

**PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN INKUIRI GUNA  
MENGGUGAH SISWA MENINGKATKAN AKTIVITAS FISIK DALAM  
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi sebagian dari Syarat Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi



Oleh :  
**Pita Hudaya**  
**1403634**

**PROGRAM STUDI**  
**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI**  
**DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA**  
**FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**  
**2019**

**LEMBAR HAK CIPTA**

**PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN INKUIRI GUNA  
MENGGUGAH SISWA MENINGKATKAN AKTIVITAS FISIK DALAM  
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI**

oleh  
Pita Hudaya

Sebuah Skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat  
untuk memperoleh gelar Sarjana Pada Fakultas Pendidikan Olahraga  
Kesehatan

©Pita Hudaya 2019  
Universitas Pendidikan  
Indonesia  
April 2019

Hak Cipta dilindungi  
undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau  
sebagian, dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau  
cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN**

**PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN INKUIRI GUNA  
MENGGUGAH SISWA MENINGKATKAN AKTIVITAS FISIK DALAM  
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI**

Skripsi ini telah disahkan dan disetujui oleh:

**Pembimbing I**

**Dr. H. Amung Ma'mun, M. Pd**  
**NIP.196001191986031002**

**Pembimbing II**

**Dr. Bambang Abduljabar, M. Pd**  
**NIP.196509091991021001**

**Mengetahui,**  
**Ketua Program Studi**  
**Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**  
**FPOK UPI**

**Dr. Yudy Hendrayana, M. Kes., AIFO.**  
**NIP. 1962071819880331004**





## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT yang mana atas berkat, rahmat dan ridho-Nyalah saya dapat menyelesaikan skripsi ini yang diajukan untuk tugas akhir berjudul **“Penerapan Model Pembelajaran Inkuiri guna Menggugah Siswa Meningkatkan Aktivitas Fisik dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani”**. Saya mengucapkan terima kasih kepada teman-teman dan dosen yang telah memberikan dukungan kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Saya menyadari bahwa dalam menyusun skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu dengan hati yang terbuka , saya mengharapkan kritik serta saran yang membangun guna kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Penulis

Pita Huda

## UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam penyelesaian skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, oleh karena itu dalam kesempatan yang baik ini perkenankan penulis untuk mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak **Prof. Dr. H. Adang Suherman, M.A.** selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Bapak **Dr. Yudy Hendrayana, M. Kes., AIFO.** selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
3. Bapak **Dr. H. Amung Ma'mun, M. Pd.** selaku dosen pembimbing I yang telah mendorong, membimbing, serta memberikan arahan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak **Dr. Bambang Abduljabar, M. Pd.** selaku Dosen Pembimbing Akademik serta dosen pembimbing skripsi II yang telah mendorong, membimbing, serta memberikan arahan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Kepada Papah **Aep Miftahul Huda dan Mamah Ade Kamilah** dan **Teteh Epi Sopyani** yang telah memberikan dorongan moril maupun materil selama penulis menimba ilmu di FPOK UPI.
6. Kepada tunangan saya **Sertu Wahyu Danar Setiawan** yang selalu memberikan semangat, dorongan, doa berikut motivasi kepada saya.
7. Kepada sahabat-sahabat saya PJKR 2014 yang menjadi teman seperjuangan.
8. Sahabat-sahabat saya di dekat rumah yang selalu mendoakan dan membantu penulis melakukan penelitian.
9. Kepada Staf dan DOSEN di FPOK UPI yang turut memberikan doa kepada penulis.
10. Kepada staf dan karyawan di lingkungan UPI yang turut memberikan doa kepada penulis.

Penulis panjatkan puji dan syukur kepada Allah SWT, dan mendoakan semoga yang telah membantu dalam penulisan dan menyusun skripsi ini mendapatkan imbalan yang sebaik-baiknya. Amin.

Penulis

Pita Hudaya



## ABSTRAK

### PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN INKUIRI GUNA MENGGUGAH SISWA MENINGKATKAN AKTIVITAS FISIK DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI

Oleh:  
**Pita Hudaya**

**1403634**

Skripsi ini dibimbing oleh:

**Dr. H. Amung Mamun M,Pd dan Dr. Bambang Abduljabar, M. Pd**

Dalam rangka meningkatkan Aktivitas fisik siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani diperlukan model pembelajaran yang harus diterapkan oleh seorang pengajar. Salah satu model yang dapat digunakan adalah model inkuiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan model inkuiri untuk meningkatkan Aktifitas fisik siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode eksperimen. Populasi penelitian adalah siswa kelas VIII SMPN 40 Bandung. Sampel penelitian adalah sampel dengan menggunakan total populasi sebanyak 59 siswa. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner (Angket) lalu memberika treatment model pembelajaran inkuiri khususnya dalam permainan bolabasket. Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data didapat hasil pengujian homogenitas tabel  $F_{tabel}$  dengan  $\alpha = 0,05$  adalah 1,835. Karena nilai  $F_{hitung}$  (1,514)  $< F_{tabel}$  (1,835), maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima atau dapat dinyatakan data homogen. Dan tabel  $F_{tabel}$  dengan  $\alpha = 0,05$  adalah 1,835. Karena nilai  $F_{hitung}$  (2,585)  $> F_{tabel}$  (1,835), maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima atau dapat dinyatakan data homogen. Karena  $n_1$  dan  $n_2$  tidak sama, tetapi varian homogen, maka pengujian t-test menggunakan rumus 9.12 polled varian yaitu dengan hasil  $T_{hitung}$  1,81  $> T_{tabel}$  1,701.

