

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN

KATA MUTIARA

PERNYATAAN

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR DAN GRAFIK	viii
DAFTAR TABEL	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Rumusan Masalah	3
D. Batasan Masalah	3
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESISI	5
A. Kajian Pustaka	5
1. Konsep Dasar Belajar dan Pembelajaran	5
a. Belajar	5
b. Pembelajaran	6
2. Pengertian Bermain	7
3. Permainan Tradisional	8
a. Pengertian Permainan Tradisional	8
b. Karakteristik Permainan Tradisional	10
c. Peranan Permainan Tradisional	10
d. Manfaat Permainan Tradisional	11
4. Aktivitas Permainan Tradisional	12
a. Ucing Jibeh (Ucing Hiji Ucing Kabeh)	12
b. Bebentengan	13
c. Boy-boyan	15
5. Kelincahan	16
a. Pengertian Kelincahan	16
b. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kelincahan	19

c. Pedoman dalam Kelincahan	19
d. Macam-Macam Bentuk Proses Meningkatkan Kelincahan	20
B. Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kelincahan Siswa SMP	21
C. Pengaruh Permainan Tradisional Ucing Jibeh Terhadap Peningkatan Kelincahan Siswa SMP	22
D. Pengaruh Permainan Tradisional Bebentengan Terhadap Peningkatan Kelincahan Siswa SMP	23
E. Pengaruh Permainan Tradisional Boy-Boyan Terhadap Peningkatan Kelincahan Siswa SMP	24
F. Kerangka Berpikir	25
G. Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Lokasi, Subjek Populasi dan Sampel Penelitian	28
1. Lokasi Penelitian	28
2. Subjek Populasi	28
3. Sampel Penelitian.....	28
B. Desain Penelitian.....	29
C. Metode Penelitian	32
D. Definisi Operasional	33
E. Instrumen Penelitian	33
1. Tes <i>Shuttle Run</i>	33
2. Tes <i>Zig-Zag Run</i>	35
3. Tes <i>Boomerang Run</i>	36
F. Teknik Pengumpulan Data.....	37
G. Teknik Analisis Data	41
1. Reduksi Data	41
2. Penyajian Data	42
3. Pengambilan Kesimpulan atau Verifikasi	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	44
A. Hasil Penelitian	44
1. Deskripsi Data	44
2. Uji Prasyarat Analisi	45
a. Uji Normalitas	45
b. Uji Homogenitas	46
3. Uji Hipotesis	46
a. Uji Hipotesis Pertama	47
b. Uji Hipotesis Kedua	48
c. Uji Hipotesis Ketiga	48
d. Uji Hipotesis Keempat	49
B. Pembahasan	51

BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI	55
A. Simpulan	55
B. Rekomendasi	55
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
RIWAYAT PENULIS	

DAFTAR GAMBAR DAN GRAFIK

Gambar 2.1 Permainan Ucing Jibeh	12
Gambar 2.2 Permainan Bebentengan	15
Gambar 2.3 Boy-Boyan	16
Gambar 2.4 <i>Shuttle Run</i>	18
Gambar 2.5 <i>Boomerang Run</i>	18
Gambar 2.6 <i>Zig-Zag Run</i>	19
Gambar 3.1 Rumus Federrer	29
Gambar 3.2 Desain Penelitian	30
Gambar 3.3 Prosedur Penelitian	31
Gambar 3.4 <i>Shuttle Run</i>	34
Gambar 3.5 <i>Zig-Zag Run</i>	35
Gambar 3.6 <i>Boomerang Run</i>	36
Grafik 4.1 Kelompok Permainan	50

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Penilaian <i>Shuttle Run</i> Tes 4x10 m	35
Tabel 3.2 Jadwal Pembelajaran Penelitian	39
Tabel 3.3 Keterangan Kegiatan	39
Tabel 3.4 Program Pembelajaran	40
Tabel 4.1 Perolehan Rata-rata dan Standar Deviasi Tes Kelincahan	44
Tabel 4.2 Data Hasil Uji Normalitas	45
Tabel 4.3 Data Hasil Uji Homogenitas	46
Tabel 4.4 Hasil Uji <i>Independent Sample T-Test</i> Pertama	47
Tabel 4.5 Hasil Uji <i>Independent Sample T-Test</i> Kedua	48
Tabel 4.6 Hasil Uji <i>Independent Sample T-Test</i> Ketiga	48
Tabel 4.7 Hasil Uji Anova 3x1 Satu Arah	49