. 196808261993032002

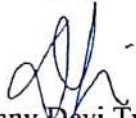
Dosen Pembimbing 2



Dra. Kartika Mutiarasari, M.Pd.

NIP. 196004161987032002

Ketua Penguji



Dr. Dinny Devi Triana, M.Pd.

NIP. 196812091995122001

Anggota Penguji



Dr. Deden Haerudin, M.Sn.

NIP. 197101022001121001

Jakarta, 2021

Dekan Fakultas Bahasa dan Seni
Universitas Negeri Jakarta



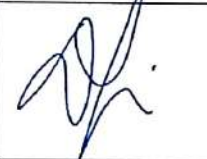



Dr. Hiliana Muliastuti, M.Pd.

NIP. 196805291992032001

LEMBAR BUKTI PENGESAHAN
PERBAIKAN LAPORAN HASIL KARYA TULIS

Nama : Meysafella Kartika Sari
No. Registrasi : 1207617029
Program Studi : Pendidikan Tari
Fakultas : Bahasan dan Seni
Tanggal Ujian : Senin, 26 Juli 2021

No.	Nama Dosen	Tanda Tangan	Tanggal Persetujuan
1.	Pembimbing 1 <u>Dr. Dwi Kusumawardani, M.Pd.</u> NIP. 196808261993032002		18 Agustus 2021
2.	Pembimbing 2 <u>Dra. Kartika Mutiarasari, M.Pd.</u> NIP. 196004161987032002		19 Agustus 2021
3.	Ketua Penguji <u>Dr. Dinny Devi Triana, M.Pd.</u> NIP. 196812091995122001		16/8 2021
4.	Anggota Penguji <u>Dr. Deden Haerudin, M.Sn.</u> NIP. 197101022001121001		18 Agustus 2021

Jakarta, 19 Agustus 2021
Koordinator Prodi Pendidikan Tari


Dr. Dwi Kusumawardani, M.Pd.
NIP. 196808261993032002

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini

Nama : Meysafella Kartika Sari
No. Registrasi : 1207617029
Program Studi : Pendidikan Tari
Fakultas : Bahasa dan Seni
Judul Skripsi : Penerapan *Quantum Learning* dalam Pelatihan Olah Tubuh untuk Meningkatkan Keterampilan Menari Bagi Peserta Pelatihan Tingkat SD di Sanggar Sigma *Dance Theatre* Indonesia

Menyatakan benar bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri. Apabila saya mengutip dari karya orang lain, maka saya mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Saya bersedia menerima sanksi dari Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Jakarta, apabila terbukti saya melakukan tindakan plagiat.

Demikian saya buat pernyataan ini dengan sebenarnya.

Bekasi, 28 Juli 2021



Meysafella Kartika Sari



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220

Telepon/Faksimili: 021-4894221

Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Meysafella Kartika Sari

NIM : 1207617029

Fakultas/Prodi : Fakultas Bahasa dan Seni Prodi Pendidikan Tari

Alamat email : meysafellaks@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Penerapan *Quantum Learning* Dalam Pelatihan Olah Tubuh Untuk Meningkatkan Keterampilan Merani Bagi Peserta Pelatihan Tingkat SD di Sanggar Sigma *Dance Theatre* Indonesia

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, Agustus 2021

Penulis

(Meysafella Kartika Sari)

LEMBAR PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk orang tua, adik-adik, keluarga, dan teman-teman seperjuangan yang telah memberikan perhatian, dukungan, dan doa . perhatian, dukungan, dan doa tersebut sangat membantu saya dalam meningkatkan semangat saya untuk menyelesaikan tugas skripsi ini dengan tepat waktu.

Meysafella Kartika Sari

ABSTRAK

Meysafella Kartika Sari, 1207617029, 2021. *Penerapan Quantum Learning Dalam Pelatihan Olah Tubuh Untuk Meningkatkan Keterampilan Menari Bagi Peserta Pelatihan Tingkat SD Di Sanggar Sigma Dance Theatre Indonesia.* Skripsi, Pendidikan Tari, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Jakarta.

