

DAFTAR ISI

	Hal
LEMBAR PENGESAHAN	ii
MOTTO HIDUP	iii
PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vi
UCAPAN TERIMAKASIH	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR DIAGRAM	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan dan Pemecahan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Batasan Istilah	9
F. Struktur Organisasi Skripsi	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
A. Kajian Teoritis	11
1. Hakikat Pendidikan Jasmani.....	11
2. Gerak Dasar	15
3. Atletik	16
4. Lari Jarak Pendek	17
5. Media Pembelajaran	22
6. Pembelajaran Gerak Dasar Lari Jarak Pendek Melalui Media Ban	23
B. Hasil Penelitian Yang Relevan.....	24
C. Hipotesis Penelitian.....	25

BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	26
1. Lokasi Penelitian	26
2. Waktu Penelitian	27
B. Subjek Penelitian.....	28
C. Metode Penelitian dan Desain Penelitian.....	30
D. Prosedur Penelitian.....	32
E. Instrumen Penelitian.....	36
F. Teknik Pengumpulan Data dan Analisis Data.....	42
G. Validasi Data	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
A. Hasil Penelitian	49
1. Paparan Data Awal	49
a. Paparan Data Awal Perencanaan	50
b. Paparan Data Awal Pelaksanaan.....	55
c. Paparan Data Awal Aktivitas Siswa	58
d. Paparan Data Awal Tes Hasil Belajar.....	61
e. Analisis dan Refleksi Data Awal	64
2. Paparan Data Siklus I	69
a. Paparan Data Perencanaan Siklus I	69
b. Paparan Data Pelaksanaan Siklus I.....	73
c. Paparan Data Aktivitas Siswa Siklus I	77
d. Paparan Data Tes Hasil Belajar Siklus I.....	80
e. Analisis dan Refleksi Siklus I.....	84
3. Paparan Data Siklus II	92
a. Paparan Data Perencanaan Siklus II	92
b. Paparan Data Pelaksanaan Siklus II.....	97
c. Paparan Data Aktivitas Siswa Siklus II	101
d. Paparan Data Tes Hasil Belajar Siklus II.....	103
e. Analisis dan Refleksi Siklus II.....	107
4. Paparan Data Siklus III.....	113
a. Paparan Data Perencanaan Siklus III.....	114

b. Paparan Data Pelaksanaan Siklus III	118
c. Paparan Data Aktivitas Siswa Siklus III.....	122
d. Paparan Data Tes Hasil Belajar Siklus III	124
e. Analisis dan Refleksi Siklus III	127
B. Pembahasan	132
1. Pembahasan Perencanaan	132
2. Pembahasan Pelaksanaan	134
3. Pembahasan Aktivitas Siswa	137
4. Pembahasan Tes Hasil Belajar	138
5. Temuan Hasil Refleksi	141
6. Pembuktian Hipotesis	144
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	145
A. Simpulan.....	145
B. Saran.....	147
DAFTAR PUSTAKA	149
LAMPIRAN	151
RIWAYAT HIDUP	xviii

