

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	v
<b>UCAPAN TERIMA KASIH</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR DIAGRAM</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Penelitian .....	1
B. Rumus dan Pemecahan Masalah Penelitian .....	9
C. Tujuan Penelitian .....	12
D. Manfaat Penelitian .....	12
E. Batasan Istilah .....	13
F. Struktur Organisasi Penelitian .....	14
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	16
A. Kajian Teoritis .....	16
1. Pengertian Pendidikan Jasmani .....	16
2. Pengertian Belajar Dan Pembelajaran.....	19
3. Pengertian Atletik .....	21
4. Pengertian Lari Jarak Pendek.....	23
5. Teknik Lari Jarak Pendek .....	24
6. Metode Pembelajaran.....	28
7. Hubungan Permainan Dan Pembelajaran .....	30
8. Pengertian Permainan Pindah Benda .....	31

9. Peranan Guru dalam Pembelajaran .....	33
B. Kajian Praktis .....	34
1. Hasil Penelitian Yang Relevan .....	34
C. Hipotesis Tindakan .....	36
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>37</b>
A. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	37
B. Subjek Penelitian .....	38
C. Metode dan Desain Penelitian .....	38
D. Prosedur Penelitian .....	40
E. Instrumen Penelitian .....	41
F. Teknik Pengumpulan dan Analisis Data .....	50
G. Validitas Data .....	53
<b>BAB IV PAPARANDAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>56</b>
A. Hasil Penelitian .....	56
1. Paparan Data Awal .....	56
a. Paparan Data Awal Perencanaan .....	57
b. Paparan Data Awal Pelaksanaan .....	62
c. Paparan Data Awal Aktivitas Siswa .....	67
d. Paparan Data Awal Tes Hasil Belajar .....	68
e. Analisis Dan Refleksi Data Awal .....	71
2. Paparan Data Siklus I .....	76
a. Paparan Data Perencanaan Siklus I .....	76
b. Paparan Data Pelaksanaan Siklus I .....	80
c. Paparan Data Aktivitas Siswa Siklus I .....	85
d. Paparan Data Tes Hasil Belajar Siklus I .....	88
e. Analisis Dan Refleksi Siklus I .....	93
3. Paparan Data Siklus II .....	101
a. Paparan Data Perencanaan Siklus II .....	101
b. Paparan Data Pelaksanaan Siklus II .....	105
c. Paparan Data Aktivitas Siswa Siklus II .....	110
d. Paparan Data Tes Hasil Belajar Siklus II .....	113

e. Analisis Dan Refleksi Siklus II.....	117
4. Paparan Data Siklus III.....	125
a. Paparan Data Perencanaan Siklus III.....	125
b. Paparan Data Pelaksanaan Siklus III.....	129
c. Paparan Data Aktivitas Siswa Siklus III.....	133
d. Paparan Data Tes Hasil Belajar Siklus III.....	136
e. Analisis Dan Refleksi Siklus III.....	140
B. Pembahasan.....	144
1. Pembahasan Perencanaan.....	146
2. Pembahasan Pelaksanaan.....	148
3. Pembahasan Aktivitas Siswa.....	152
4. Pembahasan Tes Hasil Belajar.....	153
5. Temuan Hasil Refleksi.....	155
6. Pembuktian Hipotesis.....	160
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>162</b>
A. Kesimpulan.....	162
B. Saran.....	164
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>166</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>168</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1.1 Data Awal Siswa .....	6
3.1 Jadwal Kegiatan Penelitian .....	38
4.1 Data Awal Kemampuan Merencanakan Pembelajaran .....	58
4.2 Data Awal Kemampuan Melaksanakan Pembelajaran .....	63
4.3 Data Awal Observasi Aktivitas Siswa .....	67
4.4 Data Awal Observasi Tes Hasil Belajar Siswa .....	69
4.5 Rekapitulasi Data Awal .....	71
4.6 Rekapitulasi Persentase Data Awal .....	75
4.7 Hasil Observasi Perencanaan Pembelajaran Siklus I .....	77
4.8 Hasil Observasi Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I .....	83
4.9 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I .....	86
4.10 Observasi Tes Hasil Belajar Siswa Siklus I .....	89
4.11 Rekapitulasi Data Tindakan Siklus I .....	92
4.12 Rekapitulasi Perolehan Persentase Perencanaan Siklus I .....	94
4.13 Rekapitulasi Perolehan Persentase Pelaksanaan Siklus I .....	96
4.14 Rekapitulasi Perolehan Persentase Aktivitas Siswa Siklus I .....	97
4.15 Rekapitulasi Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus I .....	99
4.16 Rekapitulasi Persentase Yang Tercapai Siklus I .....	99
4.17 Hasil Observasi Perencanaan Pembelajaran Siklus II .....	102
4.18 Hasil Observasi Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II .....	107
4.19 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II .....	111
4.20 Observasi Tes Hasil Belajar Siswa Siklus II .....	114
4.21 Rekapitulasi Data Tindakan Siklus II .....	117
4.22 Rekapitulasi Perolehan Persentase Perencanaan Siklus II .....	118
4.23 Rekapitulasi Perolehan Persentase Pelaksanaan Siklus II .....	120
4.24 Rekapitulasi Perolehan Persentase Aktivitas Siswa Siklus II .....	121
4.25 Rekapitulasi Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus II .....	122
4.26 Rekapitulasi Persentase Yang Tercapai Siklus II .....	123