Penelitian ini tentang penerapan *Quantum Learning* dalam pelatihan olah tubuh yang bertujuan untuk mendeskripsikan proses pelatihan olah tubuh peserta pelatihan dan untuk meningkatkan hasil belajar keterampilan menari tema fauna dan gerakan sehari-hari peserta pelatihan dengan penerapan *Quantum Learning* tingkat SD di Sanggar Sigma *Dance Theatre* Indonesia. Penelitian ini dilakukan karena adanya kondisi keterampilan menari peserta pelatihan dalam pelatihan olah tubuh yang kurang baik.

Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian tindakan dengan model Kemmis & McTaggart yang memiliki langkah perencanaan, pelaksanaan dan pengamatan yang dilakukan bersamaan, serta refleksi. Penelitian ini dilakukan dengan dua siklus yang berlangsung dari bulan Maret sampai Juli 2021 di Sanggar Sigma *Dance Theatre* Indonesia, Jatimakmur, Pondok Gede melalui pelatihan tatap muka. Sampel penelitian ini adalah peserta pelatihan tingkat SD, dengan jumlah 9 peserta pelatihan. Data diperoleh melalui observasi kegiatan pelatihan, pengamatan kegiatan peserta pelatihan, wawancara, dokumentasi, serta tes unjuk kerja tentang keterampilan menari. Analisis data dilakukan secara statistic deskriptif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan *Quantum Learning* dengan langkah TANDUR yang terdiri dari tumbuhkan, alami, namai, demonstrasikan, ulangi, dan rayakan dalam pelatihan olah tubuh dapat meningkatkan keterampilan menari peserta pelatihan tingkat SD. Berdasarkan nilai rata-rata hasil keterampilan menari peserta pelatihan, nilai siklus 1 meningkat 25,83% dari nilai pretes, dan nilai siklus 2 mengalami peningkatan 14,72% dari hasil nilai siklus 1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan info kepada mahasiswa atau guru, yang ingin melakukan penelitian lanjutan dengan menggunakan temuan penelitian ini.

Kata Kunci : *Quantum Learning*, Pelatihan Olah Tubuh, Keterampilan Menari.

ABSTRACT

Meysafella Kartika Sari, 1207617029, 2021. *Application of Quantum Learning in Exercise Training to Improve Dancing Skills of Elementary Level Training Participants at Sanggar Sigma Dance Theater Indonesia. Thesis, Dance Education, Faculty of Language and Arts, State University of Jakarta.*

This research is about the application of Quantum Learning in exercise training, which aims to describe the process of exercising trainees, and improving the dancing skills theme fauna and daily movement of the trainees by applying Quantum Learning in elementary level at the Sanggar Sigma Dance Theatre Indonesia. This research was conducted because of the condition of the trainees' dancing skills in exercise training that were unfavorable.

This research uses Kemmis and McTaggart's research methodology, which consists of planning, implementation and observation be carried out simultaneously, as well as reflection. This research was conducted in two cycles that took place from March to July 2021 at the Sigma Dance Theater Indonesia Studio, Jatimakmur, Pondok Gede via face-to-face training. The sample of this study was elementary school level training participants, with a total of 9 trainees. The data was acquired by observing the training activities, the participants' activity, interviews, documentation, and performance tests on the dancing skills. The Data Analysis was done with descriptive statistics.

The results showed that the application of Quantum Learning with a TANDUR steps consisting of growded, experience, naming, demonstrate, repeat, and celebrate in exercise training improved the dancing skills of the elementary level trainees. This conclusion is based on the average score of the trainees, the score of the first cycle increased 25,83% from the score of the pre-cycle, and the score of the second cycle increased by 14,72% from the results of the first cycle. The results of this research are expected to provide information to college students or teachers, who wish to conduct further research using the findings of this research.

Keywords: *Quantum Learning, Body Exercises, Dance Skills.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Penerapan *Quantum Learning* dalam Pelatihan Olah Tubuh Untuk Meningkatkan Keterampilan Menari Bagi Peserta Pelatihan Tingkat SD di Sanggar *Sigma Dance Theatre Indonesia*” .

Skripsi ini dibuat untuk memenuhi salah satu syarat akademis yang harus dilaksanakan, agar bisa memperoleh gelar Sarjana Strata Satu di Jurusan Pendidikan Tari, Universitas Negeri Jakarta.

