

DAFTAR ISI

| | |
|---|------------|
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR | ii |
| UCAPAN TERIMA KASIH | iii |
| DAFTAR ISI | vii |
| DAFTAR GAMBAR | x |
| DAFTAR TABEL | xi |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 5 |
| C. Perumusan Masalah | 6 |
| D. Pembatasan Penelitian | 6 |
| E. Tujuan Penelitian | 6 |
| F. Kegunaan Penelitian | 7 |
| G. Penjelasan Istilah | 8 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN | |
| A. Belajar | |
| 1. Hakikat Belajar | 10 |
| 2. Pengertian Belajar | 12 |
| B. Pendidikan Jasmani | |
| 1. Hakikat Pendidikan Jasmani | 14 |
| 2. Pengertian Pendidikan Jasmani | 16 |
| 3. Tujuan Pendidikan Jasmani | 17 |
| 4. Proses Belajar Mengajar Penjas | 19 |
| 5. Pandangan Proses Belajar Mengajar Penjas | 20 |
| 6. Pendekatan Bermain | 21 |
| C. Ekstrakurikuler Olahraga | |
| 1. Hakikat Program Ekstrakurikuler | 22 |
| 2. Fungsi Kegiatan Ekstrakurikuler | 23 |

| | |
|---|----|
| 3. Ekstrakurikuler Anggar | 24 |
| D. Keterampilan Dasar Anggar | 24 |
| E. Gerak Serang Anggar | 32 |
| F. Bermain | |
| 1. Pengertian Bermain | 35 |
| 2. Pendekatan Bermain | 35 |
| 3. Penerapan Permainan | 36 |
| G. Permainan <i>Touch Ball and Glove</i> | 37 |
| H. Hubungan Penerapan Permainan <i>Touch Ball and Glove</i> Terhadap Hasil Pembelajaran Gerak Serang Anggar | 38 |

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

| | |
|--|----|
| A. Metode Penelitian | 39 |
| B. Populasi, Sampel, Lokasi dan Waktu Penelitian | 40 |
| C. Variabel Penelitian | 41 |
| D. Definisi Operasional | 41 |
| E. Instrumen Penelitian | 42 |
| F. Kisi-Kisi Instrumen | 43 |
| G. Teknik Penilaian | 44 |
| H. Analisis Instrumen | 46 |
| I. Prosedur Pengolahan Data | 51 |

BAB IV HASIL PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA

| | |
|--------------------------------|----|
| A. Pengolahan Data | |
| 1. Hasil <i>Pretest</i> | 54 |
| 2. Hasil <i>Posttest</i> | 55 |
| 3. Uji Normalitas | 56 |
| 4. Uji Homogenitas | 57 |
| 5. Uji t | 58 |
| B. Analisis Data | 59 |

BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI

| | |
|-------------------|----|
| A. Simpulan | 62 |
|-------------------|----|

| | |
|----------------------------|-----------|
| B. Rekomendasi | 62 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 63 |
| LAMPIRAN A | 67 |
| LAMPIRAN B | 73 |
| LAMPIRAN C | 78 |



DAFTAR GAMBAR

| | | |
|------------|---|----|
| Gambar 2.1 | Jenis Senjata Floret (<i>Foil</i>) | 26 |
| Gambar 2.2 | Jenis Senjata Degen (<i>Epee</i>) | 27 |
| Gambar 2.3 | Jenis Senjata Sabel (<i>Sabre</i>) | 28 |
| Gambar 2.4 | Jenis Senjata dan Sasaran Anggar Nomor Floret | 28 |
| Gambar 2.5 | Jenis Senjata dan Sasaran Anggar Nomor Degen | 29 |
| Gambar 2.6 | Jenis Senjata dan Sasaran Anggar Nomor Sabel | 29 |
| Gambar 2.7 | <i>On Guard Position</i> | 30 |
| Gambar 2.8 | Serangan Langsung (<i>Direct Attack</i>) | 33 |
| Gambar 2.9 | Permainan <i>touch Ball and Glove</i> Dilakukan Oleh 2 Orang..... | 37 |

DAFTAR TABEL

| | | |
|-----------|--|----|
| Tabel 3.1 | <i>Pretest Posttest One Group</i> | 39 |
| Tabel 3.2 | Kisi-kisi Instrumen | 43 |
| Tabel 3.3 | Teknik Penilaian | 44 |
| Tabel 3.4 | Validitas Instrumen | 46 |
| Tabel 3.5 | Uji Realibilitas | 47 |
| Tabel 4.1 | Hasil <i>Pretest</i> | 52 |
| Tabel 4.2 | Kategorisasi Hasil <i>Pretest</i> | 52 |
| Tabel 4.3 | Hasil <i>Posttest</i> | 53 |
| Tabel 4.4 | Kategorisasi Hasil <i>Posttest</i> | 53 |
| Tabel 4.5 | Uji Normalitas | 54 |
| Tabel 4.6 | Uji Homogenitas | 54 |
| Tabel 4.7 | Hasil Pengujian Hipotesis Perbedaan Rata-rata Pembelajaran Gerak Serang Anggar Sebelum dan Sesudah Penerapan Permainan <i>Touch Ball and Glove</i> | 55 |

