

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH .....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Struktur Organisasi Skripsi .....	7
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOTESIS .....</b>	<b>8</b>
A. Pendidikan Jasmani.....	12
1. Pengertian Pendidikan Jasmani.....	12
2. Tujuan Pendidikan Jasmani .....	13
3. Manfaat Pendidikan Jasmani .....	16
B. Tahapan Memulai Pembelajaran (Pemanasan).....	19
1. Pengertian Pemanasan .....	19
2. Macam-macam Pemanasan.....	20

3. Manfaat Pemanasan .....	22
C. Permainan <i>Outword of Bond</i> .....	25
1. Definisi dan Sejarah <i>Outbond</i> .....	25
2. Metode Kegiatan <i>Outbond</i> .....	26
3. Karakteristik Permainan <i>Outbond</i> .....	26
4. Jenis Kegiatan <i>Outbond</i> .....	27
5. Jenis-jenis Permainan <i>Outbond</i> .....	27
6. Manfaat <i>Outbond</i> .....	53
7. Materi dalam <i>Outbond</i> .....	53
D. Kesiapan Belajar .....	53
1. Pengertian Kesiapan.....	53
2. Faktor-faktor Kesiapan .....	55
3. Prinsip-prinsip Kesiapan.....	56
4. Aspek-aspek Kesiapan .....	57
E. Partisipasi Aktif Siswa.....	58
1. Pengertian Partisipasi.....	58
2. Jenis-jenis Partisipasi .....	61
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Partisipasi .....	61
4. Indikator-indikator dalam Partisipasi .....	64
5. Partisipasi dalam Belajar.....	65
F. Penelitian yang Relevan.....	67
G. Kerangka Berpikir.....	68
H. Hipotesis .....	72
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>73</b>
A. Metode Penelitian .....	73
B. Desain Penelitian .....	74
C. Populasi dan Sampel .....	75
1. Populasi.....	75
2. Sampel.....	76
D. Operasional Variabel.....	76

1. Pemanasan.....	76
2. Permainan <i>Outword of Bond</i> .....	77
3. Kesiapan Belajar .....	77
4. Partisipasi Aktif Siswa.....	77
E. Instrumen Penelitian .....	77
F. MetodePengumpulan Data.....	78
1. Observasi.....	78
2. Kuisisioner.....	78
3. Dokumentasi .....	78
G. Instrumen Kesiapan Belajar.....	79
H. Instrumen Partisipasi Aktif Belajar.....	81
I. Prosedur Pengembangan Instrument .....	87
1. Uji Validitas Data.....	87
2. Uji Realibilitas Data .....	89
J. Teknik Analisis Data.....	89
1. Menghitung Rata-rata dan Simpangan Baku .....	90
2. Uji Normalitas.....	90
3. Uji Homogenitas .....	91
4. Uji Hipotesis .....	91
<b>BAB VI HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>93</b>
A. Hasil Penelitian .....	93
1. Deskripsi Data .....	93
2. Pengujian Instrumen Penelitian.....	93
a. Uji Validitas Instrumen .....	93
b. Uji Reliabilitas Instrumen.....	93
3. Pengolahan Data dan Analisa Data .....	94
a. Uji Normalitas .....	95
b. Uji Homogenitas.....	96
c. Uji Perbedaan Dua Rata-Rata .....	97
B. Pembahasan.....	99

<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>104</b>
A. Kesimpulan .....	104
B. Saran .....	104
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>105</b>

## LAMPIRAN

### DAFTAR TABEL

Tabel 3.1.Desain Penelitian <i>One Group Pretest-Posttest Design</i> .....	74
Tabel 3.2Kisi-kisi Kesiapan Belajar .....	80
Tabel 3.3Penilaian Skala Likert .....	81
Tabel 3.4 Kisi-kisi Partisipasi Aktif Siswa .....	82
Tabel 4.1 Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku Kesiapan Belajar .....	94
Tabel 4.2 Hasil Observasi Partisipasi Aktif Siswa Menggunakan Pengukuran Jumlah Waktu Aktif Belajar Siswa (JWAB) .....	95
Tabel 4.3 Uji Normalitas <i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i> Kesiapan Belajar .....	96
Tabel 4.4 Uji Normalitas <i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i> Partisipasi Aktif Siswa .....	96
Tabel 4.5 Hasil Uji Homogenitas Kesiapan Belajar .....	96
Tabel 4.6 Hasil Uji Homogenitas Partisipasi Aktif Siswa .....	97
Tabel 4.7Hasil Uji Analisa Rata-rata (ANOVA) Kesiapan Belajar.....	98
Tabel 4.8 Hasil Uji Rata-rata (ANOVA) Partisipasi Aktif Siswa .....	99

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skema Kerangka Pemikiran .....	71
Gambar 3.1 Langkah-langkah Penelitian.....	75
Gambar 4.1 Hasil Tes Pretest dan Posttest Kesiapan Belajar .....	100
Gambar 4.2 Hasil Tes Pretest dan Posttest Partisipasi Aktif Siswa.....	101

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
2. Lembar Observasi Partisipasi Aktif Siswa
3. Lembar Kuisisioner Kesiapan Belajar
4. Hasil Penilaian Partisipasi Aktif Siswa
5. Hasil Penilaian Kesiapan Belajar
6. Hasil Perhitungan Uji Validitas Instrumen Kesiapan Belajar
7. Hasil Perhitungan Uji Normalitas, Uji Homogenitas, dan Uji Hipotesis Menggunakan SPSS
8. Data Catatan Lapangan
9. Surat Keputusan Pembimbing Skripsi
10. Surat Permohonan Izin Penelitian
11. Surat Balasan dari Tempat Penelitian
12. Dokumentasi
13. Daftar Riwayat Hidup Penulis

Eggy Nugraha Faizal, 2017

*PENGARUH PEMANASAN MENGGUNAKAN MODIFIKASI PERMAINAN OUTWORD OF BOND TERHADAP KESIAPAN BELAJARAN PARTISIPASI AKTIF SISWA DALAM PROSES PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI*

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)