Pada kesempatan ini, izinkanlah penulis menyampaikan rasa hormat dan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang dengan ikhlas meluangkan waktu dan tenaga untuk membantu dan mendukung penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, kepada:

1. Dr. Dwi Kusumawardani, M.Pd. selaku dosen pembimbing I dan Dra. Kartika Mutiarasari, M.Pd. selaku dosen pembimbing II yang dengan rela meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing dan memberikan arahan dan saran dalam penulisan skripsi ini dari awal hingga selesai.
2. Dr. Dinny Devi Triana, M.Pd. selaku ketua penguji dan Dr. Deden Haerudin, M. Sn. selaku anggota penguji yang telah meluangkan waktunya untuk menguji pada saat ujian skripsi.

3. Dr. Dwi Kusumawardani, M.Pd. selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Tari, Universitas Negeri Jakarta.
4. Dra. Rahmida Setiawati, MM. selaku dosen pembimbing akademik.
5. Seluruh dosen dan staff Program Studi Pendidikan Tari yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Penulis mengucapkan terima kasih atas ilmu yang diberikan dan juga atas kerja sama selama masa studi penulis di kampus.
6. Benny Krisnawardi, S.Sn. selaku pimpinan dan pelatih Sanggar Sigma *Dance Theatre* Indonesia yang juga sebagai kolaborator dalam penelitian skripsi.
7. Kedua orang tua, serta keluarga, yang telah memberikan dukungan moril maupun materi dan doa yang dipanjatkan kepada Allah SWT untuk penulis.
8. Seluruh teman-teman Pendidikan Tari angkatan 2017, terima kasih atas dukungan dan perhatian dari kalian semua untuk penulis.
9. Sahabat-sahabat yang telah memberikan dukungan dan semangat serta doa yang dipanjatkan kepada Allah SWT untuk penulis.
10. Serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah memberikan perhatian, dukungan, serta doa untuk penulis dalam menyelesaikan skripsi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan pengalaman dan pengetahuan penulis. Dengan segala kerendahan hati penulis mohon maaf atas kekurangan yang terdapat dalam penulisan. Akhir kata

penulis, berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak-pihak lain, khususnya di bidang tari.

Bekasi, 23 Juli 2021

MKS



DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PENGESAHAN PERBAIKAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
LEMBAR PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR GRAFIK.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah dan Fokus Penelitian	8
C. Pemabatasan Masalah dan Fokus Penelitian.....	8
D. Rumusan Masalah.....	9
E. Kegunaan Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	11
A. Deskripsi Teori dan Konsep.....	11
1. Teori Belajar Konstruktivisme dalam <i>Quantum Learning</i>	11
2. <i>Quantum Learning</i>	15
3. Pelatihan Olah Tubuh.....	21

4. Keterampilan Menari	26
5. Karakteristik Perkembangan Anak Usia 10-12 Tahun.....	30
B. Hipotesis Tindakan.....	35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	37
A. Tujuan Penelitian	37
B. Tempat dan Waktu Penelitian	37
1. Tempat Penelitian.....	37
2. Waktu Penelitian	38
C. Metode dan Desain Intervensi Tindakan.....	38
1. Metode Penelitian.....	38
2. Desain Intervensi Tindakan.....	40
D. Subjek Penelitian.....	45
E. Kolaborator	46
F. Peran dan Posisi Peneliti dalam Penelitian	46
G. Tahapan Intervensi Tindakan.....	46
H. Hasil Intervensi yang Diharapkan.....	51
I. Data dan Sumber Data	52
1. Data	52
2. Sumber Data	52
J. Instrumen Pengumpulan Data.....	54
1. Definisi Konseptual Keterampilan Menari	54
2. Definisi Operasional Keterampilan Menari	54
3. Kisi-Kisi Instrumen Penilaian Keterampilan Menari.....	55
4. Instrumen Penilaian Keterampilan Menari	56
K. Teknik Pengumpulan Data.....	57
1. Observasi atau Pengamatan.....	58
2. Wawancara.....	58
3. Tes.....	59

