

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR DIAGRAM	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah dan Pemecahan Masalah.....	8
1. Rumusan Masalah.....	8
2. Pemecahan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	10
E. Struktur Organisasi Skripsi.....	11
BAB II KAJIAN PUSTRAKA.....	14
A. Pendidikan Jasmani.....	14
1. Pengertian Pendidikan Jasmani.....	14
2. Tujuan Pendidikan Jasmani.....	15
3. Manfaat Pendidikan Jasmani.....	15
4. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani.....	17
B. Pembelajaran Atletik.....	18
1. Pengertian Atletik.....	18
2. Nomor Atletik.....	19
C. Pengenalan Gerak Dasar Atletik.....	19

1. Tujuan Gerak Dasar Atletik.....	20
2. Kegunaan Pembelajaran Atletik Di Sekolah Dasar.....	20
D. Lompat Jauh.....	21
1. Pengertian Lompat Jauh.....	21
2. Teknik Lompat Jauh.....	24
3. Pembelajaran Lompat Jauh.....	25
4. Lompat Jauh Melalui Permainan Rintangan.....	26
E. Permainan.....	27
1. Pengertian Permainan.....	27
2. Permainan Rintangan.....	27
3. Media Pembelajaran.....	28
F. Kajian Yang Relevan.....	29
G. Hipotesis Tindakan.....	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	31
1. Lokasi Penelitian.....	31
2. Waktu Penelitian.....	32
B. Subjek Penelitian.....	32
C. Metode Penelitian Dan Desain Penelitian.....	33
1. Metode Penelitian.....	33
2. Desain Penelitian.....	34
D. Prosedur Penelitian.....	36
E. Instrumen Penelitian.....	39
1. Format Observasi.....	39
2. Alat Untuk Mengukur Perencanaan Pembelajaran.....	40
3. Alat Untuk Mengukur Pelaksanaan Pembelajaran.....	40
4. Alat Untuk Mengukur Aktifitas Siswa.....	40
5. Alat Untuk Mengukur Hasil Belajar Siswa.....	41
6. Format Wawancara.....	41
7. Catatan Lapangan.....	41
8. Dokumentasi.....	42
F. Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	42
1. Teknik Pengolahan Data.....	42
2. Analisis Data.....	45
3. Validasi Data.....	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	48
A. Hasil Penelitian.....	48
1. Paparan Data Awal.....	48
2. Paparan Data Siklus I.....	61
3. Paparan Data Siklus II.....	81
4. Paparan Data Siklus III.....	101
B. Pembahasan.....	119

1. Pembahasan Tahap Perencanaan Pembelajaran.....	119
2. Pembahasan Tahap Pelaksanaan Pembelajaran.....	120
3. Hasil Belajar Siswa.....	121
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	124
A. Kesimpulan.....	124
B. Saran.....	125
DAFTAR PUSTAKA.....	128
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	130



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Gambar Keseluruhan Gerak Dasar Pada Lompat Jauh.....	24
2.2 Gambar Permainan Rintangan.....	28
2.3 Gambar Media Kardus.....	29
3.1 Gambar Denah Lokasi SDN Pasirhuni.....	31
3.2 Gambar Model Spiral dari Kemmis dan Taggart.....	34



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1 Data Awal Observasi Tes Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok.....	6
3.1 Waktu Penelitian.....	32
3.2 Cara Menilai Awalan.....	43
3.3 Cara Menilai Tolakan.....	43
3.4 Cara Menilai Sikap Badan di Udara.....	44
3.5 Cara Menilai Sikap Mendarat.....	44
4.1 Data Awal Hasil Observasi Perencanaan Kinerja Guru.....	49
4.2 Data Awal Hasil Observasi Pelaksanaan Kinerja Guru.....	51
4.3 Data Awal Observasi Aktivitas Siswa.....	53
4.4 Hasil Tes Awal Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok.....	55
4.5 Rekapitulasi Hasil Persentase Data Awal.....	60
4.6 Hasil Observasi Perencanaan Kinerja Guru Siklus I.....	62
4.7 Hasil Observasi Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus I.....	66
4.8 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I.....	69
4.9 Hasil Tes Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Siklus I.....	62
4.10 Rekapitulasi Hasil Persentase Perencanaan Kinerja Guru Siklus I.....	76
4.11 Rekapitulasi Hasil Persentase Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus I.....	78
4.12 Rekapitulasi Hasil Persentase Aktivitas Siswa Siklus I.....	79
4.13 Rekapitulasi Hasil Persentase Peningkatan Hasil Belajar Siklus I.....	80

