

**MENINGKATKAN INHIBISI
MELALUI KEGIATAN PEMBELAJARAN TARI
DENGAN MODEL PEMBELAJARAN KONTEKSTUAL
PADA SISWA KELAS XI-C DI SMA NEGERI 11 JAKARTA**



Intelligentia - Dignitas

Faisa Fauztafika

1207621042

SKRIPSI

Skripsi yang diajukan kepada Universitas Negeri Jakarta untuk memenuhi
Salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN TARI

FAKULTAS BAHASA DAN SENI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JULI, 2025

The logo of Universitas Negeri Jakarta is a large, light blue watermark in the background. It features a central torch with a pink flame, flanked by two stylized blue wings. Below the torch is a blue fountain pen nib. The entire emblem is enclosed within a yellow shield-like shape with a blue border. The text "UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA" is written in blue capital letters along the bottom curve of the shield.

**MENINGKATKAN INHIBISI
MELALUI KEGIATAN PEMBELAJARAN TARI
DENGAN MODEL PEMBELAJARAN KONTEKSTUAL
PADA SISWA KELAS XI-C DI SMA NEGERI 11 JAKAR**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Faisa Fauztafika
No. Registrasi : 1207621042
Program Studi : Pendidikan Tari
Fakultas : Fakultas Bahasa dan Seni
Judul Skripsi : Meningkatkan Inhibisi Melalui Kegiatan Pembelajaran Tari
Dengan Model Pembelajaran Kontekstual Pada Siswa Kelas
XI-C di SMAN 11 Jakarta

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji, dan diterima sebagai salah satu persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Jakarta.

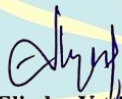
DEWAN PENGUJI

Pembimbing I



Ojang Cahyadi, S.Sn., M.Pd.
NIP. 196708082005011001

Penguji I



Prof. Dr. Elindra Yetti, M.Pd.
NIP. 196807022000032001

Dekan
Fakultas Bahasa dan Seni



Dr. Samsi Setiadi, M.Pd.
NIP. 197710082005011002

Pembimbing II



Dr. Deden Haerudin, S.Sn., M.Pd.
NIP. 197101022001121001

Penguji II



Drs. Ida Bagus Ketut Sudiasa, M.Sn.
NIP. 196305201992031005

Ketua Penguji



Prof. Dr. Elindra Yetti, M.Pd.
NIP. 196807022000032001

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Faisa Fauztafika
No. Registrasi : 1207621042
Program Studi : Pendidikan Tari
Fakultas : Bahasa dan Seni
Judul Skripsi : Meningkatkan Inhibisi Melalui Kegiatan Pembelajaran
Tari Dengan Model Pembelajaran Kontekstual Pada Siswa
Kelas XI-C di SMA Negeri Jakarta

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

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 11 Juli 2025



Faisa Fauztafika

1207621042



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

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 : Faisa Fauztafika

NIM : 1207621042

Fakultas/Prodi : Bahasa dan Seni/Pendidikan Tari

Alamat email : faisafauztafika@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Meningkatkan Inhibisi Melalui Kegiatan Pembelajaran Tari Dengan Model Pembelajaran Kontekstual Pada Siswa Kelas XI-C Di SMA Negeri 11 Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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, 05 September 2025

Penulis


(Faisa fauztafika)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur dan kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Allah SWT, atas segala nikmat kekuatan dan kemudahan yang senantiasa diberikan dalam proses kehidupan, khususnya selama penyusunan skripsi ini.
2. Kepada keluarga penulis yaitu mama, papa, dan adik Jihan Farhana dan Nadine Moura Shahnaz terimakasih karena selalu membersamai penulis, memberikan dukungan, doa terbaik dan semangat yang tiada henti baik dari segi moril maupun materil hingga penulis bisa menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Fermi Fahmi, S.Pd., selaku guru seni budaya SMAN 11 Jakarta yang sudah memberikan kesempatan dan membantu penulis selama penelitian berlangsung hingga skripsi ini dapat selesai dengan baik.
4. Kelas XI-C yang telah membantu dan menjadi bagian dalam penelitian skripsi ini.
5. Kepada teman terdekat penulis Afifah Rahmawati, Windy Auliatiwi, dan Alfa Dwi Agustin terimakasih karena telah membersamai penulis serta memberikan dukungan, masukan, dan semangatnya kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Segenap civitas akademika Program Studi S1 Pendidikan Tari UNJ angkatan 2021 yang telah menjadi teman diskusi, berjuang bersama-sama, dan berbagi semangat dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
7. Kepada Achmad Sidqi Akmal seseorang yang selalu menemani setiap proses yang saya lalui selama ini, memberikan dukungan tanpa henti, memberikan semangat serta kebahagiaan sederhana untuk saya. Terimakasih telah menemani proses dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Terakhir, untuk diriku sendiri, Faiza Fauztafika. Terima kasih telah bertahan dan tidak menyerah, meski proses ini tak selalu mudah. Semoga skripsi ini menjadi langkah kecil yang berarti, bukan sekadar syarat kelulusan, tetapi wujud penghargaan atas setiap perjuangan yang telah dijalani.