***Kata Kunci : Model Pembelajaran Inkuiri, Aktivitas Fisik, dan Bolabasket***

## **ABSTRACT**

### ***THE APPLICATION OF INQUIRY LEARNING MODELS TO INSPIRE STUDENTS TO INCREASE PHYSICAL ACTIVITY IN PHYSICAL EDUCATION LEARNING***

By:

**Pita Hudaya**

**1403634**

This thesis is guided by:

**Dr. h. Amung Mamun M, Pd and Dr. Bambang Abduljabar, M. Pd**

*To increase the physical activity of students in physical education learning a learning model is needed that must be applied by a teacher. One model that can be used is the inquiry model. This study aims to determine the application of inquiry models to increase physical activity of students in physical education learning. The method used in the research is the experimental method. The study population was VIII grade students of SMPN 40 Bandung. The research sample was a sample using a total population of 59 students. The research instrument used was a questionnaire (questionnaire) and then given treatment to the inquiry learning model, especially in basketball games. Based on the results of processing and analysis of data obtained the results of testing the homogeneity table  $F_{table}$  with  $\alpha = 0.05$ , which is 1,835. Because the value of  $F$  count (1.514)  $< F_{table}$  (1,835), then  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted or can be expressed as homogeneous data. And table  $F$  table with  $\alpha = 0.05$  is 1,835. Because the value of  $F$  count (2.585)  $> F_{table}$  (1,835), then  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted or can be expressed as homogeneous data. Because  $n_1$  and  $n_2$  are not the same, but are homogeneous variants, then testing the  $t$ -test using the 9.12 variant surveyed formula which is the result of  $T_{hitung} 1.81 > T_{table} 1.701$ .*

***Keywords: Model of learning Inkuiri, physical activity, and Basketball***

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	
LEMBAR PERNYATAAN.....	
KATA PENGANTAR .....	i
UCAPAN TERIMAKASIH .....	ii
ABSTRAK.....	iv
<i>ABSTRACT</i> .....	v
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	9
DAFTAR GAMBAR.....	10
BAB 1 .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
PENDAHULUAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.1. Latar Belakang Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.2. Rumusan Masalah.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3. Tujuan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4. Manfaat Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.5. Batasan Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.6. Struktur Organisasi Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB II .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
KAJIAN PUSTAKA .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1. Kajian Teori .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.1. Hakikat Model Pembelajaran....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.2. Model Pembelajaran Inkuiri .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3. Hakikat Aktivitas Fisik.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.4. Hakikat Permainan Bolabasket....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

2.2.	Kerangka Berpikir.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.	Hipotesis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB III.....		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
METODE PENELITIAN .....		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1.	Metode Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1.1.	Langkah-langkah Penelitian Eksperimen ..	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2.	Populasi dan Sampel.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2.1.	Populasi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2.2.	Sampel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3.	Desain Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4.	Instrumen Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4.1.	Kisi-Kisi Instrumen Penelitian	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4.2.	Proses Pengembangan Instrumen .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5.	Teknik Pengumpulan Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6.	Analisis Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB IV.....		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN ...		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.	Deskripsi Seluruh Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.1.	Uji Normalitas.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.2	Uji Homogenitas.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.	Uji Hipotesis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.1	Uji Perbedaan Pengaruh Aktivitas Fisik pada Siswa yang diberikan Model Pembelajaran Inkuiri.	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3.	Pembahasan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB V .....		<b>Error! Bookmark not defined.</b>

**KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI ... Error! Bookmark not defined.**

5.1. Kesimpulan .....**Error! Bookmark not defined.**

5.2. Implikasi .....**Error! Bookmark not defined.**

5.3. Rekomendasi.....**Error! Bookmark not defined.**

**DAFTAR PUSTAKA.....Error! Bookmark not defined.**

**LAMPIRAN.....95**

## DAFTAR TABEL

- Tabel. 1 Desain Pre-test Post-test Control Group ..**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel. 2 Modifikasi Physical Activity Questionnaire for Adolescents ..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel. 3 Daftar Aktivitas dan Frekuensi Aktivitas.**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel. 4 Penilaian Pengisian Kuesioner PAQ-A ...**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel. 5 Norma Penilaian Kuesioner PAQ-A .....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel. 6 Harga  $r_{tabel}$  dengan Taraf Signifikansi 5% dan 1%. **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel. 7 Hasil Perbandingan r hitung dengan  $r_{tabel}$ ....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel. 8 Hasil Uji Reliabilitas Menggunakan SPSS 24. .... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel. 9 Hasil Uji Reliabilitas Per-Item Tes .....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel. 10 Ringkasan Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel. 11 Hasil Uji Beda (Gain) .....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel. 12 Hasil Perhitungan Uji Normalitas Data Kelompok Eksperimen ... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel. 13 Hasil Perhitungan Uji Normalitas Data Kelompok Kontrol ..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel. 14 Hasil Perhitungan Uji Homogenitas Pretest**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel. 15 Hasil Perhitungan Uji Homogenitas Data Posttest**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel. 16 Gain Score Kedua Kelompok .....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel. 17 Hasil Perhitungan .....**Error! Bookmark not defined.**

## DAFTAR GAMBAR

Gambar.1 sikap stance/cara berdiri .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar.2 gerakan footwork.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar.3 gerakan pivot .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar.4 berlari lurus cepat .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar.5 Teknik melempar bola di depan dada (chest pass)	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar.6 Mengoper dari atas kepala (Overhead pass) .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar.7 Mengoper bola pantul (Bounce pass)....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar.8 Menggiring rendah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar.9 menggiring tinggi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar.10 Menembak dengan satu tangan (one hand set shoot).	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar.11 Tembakan menggunakan dua tangan ..	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 12: lay-up shoot.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar.13 Langkah-Langkah Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar.14 Diagram Hasil Perhitungan Rata-rata .	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar.15 Diagram Hasil Perhitungan Uji Beda (Gain) ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR PUSTAKA

### A. Sumber Buku

Drs. Agus Mahendra, MA. , *Filsafat Pendidikan Jasmani*, FPOK 2015.

Dr. Tite Juliantine, M.Pd. , Drs. H. Toto Subroto, M.Pd. , Dr. Yunyun Yudiana, M.Pd. , *Model-model Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani*, CV. Bintang WarliArtika 2015.

Jon Oliver. *Basketball fundamental*. USA: Human kinetics 2007.

Kunandar. *Langkah Mudah Penelitian Tindakan Kelas Sebagai Pengembangan Profesi Guru*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada 2008.

Lukmanul Haqim Lubay, M.Pd. , *Pembelajaran Permainan Bola Basket*, CV. Bintang WarliArtika 2015.

Wiji Suwarno. *Dasar-dasar Ilmu Pendidikan*, Ar-ruzzmedi 2017.

PERBASI,. *Interprestasi Peraturan Resmi*. Jakarta: Pengurus besar pengurus bolabasket seluruh Indonesia 2000.

Wina Sanjaya. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT. Fajar Interpratama 2009.

### B. Sumber Jurnal

Bacon, Karin, dan Philip Matthews. "Inquiry-based learning with young learners: a Peirce-based model employed to critique a unit of inquiry on maps and



- mapping.” *Irish Educational Studies*, vol. 33, no. 4, 2014, hal. 351–65, doi:10.1080/03323315.2014.983303.
- Bailey, Richard, et al. “The educational benefits claimed for physical education and school sport: An academic review.” *Research Papers in Education*, vol. 24, no. 1, 2009, hal. 1–27, doi:10.1080/02671520701809817.
- Francisko, Edward. *No Title*. 2013.
- Hendry, Graham D., et al. “Constructivism and Problem-based Learning.” *Journal of Further and Higher Education*, vol. 23, no. 3, 1999, hal. 369–71, doi:10.1080/0309877990230306.
- Østergaard, Lars Domino. “Inquiry-based Learning Approach in Physical Education: Stimulating and Engaging Students in Physical and Cognitive Learning.” *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, vol. 87, no. 2, 2016, hal. 7–14, doi:10.1080/07303084.2015.1119076.
- Saxena, S., et al. “Mental health benefits of physical activity.” *Journal of Mental Health*, vol. 14, no. 5, 2005, hal. 445–51, doi:10.1080/09638230500270776.
- Yu, C. C. W., et al. “Are physical activity and academic performance compatible? Academic achievement, conduct, physical activity and self-esteem of Hong Kong Chinese primary school children.” *Educational Studies*, vol. 32, no. 4, 2006, hal. 331–41, doi:10.1080/03055690600850016.

### **C. Sumber Internet**

[http://eprints.uny.ac.id/23663/1/SKRIPSI\\_Agnesia%20Dwi%20Saptarina.pdf](http://eprints.uny.ac.id/23663/1/SKRIPSI_Agnesia%20Dwi%20Saptarina.pdf)  
<http://etd.repository.ugm.ac.id/downloadfile/78839/potongan/S3-2015-292218-chapter1.pdf> pada tanggal 18 Juli 2018, pukul 09.00 WIB