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1. Data Awal Hasil Keterampilan Belajar Siswa Gerak Dasar	
Lari Jarak Pendek.....	4
3.1. Jadwal Penelitian.....	28
3.2. Daftar Siswa Kelas IV SDN Citraresmi Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang Pada Tahun Ajaran 2014/2015.....	29
4.1. Data Awal Kemampuan Merencanakan Pembelajaran.....	51
4.2. Data Awal Kemampuan Pelaksanaan Pembelajaran.....	55
4.3. Data Awal Observasi Aktivitas Siswa.....	59
4.4. Data Awal Observasi Tes Hasil Belajar Siswa.....	61
4.5. Rekapitulasi Data Awal.....	63
4.6. Rekapitulasi Persentase Data Awal.....	67
4.7. Hasil Observasi Perencanaan Pembelajaran Siklus I.....	70
4.8. Hasil Observasi Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I.....	75
4.9. Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I.....	78
4.10. Observasi Tes Hasil Belajar Siswa Siklus I.....	81
4.11. Rekapitulasi Data Tindakan Siklus I.....	83
4.12. Rekapitulasi Perolehan Persentase Perencanaan Siklus I.....	85
4.13. Rekapitulasi Perolehan Persentase Pelaksanaan Siklus I.....	87
4.14. Rekapitulasi Perolehan Persentase Aktivitas Siswa Siklus I.....	89
4.15. Rekapitulasi Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus I.....	90
4.16. Rekapitulasi Persentase Yang Tercapai Siklus I.....	91
4.17. Hasil Observasi Perencanaan Pembelajaran Siklus II.....	93
4.18. Hasil Observasi Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II.....	98
4.19. Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II.....	101
4.20. Observasi Tes Hasil Belajar Siswa Siklus II.....	104
4.21. Rekapitulasi Data Tindakan Siklus II.....	106
4.22. Rekapitulasi Perolehan Persentase Perencanaan Siklus II.....	108
4.23. Rekapitulasi Perolehan Persentase Pelaksanaan Siklus II.....	109

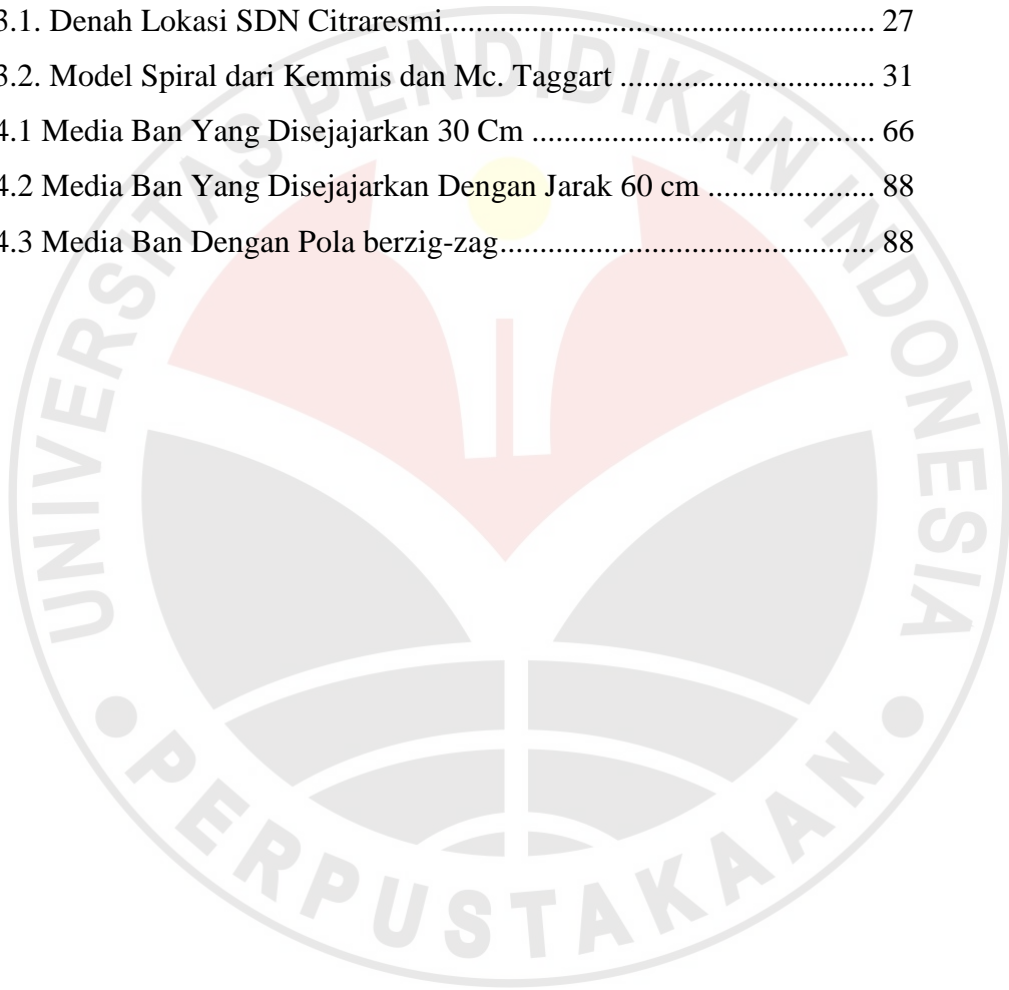
4.24. Rekapitulasi Perolehan Persentase Aktivitas Siswa Siklus II.....	110
4.25. Rekapitulasi Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus II....	111
4.26. Rekapitulasi Persentase yang Tercapai Siklus II.....	112
4.27. Hasil Observasi Perencanaan Pembelajaran Siklus III.....	115
4.28. Hasil Observasi Pelaksanaan Pembelajaran Siklus III.....	119
4.29. Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III.....	122
4.30. Observasi Tes Hasil Belajar Siswa Siklus III.....	124
4.31. Rekapitulasi Data Tindakan Siklus III.....	127
4.32. Rekapitulasi Perolehan Persentase Perencanaan Siklus III.....	128
4.33. Rekapitulasi Perolehan Persentase Pelaksanaan Siklus III.....	129
4.34. Rekapitulasi Perolehan Persentase Aktivitas Siswa Siklus III....	130
4.35. Rekapitulasi Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus III....	131
4.36. Data Hasil Observasi Perencanaan Pembelajaran Tiap Siklus....	132
4.37. Data Hasil Observasi Pelaksanaan Pembelajaran Tiap Siklus.....	134
4.38. Rekapitulasi Hasil Penilaian Aktivitas Siswa Tiap Siklus.....	137
4.39. Tes Hasil Belajar Siswa Tiap Siklus.....	139
4.40. Temuan Refleksi Data Awal	141
4.41. Temuan Refleksi Siklus I.....	142
4.42. Temuan Refleksi Siklus II.....	143

