

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|---|-----------|
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR | ii |
| UCAPAN TERIMA KASIH..... | iii |
| DAFTAR ISI..... | v |
| DAFTAR TABEL..... | ix |
| DAFTAR GAMBAR | xi |
| DAFTAR DIAGRAM..... | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xiv |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Penelitian | 1 |
| B. Identifikasi Masalah Penelitian | 4 |
| C. Rumusan Masalah Penelitian | 5 |
| D. Tujuan Penelitian | 5 |
| E. Manfaat Penelitian | 6 |
| 1. Manfaat Teoritis..... | 6 |
| 2. Manfaat Praktis | 6 |
| BAB II KAJIAN TEORITIS..... | 8 |
| A. Hakikat Pendidikan Jasmani | 8 |
| 1. Pengertian Pendidikan Jasmani | 8 |
| 2. Tujuan Pendidikan Jasmani | 9 |
| 3. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani | 10 |
| B. Pembelajaran Atletik..... | 11 |
| 1. Sejarah Atletik | 11 |
| 2. Pengertian Atletik | 12 |
| 3. Kegunaan Pembelajaran Atletik di Sekolah Dasar | 13 |
| C. Konsep Lompat Jauh..... | 14 |
| 1. Pengertian Lompat Jauh | 14 |
| 2. Tehnik Dasar Lompat Jauh..... | 15 |
| 3. Pembelajaran Lompat Jauh..... | 17 |
| D. Lompat Jauh Melalui Permainan Menyusun Kata | 18 |
| E. Penelitian Yang Relevan | 18 |
| F. Asumsi | 18 |
| G. Hipotesis Tindakan..... | 20 |
| BAB III METODE PENELITIAN..... | 20 |
| A. Lokasi dan Waktu Penelitian | 21 |
| 1. Lokasi Penelitian | 21 |
| 2. Waktu Penelitian | 22 |

| | |
|---|-----------|
| B. Subjek Penelitian..... | 24 |
| C. Metode dan Desain Penelitian..... | 24 |
| 1. Metode Penelitian..... | 24 |
| 2. Desain Penelitian..... | 25 |
| D. Prosedur Penelitian..... | 27 |
| 1. Tahapan Perencanaan Tindakan..... | 27 |
| 2. Tahapan Pelaksanaan Tindakan | 27 |
| 3. Tahapan Observasi | 28 |
| 4. Tahapan Evaluasi | 28 |
| 5. Refleksi | 28 |
| E. Instrumen atau Alat Pengumpul Data | 28 |
| 1. Alat untuk Mengukur Perencanaan Pembelajaran | 29 |
| 2. Alat untuk Mengukur Pelaksanaan Pembelajaran..... | 29 |
| 3. Alat untuk Mengukur Aktivitas Siswa..... | 29 |
| 4. Alat untuk Mengukur Hasil Belajar Siswa..... | 30 |
| 5. Wawancara..... | 30 |
| 6. Catatan lapangan | 30 |
| 7. Dokumentasi | 30 |
| 8. Observasi..... | 31 |
| F. Tehnik Pengolahan dan Analisis Data | 31 |
| 1. Tehnik Pengolahan data..... | 31 |
| 2. Analisis Data..... | 34 |
| G. Validasi Data | 35 |
| 1. Triangulasi..... | 35 |
| 2. Member Chek..... | 36 |
| 3. Audit Trial..... | 36 |
| 4. Expert Opinion..... | 37 |
| H. Definisi Operasional | 38 |
| BAB IV PAPARAN DATA DAN PEMBAHASAN | 39 |
| A. Paparan Data Awal..... | 39 |
| 1. Paparan Perencanaan Pembelajaran..... | 39 |
| 2. Paparan Pelaksanaan Pembelajaran | 41 |
| 3. Paparan Data Awal Observasi Aktivitas Siswa..... | 42 |
| B. Paparan Data Tindakan | 46 |
| 1. Paparan Data Tindakan Siklus I | 46 |
| a. Paparan Data Perencanaan Siklus I..... | 46 |
| b. Paparan Data Pelaksanaan Siklus I | 49 |
| c. Paparan Data Observasi Aktivitas Siswa Siklus I | 52 |
| d. Paparan Data Hasil Tes Belajar Siswa Siklus I | 54 |
| e. Analisis dan Refleksi Perencanaan Pembelajaran Siklus I | 57 |
| 1) Analisis Perencanaan Pembelajaran Siklus I | 57 |
| 2) Refleksi Perencanaan Pembelajaran Siklus I | 58 |
| f. Analisis dan Refleksi Kinerja Guru Siklus I..... | 58 |
| 1) Analisis Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus I | 59 |

