

## DAFTAR ISI

	Halaman
Kata Pengantar .....	i
Ucapan Terima Kasih .....	ii
Abstrak .....	iv
Daftar Isi .....	v
Daftar Tabel .....	viii
Daftar Lampiran .....	ix
Bab I Pendahuluan .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian .....	15
C. Tujuan Penelitian .....	16
D. Manfaat Teoretis dan Praktis .....	16
E. Pembatasan Penelitian .....	17
F. Definisi Oprasional .....	18
Bab II Kajian Pustaka .....	21
A. Konsep <i>Fundamental Movement Skills (FMS)</i> .....	21
1. Definisi <i>Fundamental Movement Skills</i> .....	21
2. Kategori <i>Fundamental Movement Skills</i> .....	23
a. Gerak <i>Lokomotor</i> .....	24
b. Gerak <i>Non-lokomotor (Stabilisasi)</i> .....	32
c. Gerak <i>Manipulatif</i> .....	37
3. Aplikasi <i>Games</i> dalam Program <i>FMS</i> .....	42
B. Pembelajaran Gerak .....	47
1. Belajar Sebagai Sebuah Proses .....	50
2. Belajar Gerak Adalah Hasil Langsung dari Latihan .....	51
3. Belajar Gerak Tak Teramatidi Secara Langsung .....	51

4. Belajar Menghasilkan Kapabilitas Untuk Bereaksi .....	52
5. Belajar Gerak Relatif Permanen .....	52
C. Tahap-tahap Belajar Pada Anak .....	52
1. Tahap-tahap Belajar Gerak .....	52
a. Tahap Kognitif .....	53
b. Tahap Asosiatif .....	53
c. Tahap Otomatisasi .....	54
2. Macam-macam Gerak Dasar .....	54
a. Gerak Dasar <i>Non-lokomotor</i> .....	54
b. Gerak Dasar <i>Lokomotor</i> .....	54
c. Gerak Dasar <i>Manipulatif</i> .....	55
3. Klasifikasi Keterampilan Gerak .....	55
a. Keterampilan Terbuka dan Tertutup .....	55
b. Keterampilan Diskrit, Continous, dan Serial .....	56
c. Keterampilan Gerak Kasar dan Keterampilan Gerak Halus .....	57
d. Keterampilan Gerak dan Keterampilan Kognitif .....	58
e. Aplikasi Teori Belajar dalam Belajar Gerak .....	58
D. Pengembangan Pola Gerak Melalui Pembelajaran Pendidikan Jasmani .....	60
1. Penjas Di Sekolah Sebagai Media Pembelajaran Gerak .....	60
2. Faktor-faktor Utama yang Mempengaruhi Belajar Gerak ...	61
3. Kategori Belajar Gerak .....	63
E. Memahami Isi Dari Pendidikan Jasmani .....	63
1. Merancang Tugas Ajar Dalam Wilayah Psikomotor .....	64
2. Merancang Tugas Ajar Dalam Wilayah Kognitif .....	66
3. Merancang Tugas Ajar Dalam Wilayah Afektif .....	67
F. Proses Sosial .....	68
1. Bentuk-bentuk Interaksi Sosial .....	70
a. Proses <i>Asosiatif</i> .....	70

b. Proses <i>Disosiatif</i> .....	78
G. Penelitian-penelitian yang Relevan .....	81
H. Asumsi dan Hipotesis Penelitian .....	83
Bab III Prosedur Penelitian .....	86
A. Metode Penelitian .....	86
B. Desain Penelitian .....	87
C. Variabel Penelitian .....	88
1. Variabel Bebas .....	88
2. Variabel Terikat .....	89
D. Populasi dan Sampel .....	90
E. Instrumen Penelitian .....	93
F. Hasil Uji Coba Instrumen .....	99
G. Langkah-langkah Penelitian .....	100
H. Analisis dan Pengolahan Data .....	102
1. Uji Normalitas .....	103
2. Uji Homogenitas .....	104
3. Uji Hipotesis .....	104
4. Analisis dan Deskripsi Data .....	105
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	106
A. Hasil Penelitian .....	106
1. Deskripsi Data .....	106
2. Uji Asumsi .....	107
a. Uji Normalitas .....	107
b. Uji Homogenitas .....	109
c. Uji Hipotesis .....	111
B. Pembahasan .....	113
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	123
A. Kesimpulan .....	123
B. Saran .....	124
Daftar Pustaka .....	126

Lampiran-lampiran .....	130
-------------------------	-----