

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>ix</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.5 Batasan Penelitian.....	5
1.6 Definisi Istilah.....	6

### **BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS TINDAKAN**

2.1 Hakikat Pendidikan Jasmani.....	9
2.2 Esensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani.....	11
2.3 Pengertian Pembelajaran .....	13
2.4 Penggunaan Alat Bantu/Media Pembelajaran .....	17
2.5 Hasil Belajar Renang .....	19
2.6 Sejarah Renang .....	20
2.6.1 Pengertian Renang .....	21
2.6.2 Mekanika dalam Olahraga Renang .....	22
2.6.3 Teknik Renang Gaya Bebas .....	23
2.7 Kerangka Kerja/Pemikiran .....	29
2.8 Karakteristik Siswa Kelas X .....	31
2.9 Penelitian Tindakan Kelas .....	34
2.9.1 Pengertian Penelitian Tindakan Kelas .....	34

**Kikit Megasari, 2012**

Penggunaan Alat Bantu Papan Pelampung Dalam Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Renang Gaya Bebas

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

2.9.2 Tahapan Penelitian Tindakan Kelas .....	35
2.9.3 Tujuan dan Manfaat PTK .....	38
2.10 Hipotesis Tindakan .....	41

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

3.1 Metode Penelitian.....	42
3.2 Populasi dan Sampel.....	44
3.3 Desain Penelitian .....	45
3.4 Prosedur Penelitian dan Rencana Tindakan .....	49
3.4.1 Prosedur Penelitian .....	49
3.4.2 Rencana Tindakan .....	50
3.5 Instrumen Penelitian .....	53
3.6 Teknik Analisis Data .....	57

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

4.1 Deskriptif Penggunaan Alat Bantu Dalam Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Renang Gaya Bebas di SMK Negeri 3 Cimahi .....	59
4.2 Hasil Observasi Awal .....	60
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian .....	63
4.4 Analisis Data .....	76
4.5 Pembahasan .....	77

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

5.1 Kesimpulan.....	80
5.2 Rekomendasi .....	81
5.3 Saran .....	81

### **DAFTAR PUSTAKA..... 83**

### **LAMPIRAN-LAMPIRAN ..... 84**

## DAFTAR TABEL

### **Tabel**

#### **Halaman**

3.1 Siklus Penelitian .....	52
3.2 Rubrik Penilaian Keterampilan Renang Gaya Bebas .....	55
3.3 Kriteria Nilai Pembelajaran Renang Gaya Bebas untuk Tingkat SMK .....	56
3.4 Keterangan Skor yang Digunakan .....	56
4.1 Nilai Tes Awal Hasil Pembelajaran Renang Gaya Bebas .....	62
4.2 Hasil Tes Siklus I Tindakan 2 Renang Gaya Bebas .....	68
4.3 Hasil Tes Siklus II Tindakan 4 Renang Gaya Bebas .....	75
4.4 Validitas dan Reabilitas Tes Keterampilan Renang Gaya Bebas .....	76

## **DAFTAR GAMBAR**

### **Tabel**

### **Halaman**

3.1 Model Spiral (siklus) .....	46
3.2 Tes Renang Gaya Bebas .....	54
4.1 Formasi pada saat pembelajaran .....	61
4.2 Grafik Peningkatan Rata-rata Hasil Belajar Renang Gaya bebas ...	77
4.3 Hasil Persentase Peningkatan Keterampilan Renang Gaya Bebas	79