DAFTAR DIAGRAM

Diagram	Halaman
4.1. Data Awal Perencanaan Pembelajaran.....	54
4.2. Data Awal Pelaksanaan Pembelajaran.....	58
4.3. Data Awal Aktivitas Siswa.....	60
4.4. Data Awal Tes Hasil Belajar Siswa.....	62
4.5. Rekapitulasi Data Awal.....	63
4.6. Rekapitulasi Persentase Data Awal.....	68
4.7. Perencanaan Pembelajaran Siklus I.....	72
4.8. Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I.....	77
4.9. Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I.....	80
4.10. Observasi Tes Hasil Belajar Siswa Siklus I.....	82
4.11. Rekapitulasi Data Tindakan Siklus I.....	83
4.12. Rekapitulasi Persentase Data Yang Tercapai Siklus I.....	91
4.13. Perencanaan Pembelajaran Siklus II.....	96
4.14. Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II.....	100
4.15. Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II.....	103
4.16. Observasi Tes Hasil Belajar Siswa Siklus II.....	105
4.17. Rekapitulasi Data Tindakan Siklus II.....	106
4.18. Rekapitulasi Persentase Data yang Tercapai Siklus II.....	113
4.19. Perencanaan Pembelajaran Siklus III.....	118
4.20. Pelaksanaan Pembelajaran Siklus III.....	121
4.21. Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III.....	124
4.22. Observasi Tes Hasil Belajar Siswa Siklus III.....	126
4.23. Rekapitulasi Data Tindakan Siklus III.....	127
4.24. Tingkat Perencanaan Pembelajaran Tiap Siklus.....	133
4.25. Tingkat Pelaksanaan Pembelajaran Tiap Siklus.....	135
4.26. Tingkat Penilaian Aktivitas Siswa Tiap Siklus.....	138
4.27. Tingkat Tes Hasil Belajar Siswa Tiap Siklus.....	139