4.27	Hasil Observasi Perencanaan Pembelajaran Siklus III .....	126
4.28	Hasil Observasi Pelaksanaan Pembelajaran Siklus III.....	130
4.29	Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III .....	134
4.30	Observasi Tes Hasil Belajar Siswa Siklus III .....	137
4.31	Rekapitulasi Data Tindakan Siklus III.....	139
4.32	Rekapitulasi Perolehan Persentase Perencanaan Siklus III.....	140
4.33	Rekapitulasi Perolehan Persentase Pelaksanaan Siklus III.....	142
4.34	Rekapitulasi Perolehan Persentase Aktivitas Siswa Siklus III.....	143
4.35	Rekapitulasi Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus III.....	144
4.36	Data Hasil Observasi Perencanaan Pembelajaran Tiap Siklus .....	147
4.37	Data Hasil Observasi Pelaksanaan Pembelajaran Tiap Siklus.....	149
4.38	Rekapitulasi Hasil Penilaian Aktivitas Siswa Tiap Siklus.....	152
4.39	Tes Hasil Belajar Siswa Tiap Siklus .....	153
4.40	Temuan Hasil Refleksi Data Awal.....	156
4.41	Temuan Hasil Refleksi Siklus I .....	158
4.42	Temuan Hasil Refleksi Siklus II .....	159

## DAFTAR DIAGRAM

### Diagram Halaman

4.1	Data AwalPerencanaanPembelajaran .....	62
4.2	Data AwalPelaksanaanPembelajaran.....	66
4.3	Data AwalAktivitasSiswa .....	68
4.4	Data AwalTesHasilBelajarSiswa.....	70
4.5	Rekapitulasi Data Awal .....	71
4.6	RekapitulasiPersentase Data Awal.....	75
4.7	PerencanaanPembelajaranSiklusI .....	79
4.8	Pelaksanaan Pembelajaran SiklusI.....	84
4.9	HasilObservasiAktivitasSiswaSiklusI.....	87
4.10	Observasi Tes Hasil Belajar Siswa Siklus I.....	90
4.11	Rekapitulasi Data TindakanSiklusI.....	92
4.12	RekapitulasiPersentase Data Yang TercapaiSiklusI .....	100
4.13	PerencanaanPembelajaranSiklusII.....	105
4.14	Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II .....	109
4.15	HasilObservasiAktivitasSiswaSiklusII .....	112
4.16	Rekapitulasi Data TindakanSiklus II .....	117
4.17	RekapitulasiPersentase Data Yang TercapaiSiklusII.....	124
4.18	PerencanaanPembelajaranSiklusIII.....	129
4.19	Pelaksanaan Pembelajaran Siklus III .....	133
4.20	HasilObservasiAktivitasSiswaSiklus III.....	135
4.21	Observasi Tes Hasil Belajar Siswa Siklus III .....	138
4.22	Rekapitulasi Data TindakanSiklusIII.....	139
4.23	Tingkat PerencanaanPembelajaranTiapSiklus.....	147
4.24	Tingkat PelaksanaanPembelajaranTiapSiklus .....	149
4.25	Tingkat Tes Hasil Belajaran Siswa Tiap Siklus.....	153

## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran Halaman

1. Lampiran Dokumen	
1.a Format Observasi IPKG 1 .....	168
1.b Format Observasi IPKG 2 .....	172
1.c Format Observasi Aktivitas siswa .....	175
1.d Format Observasi Hasil Belajar .....	177
1.e Format Catatan Lapangan .....	179
1.f Format Wawancara Guru dan Siswa .....	180
2. Lampiran Hasil Penelitian	
2.a Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus I .....	181
2.b Data Hasil Observasi Perencanaan (IPKG I) Siklus I .....	190
2.c Data Hasil Observasi Pelaksanaan (IPKG 2) Siklus I .....	194
2.d Data Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I .....	197
2.e Data Hasil Observasi Tes Belajar Siswa Siklus I .....	199
2.f Data Hasil Observasi Catatan Lapangan Siklus I .....	201
2.g Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus II .....	203
2.h Data Hasil Observasi Perencanaan (IPKG I) Siklus II .....	213
2.i Data Hasil Observasi Pelaksanaan (IPKG 2) Siklus II .....	215
2.j Data Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II .....	218
2.k Data Hasil Observasi Tes Belajar Siswa Siklus II .....	221
2.l Data Hasil Observasi Catatan Lapangan Siklus II .....	223
2.m Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus III .....	225
2.n Data Hasil Observasi Perencanaan (IPKG I) Siklus III .....	235
2.o Data Hasil Observasi Pelaksanaan (IPKG 2) Siklus III .....	237
2.p Data Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III .....	240
2.q Data Hasil Observasi Tes Belajar Siswa Siklus III .....	242
2.r Data Hasil Observasi Catatan Lapangan Siklus III .....	244
2.s Data Hasil Observasi Wawancara Guru dan Siswa .....	246
3. Lampiran Foto-Foto .....	247



4.SuratKeteranganPembimbing .....	250
5.SuratIzinPenelitian .....	251
6.SuratKeteranganPenelitian.....	252
7.Lampiran Monitoring.....	253
8.RiwayatHidup .....	254