4.14 Rekapitulasi Hasil Persentase Siklus I.....	81
4.15 Hasil Observasi Perencanaan Kinerja Guru Siklus II.....	82
4.16 Hasil Observasi Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus II.....	86
4.17 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II.....	90
4.18 Hasil Tes Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Siklus II.....	92
4.19 Rekapitulasi Hasil Persentase Perencanaan Kinerja Guru Siklus II.....	96
4.20 Rekapitulasi Hasil Persentase Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus II.....	97
4.21 Rekapitulasi Hasil Persentase Aktivitas Siswa Siklus II.....	99
4.22 Rekapitulasi Hasil Persentase Peningkatan Hasil Belajar Siklus II.....	100
4.23 Rekapitulasi Hasil Persentase Siklus II.....	101
4.24 Hasil Observasi Perencanaan Kinerja Guru Siklus III.....	102
4.25 Hasil Observasi Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus III.....	106
4.26 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III.....	109
4.27 Hasil Tes Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Siklus III.....	111
4.28 Rekapitulasi Hasil Persentase Perencanaan Kinerja Guru Siklus III.....	114
4.29 Rekapitulasi Hasil Persentase Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus III.....	116
4.30 Rekapitulasi Hasil Persentase Aktivitas Siswa Siklus III.....	117
4.31 Rekapitulasi Hasil Persentase Peningkatan Hasil Belajar Siklus III.....	118

DAFTAR DIAGRAM

Diagram	Halaman
4.1 Hasil Observasi Perencanaan Kinerja Guru Siklus I.....	64
4.2 Hasil Observasi Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus I.....	68
4.3 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I.....	71
4.4 Hasil Tes Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Siklus I.....	75
4.5 Hasil Observasi Perencanaan Kinerja Guru Siklus II.....	84
4.6 Hasil Observasi Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus II.....	90
4.7 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II.....	94
4.8 Hasil Tes Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Siklus II.....	97
4.9 Hasil Observasi Perencanaan Kinerja Guru Siklus III.....	106
4.10 Hasil Observasi Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus III.....	111
4.11 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III.....	114
4.12 Hasil Tes Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Siklus III.....	117
4.13 Hasil Rekapitulasi Perencanaan Kinerja Guru Data Awal, Siklus I, Siklus II Siklus III.....	123
4.14 Hasil Rekapitulasi Pelaksanaan Kinerja Guru Data Awal, Siklus I, Siklus II Siklus III.....	124
4.15 Hasil Rekapitulasi Hasil Belajar Siswa Data Awal, Siklus I, Siklus II dan Siklus III.....	125

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Instrumen Penilaian Kinerja Guru (IPKG) I.....	133
2. Instrumen Penilaian Kinerja Guru (IPKG) II.....	144
3. Format Observasi Aktivitas Siswa.....	148
4. Format Observasi Hasil Tes Belajar Siswa.....	150
5. Format Wawancara Untuk Guru.....	153
6. Format Wawancara Untuk Siswa.....	154
7. Format Pedoman Catatan Lapangan.....	155
8. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus I.....	156
9. Instrumen Penilaian Kinerja Guru (IPKG) I Siklus I.....	166
10. Instrumen Penilaian Kinerja Guru (IPKG) II Siklus I.....	167
11. Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus Ke I.....	168
12. Hasil Observasi Tes Hasil Belajar Siswa Siklus Ke I.....	169
13. Catatan Lapangan Siklus Ke I.....	170
14. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus II.....	171
15. Instrumen Penilaian Kinerja Guru (IPKG) I Siklus II.....	181
16. Instrumen Penilaian Kinerja Guru (IPKG) II Siklus II.....	182
17. Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus Ke II.....	183
18. Hasil Observasi Tes Hasil Belajar Siswa Siklus Ke II.....	184
19. Catatan Lapangan Siklus Ke II.....	185
20. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus III.....	186
21. Instrumen Penilaian Kinerja Guru (IPKG) I Siklus III.....	196
22. Instrumen Penilaian Kinerja Guru (IPKG) II Siklus III.....	197
23. Format Observasi Aktivitas Siswa Siklus Ke III.....	198
24. Hasil Tes Hasil Belajar Siswa Siklus Ke II.....	199
25. Catatan Lapangan Siklus Ke III.....	200

26. Hasil Wawancara Untuk Guru.....	201
27. Hasil Wawancara Untuk Siswa.....	202
28. SK.....	203
29. Surat Permohonan Izin Penelitian.....	204
30. Surat Penelitian Dari SD.....	205
31. Surat Daftar Monitoring.....	206
32. Dokumentasi Kegiatan.....	207
33. Riwayat Hidup.....	213