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1. Start Jongkok.....	20
2.2. Start Pendek,Start Menengah,dan Start Panjang.....	20
2.3. Urutan Gerak Lari Jarak Pendek	22
2.4. Teknik Melewati Garis Finish.....	22
2.5. Berlari Melewati Ban	24
3.1. Denah Lokasi SDN Citraresmi.....	27
3.2. Model Spiral dari Kemmis dan Mc. Taggart	31
4.1 Media Ban Yang Disejajarkan 30 Cm	66
4.2 Media Ban Yang Disejajarkan Dengan Jarak 60 cm	88
4.3 Media Ban Dengan Pola berzig-zag.....	88



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Instrument Penilaian Kinerja Guru (Tahap Perencanaan)	151
2. Instrument Penilaian Kinerja Guru (Tahap Pelaksanaan).....	159
3. Format Observasi Aktivitas Siswa.....	166
4. Format Observasi Tes Hasil Belajar Siswa.....	168
5. Format Wawancara Untuk Guru	171
6. Format Wawancara Untuk Siswa.....	172
7. Format Catatan Lapangan	173
8. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I.....	174
9. Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus I (Tahap Perencanaan).....	186
10. Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus I (Tahap Pelaksanaan)	188
11. Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I.....	190
12. Hasil Tes Belajar Siswa Siklus I.....	192
13. Hasil Wawancara Untuk Guru Siklus I.....	194
14. Hasil Wawancara Untuk Siswa Siklus I	195
15. Catatan Lapangan Siklus I	196
16. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II.....	197
17. Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus II (Tahap Perencanaan)	208
18. Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus II (Tahap Pelaksanaan).....	210
19. Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II	212
20. Hasil Tes Belajar Siswa Siklus II.....	214
21. Hasil Wawancara Untuk Guru Siklus II	216
22. Hasil Wawancara Untuk Siswa Siklus II.....	217
23. Catatan Lapangan Siklus II.....	218
24. Rencana Pelaksanaan pembelajaran III.....	219
25. Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus III (Tahap Perencanaan)	230
26. Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus III (Tahap Pelaksanaan).....	232
27. Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III.....	234
28. Hasil Tes Belajar Siswa Siklus III	236
29. Hasil Wawancara Untuk Guru Siklus III	238

30. Hasil Wawancara Untuk Siswa Siklus III.....	239
31. Catatan Lapangan Siklus III.....	240
32. Foto-foto Kegiatan Pembelajaran	241
33. SK Pembimbing	247
34. Surat Permohonan Izin Penelitian Dari Kampus	248
35. Surat Izin Melakukan Penelitian Dari SD.....	249
36. Lembar Monitoring	250



RIWAYAT HIDUP PENULIS



Penulis bernama Eka Gunawan dilahirkan di Sumedang pada tanggal 28 Februari 1993 dari seorang ibu yang bernama Rohaeti dan ayah yang bernama Tarna. Penulis adalah anak ke 2 dari 4 bersaudara.

Bertempat tinggal di Lingkungan Patung RT 04/ RW 03, Kelurahan Kota Kaler Kecamatan Sumedang Selatan Kabupaten Sumedang. Riwayat pendidikan adalah sebagai berikut:

Lulus Sekolah Dasar pada tahun 2005 di SDN PALASARI Kelurahan Kota Kulon Kec. Sumedang Selatan Kab. Sumedang, kemudian meneruskan ke SMPN 8 SUMEDANG pada tahun 2005 dan lulus tahun 2008, melanjutkan ke tingkat yang lebih tinggi yaitu ke SMKN 1 SUMEDANG serta lulus pada tahun 2011.

Pada tahun 2011 peneliti diterima menjadi mahasiswa UPI Kampus Sumedang Program Studi S1 PGSD Penjas. Pada tahun 2015 peneliti menyelesaikan skripsi yang berjudul “Meningkatkan Gerak Dasar Lari Jarak Pendek Melalui Media Ban”.