4. Dokumentasi	59
L. Teknik Pemeriksaan Keterpercayaan Data.....	60
M. Analisis Data dan Interpretasi Hasil Analisis.....	61
1. Analisis Data	61
2. Interpretasi Hasil Analisis	64
N. Tindak Lanjut atau Pengembangan Perencanaan Tindakan.....	64
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	65
A. Latar Penelitian	65
B. Deskripsi Data Hasil Penelitian	67
1. Kondisi Awal	67
2. Tindakan Siklus 1.....	72
a. Pertemuan 1.....	73
b. Pertemuan 2.....	82
c. Pertemuan 3.....	91
d. Pertemuan 4.....	101
3. Kondisi Setelah Tindakan Siklus 1	110
4. Tindakan Siklus 2.....	115
a. Pertemuan 1.....	115
b. Pertemuan 2.....	123
c. Pertemuan 3	131
5. Kondisi Setelah Tindakan Siklus 2	138
C. Pembahasan Hasil Penelitian	146
1. Proses Penerapan Quantum Learning dalam Pelatihan Olah Tubuh	146
2. Hasil Belajar Penerapan Quantum Learning dalam Pelatihan Olah Tubuh	151
BAB V PENUTUP.....	158

A. Kesimpulan	158
B. Implikasi.....	159
C. Saran.....	159
DAFTAR PUSTAKA	161
LAMPIRAN.....	167



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Tabel Jadwal Tindakan Siklus 1 dan 2	38
Tabel 3.2 Tabel Indikator Pencapaian Per Siklus	51
Tabel 3.3 Tabel Kisi-kisi Instrumen Penilaian Keterampilan Menari	55
Tabel 3.4 Tabel Taraf Keberhasilan Tindakan	64
Tabel 4.1 Tabel Hasil Penilaian Pre-Test Keterampilan Menari Peserta Pelatihan	69
Tabel 4.2 Tabel Hasil Penilaian Siklus 1 Keterampilan Menari Peserta Pelatihan	110
Tabel 4.3 Tabel Hasil Peningkatan Nilai Keterampilan Menari Peserta Pelatihan pada Pre-Test dan Siklus 1	112
Tabel 4.4 Tabel Hasil Penilaian Siklus 2 Keterampilan Menari Peserta Pelatihan	139
Tabel 4.5 Tabel Hasil Peningkatan Nilai Keterampilan Menari Peserta Pelatihan pada Pre-Test, Siklus 1, dan Siklus 2	140
Tabel 4.6 Tabel Peningkatan Nilai Rata-rata Aspek Wiraga, Wirama, dan Wirasa pada Pre-Test, Siklus 1, dan Siklus 2	144