KATA PENGANTAR

Puji serta syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini yang berjudul “Meningkatkan Inhibisi Melalui Kegiatan Pembelajaran Tari Dengan Model Pembelajaran Kontekstual pada Siswa Kelas XI-C di SMAN 11 Jakarta” skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan dan sebagai salah satu langkah untuk meningkatkan kualitas pembelajaran seni tari di SMAN 11 Jakarta, khususnya dalam meningkatkan inhibisi siswa melalui penerapan model pembelajaran kontekstual.

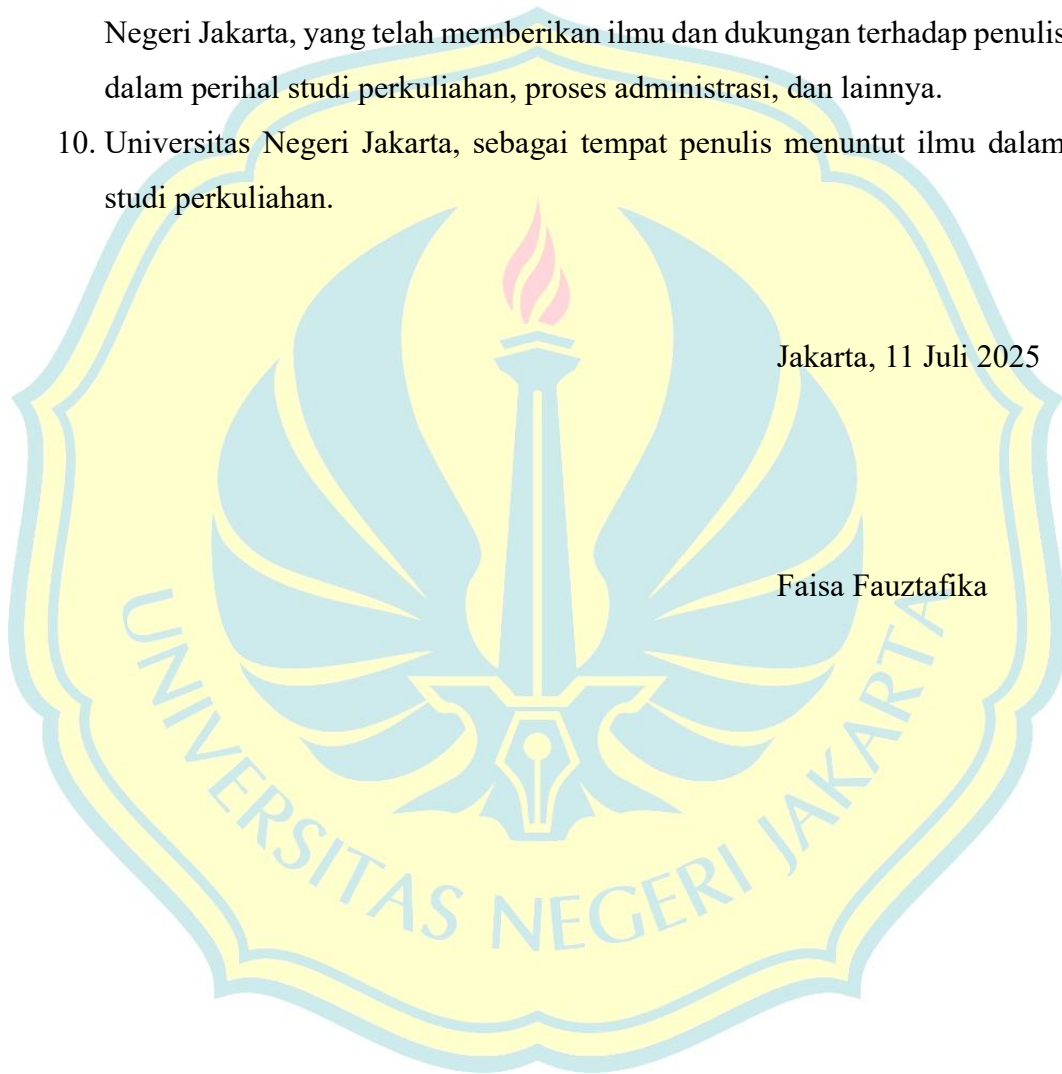
Dalam proses penyusunan skripsi ini, peneliti menghadapi berbagai hambatan, namun penulis merasa bersyukur karena ALLAH SWT selalu memberikan keberkahannya dan penulis menyadari bahwa keberhasilan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Ojang Cahyadi, S.Sn, M.Pd. selaku dosen pembimbing I yang senantiasa membimbing, memberikan arahan, dan masukan berharga selama proses penyusunan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Deden Haerudin, M.Sn. selaku dosen pembimbing II yang senantiasa membimbing, memberikan arahan, dan masukan berharga selama proses penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Dr. Romi Nursyam, S.Sn., M.Sn., selaku Koordinator Program Studi S1 Pendidikan Tari yang selalu memberikan dukungannya terhadap penulis.
4. Ibu Prof. Dr. Dinny Devi Triana, S.Sn., M.Pd. selaku dosen pembimbing akademik yang selalu memberikan dukungan terhadap penulis.
5. Ibu Prof. Dr. Elindra Yetti, M.Pd., selaku dosen penguji I yang senantiasa memberikan masukan, kritik, serta saran terhadap penulisan skripsi ini.
6. Drs. Ida Bagus Ketut Sudiasa, M.Sn., selaku dosen penguji II yang senantiasa memberikan masukan, kritik, serta saran terhadap penulisan skripsi ini.

