

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iii
<b>UCAPAN TERIMAKASIH</b> .....	iv
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	ix
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	x
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	8
E. Struktur Organisasi Skripsi .....	8
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOTESIS TINDAKAN</b> .....	10
A. Kajian Pustaka.....	10
1. Hakikat Pendidikan Jasmani .....	10
a. Pengertian Pendidikan Jasmani.....	10
b. Tujuan Pendidikan Jasmani.....	11
c. Manfaat Pendidikan Jasmani.....	12
2. Hakikat Model Pembelajaran .....	15
a. Pengertian Model Pembelajaran .....	15
b. Model-Model Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani .....	17
3. Model Pendidikan Gerak.....	20

4. Pola Gerak Dasar.....	21
a. Konsep Gerak.....	21
b. Keterampilan Gerak .....	23
c. Keterampilan Gerak Dasar.....	24
5. Gerak Lokomotor.....	26
6. Kebugaran Jamani.....	29
7. Gerak Lokomotor dan Kebugaran Jasmani.....	32
B. Kerangka Berpikir.....	33
C. Hipotesis Tindakan.....	34
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>35</b>
A. Metode Penelitian.....	35
B. Desain Penelitian.....	36
C. Subjek Penelitian.....	37
D. Teknik Pengumpulan Data.....	37
E. Instrumen Penelitian.....	38
F. Prosedur Penelitian.....	43
G. Analisis Data .....	46
<b>BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>49</b>
A. Deskripsi Penelitian .....	49
B. Hasil Penelitian .....	54
1. Hasil Pre Test dan Post Test TGMD.....	54
2. Hasil Pre Test dan Post Test TKJI .....	60
C. Diskusi Penemuan.....	66
1. Temuan pada Siklus I Tindakan I .....	66
2. Temuan pada Siklus I Tindakan II.....	66
3. Temuan pada Siklus II Tindakan I.....	67
4. Temuan pada Siklus II Tindakan II.....	67
5. Temuan pada Siklus III Tindakan I.....	67
6. Temuan pada Siklus III Tindakan II .....	68

<b>BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI .....</b>	<b>75</b>
A. Simpulan .....	75
B. Implikasi.....	75
C. Rekomendasi.....	76
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>78</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>80</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b>	

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 3.1</b> Format Observasi Keterampilan dan Tes TGMD .....	38
<b>Tabel 3.2</b> Format TKJI .....	41
<b>Tabel 3.3</b> Format Kriteria Sprint TKJI.....	42
<b>Tabel 3.4</b> Format Kriteria Pull Up TKJI .....	42
<b>Tabel 3.5</b> Format Kriteria Sit Up TKJI .....	43
<b>Tabel 3.6</b> Format Kriteria Lari Jarak Sedang TKJI.....	43
<b>Tabel 3.7</b> Penggunaan kurva Normal Dengan 5 kategori Nilai (A-E) .....	47
<b>Tabel 4.1</b> Kurva Penilaian Acuan Norma Pre Test TGMD.....	56
<b>Tabel 4.2</b> Hasil Penilaian Acuan Norma Pre Test TGMD Siswa.....	56
<b>Tabel 4.3</b> Kurva Penilaian Acuan Norma Post Test TGMD .....	58
<b>Tabel 4.4</b> Hasil Penilaian Acuan Norma Post Test TGMD.....	58
<b>Tabel 4.5</b> Kurva Penilaian Acuan Norma Pre Test TKJI .....	61
<b>Tabel 4.6</b> Hasil Penilaian Acuan Norma Pre Test TKJI.....	61
<b>Tabel 4.7</b> Kurva Penilaian Acuan Norma Post Test TKJI.....	63
<b>Tabel 4.8</b> Hasil penialain Acuan Norma Post Test TKJI .....	63
<b>Tabel 4.9</b> Hasil Pre Test TKJI .....	69
<b>Tabel 4.10</b> Hasil Post Test TKJI.....	69
<b>Tabel 4.11</b> Hasil Pre Test TGMD.....	71

Iman Pirmana, 2017

**IMPLEMENTASI MODEL PENDIDIKAN GERAK DALAM PEMBELAJARAN GERAK DASAR LOKOMOTOR  
UNTUK MENINGKATKAN KEBUGARAN  
JASMANI SISWA**

universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

<b>Tabel 4.12</b> Hasil Post Test TGMD .....	71
--	----

## DAFTAR GRAFIK

<b>Grafik Line 4.1</b> Hasil Penelitian TGMD .....	55
<b>Grafik Line 4.2</b> Hasil Penelitian TKJI.....	60
<b>Grafik Batang 4.1</b> Peningkatan Hasil Penelitian Gerak Dasar Lokomotor Dan Kebugaran Jasmani Dengan Menerapkan Model Pendidikan Gerak Pada Aktivitas Pola Gerak Dasar.....	65
<b>Grafik Batang 4.2</b> Hasil Perbandingan Pre Test dan Post Test TKJI.....	70
<b>Grafik Batang 4.3</b> Hasil Perbandingan Aspek-1 TGMD .....	72
<b>Grafik Batang 4.4</b> Hasil Perbandingan Aspek-2 TGMD .....	72
<b>Grafik Batang 4.5</b> Hasil Perbandingan Aspek-3 TGMD .....	73
<b>Grafik Batang 4.6</b> Hasil Perbandingan Aspek-4 TGMD .....	73
<b>Grafik Batang 4.7</b> Hasil Perbandingan Aspek-5 TGMD .....	74
<b>Grafik Batang 4.8</b> Hasil Perbandingan Aspek-6 TGMD .....	74

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 3.1</b> Siklus Model Kurt Lewin .....	37
<b>Gambar 3.2</b> Siklus PTK.....	44