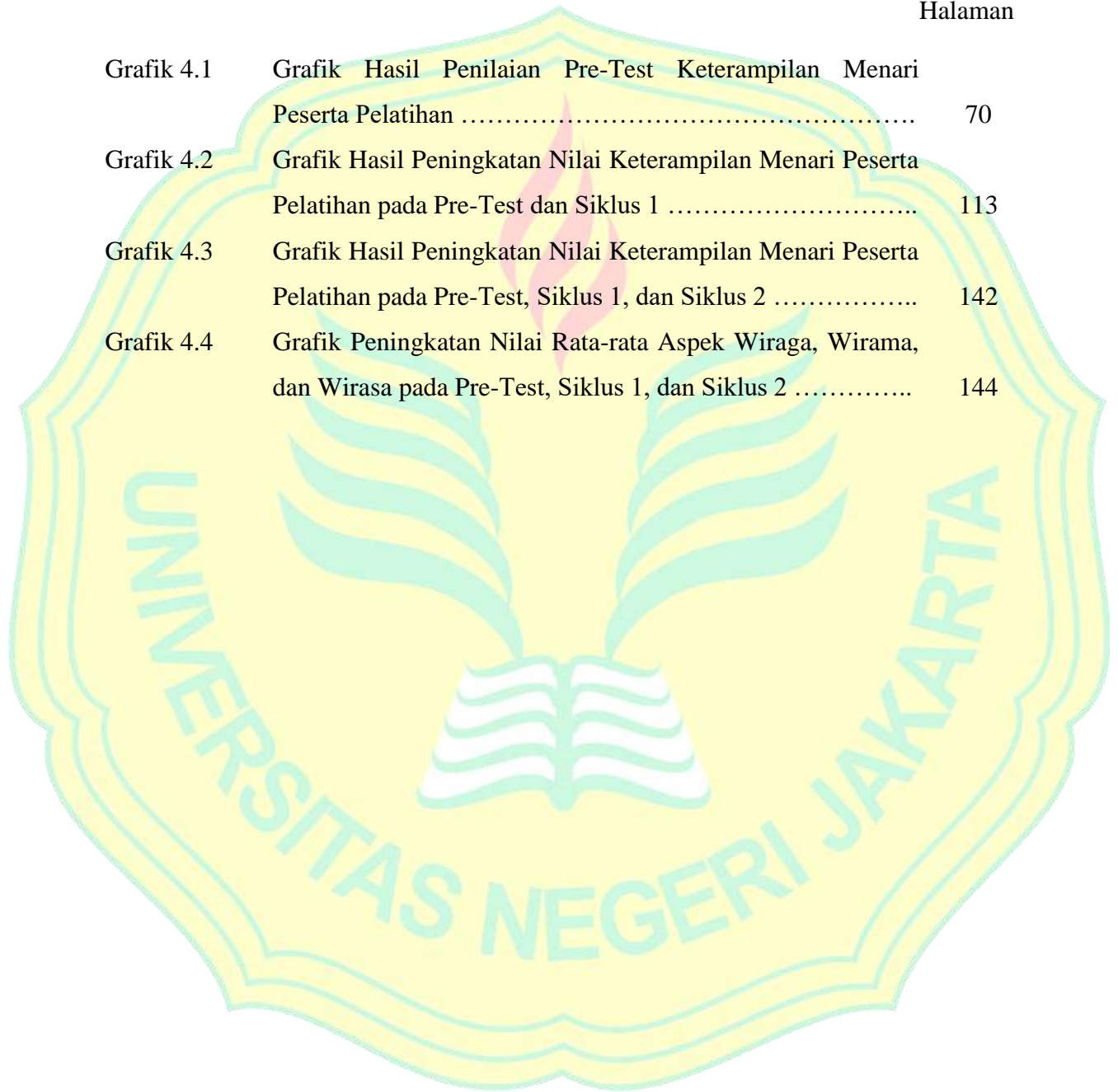
DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1	
Desain Rancangan Pelaksanaan Penelitian Tindakan Model Spiral Kemmis & McTaggart	41



DAFTAR GRAFIK

	Halaman
Grafik 4.1	Grafik Hasil Penilaian Pre-Test Keterampilan Menari Peserta Pelatihan 70
Grafik 4.2	Grafik Hasil Peningkatan Nilai Keterampilan Menari Peserta Pelatihan pada Pre-Test dan Siklus 1 113
Grafik 4.3	Grafik Hasil Peningkatan Nilai Keterampilan Menari Peserta Pelatihan pada Pre-Test, Siklus 1, dan Siklus 2 142
Grafik 4.4	Grafik Peningkatan Nilai Rata-rata Aspek Wiraga, Wirama, dan Wirasa pada Pre-Test, Siklus 1, dan Siklus 2 144



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1	Jadwal Penelitian 167
Lampiran 2	Pedoman Wawancara 169
Lampiran 3	Pedoman Observasi Keterampilan Menari 172
Lampiran 4	Surat Keterangan Validasi Ahli 1 173
Lampiran 5	Surat Keterangan Validasi Ahli 2 174
Lampiran 6	Rubrik Penilaian 175
Lampiran 7	Rancangan Pelaksanaan Pelatihan (RPP) Siklus 1 179
Lampiran 8	Rancangan Pelaksanaan Pelatihan (RPP) Siklus 2 199
Lampiran 9	Transkrip Wawancara 213
Lampiran 10	Hasil Penilaian Pre-Test 221
Lampiran 11	Hasil Penilaian Siklus 1 222
Lampiran 12	Hasil Penilaian Siklus 2 223
Lampiran 13	Daftar Hadir Peserta Pelatihan 224
Lampiran 14	Hasil Diskusi Pelaksanaan Triangulasi 225
Lampiran 15	Deskripsi Motif Gerak Olah Tubuh 226
Lampiran 16	Dokumentasi 236
Lampiran 17	Surat Izin Penelitian 241
Lampiran 18	Surat Izin Kolaborator dan Keterangan Penelitian 241
Lampiran 19	Kartu Bimbingan 242
Lampiran 20	Biodata Penulis 252