7. Ibu Dr. Phill. Zarina Akbar, M.Psi., Psikolog, selaku ahli psikologi yang telah membantu serta memberikan arahan terhadap instrumen penelitian hingga akhirnya skripsi ini dapat selesai dengan baik.
8. Segenap Guru dan Staff SMAN 11 Jakarta yang telah menyambut baik dan memberikan izin penulis untuk melakukan penelitian ini.
9. Segenap Dosen dan Staff Program Studi S1 Pendidikan Tari Universitas Negeri Jakarta, yang telah memberikan ilmu dan dukungan terhadap penulis dalam perihal studi perkuliahan, proses administrasi, dan lainnya.
10. Universitas Negeri Jakarta, sebagai tempat penulis menuntut ilmu dalam studi perkuliahan.

Jakarta, 11 Juli 2025

Faisa Fauztafika



DAFTAR ISI

COVER	i
JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR GRAFIK	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Batasan Penelitian	6
1.5 Manfaat Penelitian.....	7
1.6 Keaslian Penelitian (<i>State of The Art</i>)	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Kajian Teori	9
2.2 Kajian Konsep	10
2.2.1 Inhibisi	10
2.2.2 Pembelajaran Tari	16
2.2.3 Model Pembelajaran Kontekstual.....	20
2.3 Hipotesis Penelitian.....	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	28
3.1 Metode Penelitian.....	28
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	30

3.3 Prosedur Penelitian.....	30
3.4 Data dan Sumber Data.....	32
3.5 Tahapan Intervensi Tindakan.....	33
3.6 Instrumen Penelitian.....	36
3.7 Teknik Pengumpulan Data.....	42
3.8 Teknik Analisis Data.....	42
3.9 Teknik Keabsahan Data.....	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	46
4.1 Deskripsi Data	46
4.1.1 Kondisi Awal.....	46
4.1.2 Siklus I.....	49
4.1.3 Siklus II.....	65
4.2 Pembahasan Hasil Analisis.....	81
4.3 Interpretasi Hasil Analisis.....	87
4.4 Pembahasan Penemuan Penelitian	89
4.4.1 Proses Penerapan Model Pembelajaran Kontekstual.....	89
4.4.2 Hasil Peningkatan Inhibisi Melalui Model Pembelajaran Kontekstual	91
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	93
5.1 Kesimpulan.....	93
5.2 Saran.....	93
DAFTAR PUSTAKA.....	95
LAMPIRAN.....	99

