

## DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK .....	i
KATA PENGANTAR .....	ii
UCAPAN TERIMA KASIH .....	iii
DAFTAR ISI .....	v
DAFTAR TABEL .....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	ix
DAFTAR LAMPIRAN .....	x
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Pembatasan Penelitian .....	7
F. Anggapan Dasar .....	7
G. Hipotesis .....	10
H. Batasan Istilah .....	11
<b>BAB II TINJAUAN TEORITIS .....</b>	<b>12</b>
A. Hakikat Belajar dan Pembelajaran .....	12
1. Pengertian Belajar .....	12
2. Pengertian Pembelajaran .....	20
B. Metode Pembelajaran .....	21
1. Pengertian Metode Pembelajaran .....	21
2. Macam-macam Metode Pembelajaran .....	23

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi dalam Pemilihan Metode Pembelajaran .....	24
C. Hakikat Olahraga Hoki .....	26
1. Pengertian Olahraga Hoki .....	26
2. Teknik-teknik Dasar Olahraga Hoki .....	27
3. Teknik Dasar <i>Push</i> .....	29
4. Analisis Teknik <i>Push</i> .....	33
D. Konsep Metode Bagian .....	36
1. Pengertian Metode Bagian .....	36
2. Penerapan Metode Bagian dalam Pembelajaran Teknik <i>Push</i> Hoki .....	37
3. Kelebihan dan Kelemahan Pembelajaran Teknik <i>Push</i> Hoki dengan Metode Bagian .....	39
4. Pengaruh Metode Bagian Terhadap Pembelajaran Teknik <i>Push</i> .....	39
E. Konsep Metode Keseluruhan .....	40
1. Pengertian Metode Keseluruhan .....	40
2. Penerapan Metode Keseluruhan dalam Pembelajaran Teknik <i>Push</i> Hoki .....	41
3. Kelebihan dan Kelemahan Pembelajaran Teknik <i>Push</i> Hoki dengan Metode Keseluruhan .....	43
4. Pengaruh Metode Keseluruhan Terhadap Pembelajaran Teknik <i>Push</i> .....	44
F. Konsep Keterampilan .....	45
G. Konsep Latihan .....	47
H. Aspek-aspek Latihan .....	48
I. Prinsip-prinsip Latihan .....	53

BAB III PROSEDUR PENELITIAN .....	57
A. Metode Penelitian .....	57
B. Populasi dan Sampel .....	58
C. Desain Penelitian dan Langkah-langkah Penelitian .....	58
D. Instrumen Penelitian .....	61
E. Pelaksanaan Latihan .....	65
F. Prosedur Pengolahan Data .....	66
BAB IV HASIL PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA .....	70
A. Deskripsi Data .....	70
B. Prasyarat Analisis Data .....	71
C. Pengujian Hipotesis .....	73
D. Diskusi Penemuan .....	76
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	78
A. Kesimpulan .....	78
B. Saran .....	79
DAFTAR PUSTAKA .....	80
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	82

## DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
3.1	Kategori Koefisien Validitas .....	61
3.2	Kategori Koefisien Reabilitas .....	62
4.1	Hasil Penghitungan Rata-rata dan Simpangan Baku Tes Awal Kelompok Pembelajaran Menggunakan Metode Bagian dan Metode Keseluruhan .....	70
4.2	Hasil Penghitungan Rata-rata dan Simpangan Baku Tes Akhir Kelompok Pembelajaran Menggunakan Metode Bagian dan Metode Keseluruhan .....	71
4.3	Hasil Pengujian Normalitas Lilliefors Kelompok Pembelajaran Menggunakan Metode Bagian dan Metode Keseluruhan .....	72
4.4	Hasil Pengujian Homogenitas (Kesamaan Dua Variasi) Kelompok Pembelajaran Menggunakan Metode Bagian dan Metode Keseluruhan .....	73
4.5	Hasil Penghitungan dan Uji Signifikansi Peningkatan Hasil Pembelajaran Menggunakan Metode Bagian dan Metode Keseluruhan .....	74
4.6	Hasil Penghitungan dan Uji Signifikansi Perbedaan Peningkatan Hasil pembelajaran Teknik <i>Push</i> Hoki Kelompok Metode Bagian dengan Metode Keseluruhan .....	75

## DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
2.1	Cara Memegang Stik Dilihat Dari Depan .....	31
2.2	Cara Memegang Stik Dilihat Dari Samping .....	31
2.3	Cara Memegang Stik Dilihat Dari Belakang .....	32
2.4	Cara Memegang Stik .....	32
2.5	Sikap Awal Tubuh .....	32
2.6	Saat Mendorong Bola .....	33
2.7	Saat Melepas Bola .....	33
2.8	Sikap Akhir Tubuh .....	33
2.9	Titik Berat Badan Pada Saat Sikap Awal Tubuh .....	34
2.10	Titik Berat Badan Pada Saat Sikap Akhir Tubuh .....	34
2.11	Posisi Tubuh Pada Saat Arah <i>Push</i> Lurus Ke Depan .....	35
2.12	Posisi Tubuh Pada Saat Arah <i>Push</i> Serong Kanan Ke Depan .....	35
2.13	Posisi Tubuh Pada Saat Arah <i>Push</i> Serong Kiri Ke Depan .....	35
3.1	Desain Penelitian .....	59
3.2	Langkah-langkah Penelitian .....	60
3.3	Tes Keterampilan <i>Push</i> .....	63

## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran

- A Program Pembelajaran Teknik *Push* dengan Metode Bagian
- B Program Pembelajaran Teknik *Push* dengan Metode Keseluruhan
- C Data Hasil Tes Awal Pembelajaran Teknik *Push* Menggunakan Metode Bagian
- D Data Hasil Tes Akhir Pembelajaran Teknik *Push* Menggunakan Metode Bagian
- E Data Hasil Tes Awal Pembelajaran Teknik *Push* Menggunakan Metode Keseluruhan
- F Data Hasil Tes Akhir Pembelajaran Teknik *Push* Menggunakan Metode Keseluruhan
- G Hasil Pembelajaran Kelompok Menggunakan Metode Bagian
- H Hasil Pembelajaran Kelompok Menggunakan Metode Keseluruhan
- I Uji Homogenitas Menggunakan Uji Kesamaan Dua Variansi
- J Uji Normalitas Lilliefors Tes Awal Kelompok Metode Bagian
- K Uji Normalitas Lilliefors Tes Akhir Kelompok Metode Bagian
- L Uji Normalitas Lilliefors Tes Awal Kelompok Metode Keseluruhan
- M Uji Normalitas Lilliefors Tes Akhir Kelompok Metode Keseluruhan
- N Uji Signifikansi Kelompok Pembelajaran Menggunakan Metode Bagian
- O Uji Signifikansi Kelompok Pembelajaran Menggunakan Metode

Keseluruhan

P Uji Signifikansi Perbedaan Peningkatan Hasil Pembelajaran antara Kelompok Metode Bagian dengan Kelompok Metode Keseluruhan

Q Nilai Krisis L untuk Uji Lilliefors

R Luas di Bawah Lengkungan Normal Standar dari 0 ke z

S Nilai Persentil untuk Distribusi t

T Surat Keputusan

U Surat Izin Penelitian

V Surat Keterangan Penelitian

W Dokumentasi

X Daftar Riwayat Hidup