| | |
|--|-----|
| 2) Refleksi Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus I | 59 |
| g. Analisis dan Refleksi Aktivitas Siswa Siklus I..... | 59 |
| 1) Analisis Aktivitas Siswa Siklus I | 60 |
| 2) Refleksi Aktivitas Siswa Siklus I..... | 60 |
| h. Analisis dan Refleksi Hasil Belajar Siswa Siklus I..... | 60 |
| 1) Analisis Hasil Belajar Siswa Siklus I | 61 |
| 2) Refleksi Hasil Belajar Siswa Siklus I..... | 61 |
| 2. Paparan Data Tindakan Siklus II | 61 |
| a. Paparan Data Perencanaan Siklus II | 62 |
| b. Paparan Data Pelaksanaan Siklus II | 65 |
| c. Paparan Data Observasi Aktivitas Siswa Siklus II | 69 |
| d. Paparan Hasil Belajar Siswa Siklus II..... | 71 |
| e. Analisis dan Refleksi Perencanaan Pembelajaran Siklus II | 73 |
| 1) Analisis Perencanaan Pembelajaran Siklus II | 74 |
| 2) Refleksi Perencanaan Pembelajaran Siklus II..... | 75 |
| f. Analisis dan Refleksi Kinerja Guru Siklus II..... | 75 |
| 1) Analisis Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus II..... | 76 |
| 2) Refleksi Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus II..... | 76 |
| g. Analisis dan Refleksi Aktivitas Siswa Siklus II..... | 77 |
| 1) Analisis Aktivitas Siswa Siklus II..... | 77 |
| 2) Refleksi Aktivitas Siswa Siklus II..... | 77 |
| h. Analisis dan Refleksi Hasil Belajar Siswa Siklus II | 78 |
| 1) Analisis Hasil Belajar Siswa Siklus II..... | 78 |
| 2) Refleksi Hasil Belajar Siswa Siklus II | 78 |
| 3. Paparan Data Tindakan Siklus III | 79 |
| a. Paparan Data Perencanaan Siklus III | 79 |
| b. Paparan Data Pelaksanaan Siklus III..... | 82 |
| c. Paparan Data Observasi Aktivitas Siswa Siklus III | 85 |
| d. Paparan Data Hasil Belajar Siswa Siklus III..... | 87 |
| e. Analisis dan Refleksi Perencanaan Pembelajaran Siklus III..... | 89 |
| f. Analisis dan Refleksi Kinerja Guru Siklus III | 90 |
| g. Analisis dan Refleksi Aktivitas Siswa Siklus III | 91 |
| h. Analisis dan Refleksi Hasil Belajar Siswa Siklus III..... | 92 |
| C. Pembahasan | 93 |
| 1. Pembahasan Tahap Perencanaan Pembelajaran | 94 |
| 2. Pembahasan Tahap Pelaksanaan Pembelajaran | 94 |
| 3. Pembahasan Aktivitas Siswa | 95 |
| 4. Hasil Belajar Siswa | 96 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN..... | 99 |
| A. Kesimpulan | 99 |
| B. Saran..... | 100 |
| DAFTAR PUSTAKA | 102 |

| | |
|------------------------|-----|
| LAMPIRAN-LAMPIRAN..... | 103 |
| RIWAYAT HIDUP..... | 149 |