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Tindakan Siklus I.....	34
Tabel 3. 2 Keterangan Skala 1-4	37
Tabel 3. 3 Kisi-kisi Instrumen.....	37
Tabel 3. 4 Instrumen Penelitian.....	38
Tabel 3. 5 Rubrik Instrumen.....	39
Tabel 4. 1 Nilai Pra Siklus.....	47
Tabel 4. 2 Perencanaan Pelaksanaan Tindakan I.....	50
Tabel 4. 3 Nilai Siklus I.....	62
Tabel 4. 4 Perencanaan Pelaksanaan Tindakan II	66
Tabel 4. 5 Nilai Siklus II	78
Tabel 4. 6 Peningkatan Nilai Siswa.....	84



DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Model Penelitian Tindakan Kurt Lewin.....	30
Gambar 3. 2 Rumus Uji N-Gain	44
Gambar 3. 3 Klasifikasi nilai normalitas gain.....	44
Gambar 4. 1 Observasi & Penilaian Pra siklus	46
Gambar 4. 2 Pertemuan 1 Siklus I	59
Gambar 4. 3 Pertemuan 2 Siklus I	59
Gambar 4. 4 Pertemuan 3 Siklus I	60
Gambar 4. 5 Pertemuan 4 Siklus I	61
Gambar 4. 6 Pertemuan 4 Siklus I	61
Gambar 4.7 Pertemuan 1 Siklus II	75
Gambar 4.8 Pertemuan 2 Siklus II	75
Gambar 4. 9 Pertemuan 3 Siklus II	76
Gambar 4. 10 Pertemuan 4 Siklus II	77



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Penelitian	100
Lampiran 2 Modul Ajar Siklus I	101
Lampiran 3 Modul Ajar Siklus II	112
Lampiran 4 Lembar Penilaian Pra Siklus	123
Lampiran 5 Lembar Penilaian Siklus I	127
Lampiran 6 Lembar Penilaian Siklus II	131
Lampiran 7 Pedoman Wawancara Guru Seni Budaya Kelas XI	135
Lampiran 8 Pedoman Wawancara Peserta Didik Kelas XI-C	137
Lampiran 9 Surat Izin Penelitian	139
Lampiran 10 Surat Keterangan Validasi Instrumen	140
Lampiran 11 Kartu Bimbingan Skripsi	141
Lampiran 12 Biodata Penulis	145



DAFTAR GRAFIK

Grafik 4. 1 Penilaian Hasil Pra Siklus.....	48
Grafik 4. 2 Penilaian Hasil Siklus I.....	63
Grafik 4. 3 Penilaian Hasil Siklus II	79
Grafik 4. 4 Penilaian Hasil Keseluruhan.....	85



ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan inhibisi melalui pembelajaran tari dengan penerapan model pembelajaran kontekstual. Salah satu penyebab rendahnya kemampuan inhibisi siswa adalah kurangnya mengontrol emosi atau tindakan siswa didalam kelas sehingga dapat menghambat proses belajar siswa. Subjek dari penelitian ini yaitu kelas XI-C di SMAN 11 Jakarta. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus. Model yang digunakan yaitu model penelitian Kurt Lewin dengan empat tahapan tindakan berisikan (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi, (4) refleksi. Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian yang divalidasi oleh ahli dengan aspek inhibisi yaitu kognitif, perilaku, dan emosional. Dalam penelitian ini mendapatkan hasil yang menunjukkan bahwa dengan penerapan model pembelajaran kontekstual dapat meningkatkan inhibisi melalui pembelajaran tari di kelas XI-C SMAN 11 Jakarta.

Kata kunci: inhibisi, pembelajaran tari, model kontekstual



ABSTRACT

This study was conducted with the aim of improving students' inhibition through dance learning by applying the Contextual Teaching and Learning (CTL) model. One of the factors contributing to students' low inhibition ability is the lack of emotional and behavioral control in the classroom, which can hinder the learning process. The subject of this research was Class XI-C at SMAN 11 Jakarta. This study employed a Classroom Action Research (CAR) method, carried out in two cycles. The research model used was Kurt Lewin's model, which consists of four stages: (1) planning, (2) action, (3) observation, and (4) reflection. The research instrument was validated by experts and focused on aspects of inhibition, namely cognitive, behavioral, and emotional. The results of this study indicate that the application of the contextual learning model can effectively improve students' inhibition through dance learning in Class XI-C at SMAN 11 Jakarta.

Keywords: *inhibition, dance learning, contextual model*

