

DAFTAR ISI

| | Hal |
|--|------|
| ABSTRAKSI..... | i |
| KATA PENGANTAR..... | iii |
| PERNYATAAN..... | viii |
| DAFTAR ISI | ix |
| DAFTAR TABEL..... | xii |
| DAFTAR GAMBAR..... | xiii |
| DAFTAR GRAFIK..... | xiv |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Identifikasi dan Rumusan Masalah | 9 |
| C. Tujuan Penelitian | 10 |
| D. Manfaat Penelitian | 11 |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN, DAN HIPOTESIS PENELITIAN | 12 |
| A. KAJIAN PUSTAKA..... | 12 |
| 1. Hakikat Pendidikan Jasmani..... | 13 |
| 2. Pengertian Pendidikan Jasmani | 15 |
| 3. Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar | 18 |
| 4. Tujuan Pendidikan Jasmani..... | 23 |
| a. Kebugaran Jasmani..... | 25 |
| 1). Pengertian Kebugaran Jasmani..... | 25 |
| 2). Unsur-Unsur Kebugaran Jasmani..... | 27 |
| 3). Pentingnya Kebugaran Jasmani..... | 29 |
| 4). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebugaran Jasmani.... | 33 |
| b. Perkembangan Sosial..... | 35 |
| 1). Pengertian Perkembangan Sosial..... | 35 |
| 2). Pentingnya Pendidikan Jasmani, Olahraga Bagi Perkembangan Sosial..... | 36 |

| | |
|--|-----|
| 3). Tahap Perkembangan Anak Sekolah Dasar..... | 42 |
| 5. Hakekat Pendekatan Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani.... | 46 |
| a. Definisi Pendekatan Pembelajaran..... | 46 |
| b. Macam Pendekatan Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani... | 47 |
| 6. Pendekatan Bermain..... | 56 |
| a. Pengertian Pendekatan Bermain..... | 56 |
| b. Manfaat Pendekatan Bermain Dalam Pendidikan Jasmani..... | 60 |
| c. Jenis Permainan Dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga..... | 63 |
| d. Teori Bermain..... | 64 |
| e. Asas-Asas Didaktik Dalam Permainan..... | 68 |
| f. Pembelajaran Pendekatan Bermain Dalam Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar..... | 69 |
| 1) Permainan Sepak bola..... | 70 |
| 2). Permainan Bola Voli..... | 77 |
| 3). Permainan Bola Basket..... | 82 |
| 4). Permainan Rounders..... | 87 |
| B. KERANGKA PEMIKIRAN..... | 91 |
| C. HIPOTESIS PENELITIAN..... | 97 |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN..... | 98 |
| A. Metode Penelitian..... | 98 |
| B. Desain Penelitian..... | 98 |
| C. Populasi dan Sampel Penelitian..... | 100 |
| D. Lokasi dan Waktu Penelitian..... | 101 |
| E. Definisi Operasional Variabel Penelitian..... | 101 |
| F. Instrumen Penelitian..... | 103 |
| G. Proses Pengembangan Instrumen..... | 104 |
| H. Pengujian Validitas dan Reliabilitas..... | 109 |
| I. Teknik Pengumpulan Data..... | 110 |
| J. Analisis Data..... | 110 |

| | |
|--|-----|
| BAB IV HASIL PENGOLAHAN DAN PEMBAHASAN | 113 |
| A. Hasil Pengolahan..... | 113 |
| 1. Deskripsi Data..... | 113 |
| 2. Hasil Uji Normalitas..... | 116 |
| 3. Hasil Uji Homogenitas..... | 119 |
| 4. Uji Hipotesis Penelitian I..... | 122 |
| 5. Uji Hipotesis Penelitian 2..... | 113 |
| 6. Independent Sampel-T-Test..... | 125 |
| B. Pembahasan | 127 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | 132 |
| A. Kesimpulan..... | 132 |
| B. Saran..... | 132 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 134 |
| LAMPIRAN – LAMPIRAN | 144 |
| 1. Lampiran A. Instrument | 144 |
| 2. Lampiran B. Data Mentah | 180 |
| 3. Lampiran C. Rekapitulasi Data..... | 192 |
| 4. Lampiran D. Hasil Pengolahan Data | 197 |
| 5. Lampiran E. Izin Penelitian dan Pembimbing..... | 206 |
| 6. Lampiran F. Photo Penelitian | 214 |
| 7. Lampiran G. Riwayat Hidup..... | 232 |

DAFTAR GAMBAR

Gambar

| | |
|---|----|
| 2.1 Macam Pendekatan dalam Pendidikan Jasmani..... | 47 |
| 2.2 Tahapan Pendekatan Bermain..... | 60 |
| 2.3 Permainan Memukul | 90 |
| 2.4 Permainan Lempar Tangkap Mengelilingi Lapangan..... | 90 |
| 2.5 Permainan Memberhentikan Pemain | 90 |
| 2.6 Permainan Jangan Berdua..... | 91 |
| 2.7 Kerangka Pemikiran..... | 96 |
| 3.1 Desain Eksperimen Pre test and Post-test..... | 99 |
| 3.2 Langkah-Langkah Penelitian | 99 |

DAFTAR GRAFIK

Grafik

| | |
|---|-----|
| 4.1 Deskripsi Data Kebugaran Jasmani | 114 |
| 4.2 Deskripsi Data Perkembangan Sosial..... | 115 |



DAFTAR TABEL

Tabel

| | |
|--|-----|
| 2.1 Tingkat Kerumitan Taktik Dalam Permainan Sepakbola..... | 72 |
| 2.2 Tingkat Kompleksitas Taktik dalam Pembelajaran Bola Voli..... | 80 |
| 2.3 Masalah Taktis, Gerak, dan Keterampilan-Keterampilan Dalam Bola Basket..... | 85 |
| 2.4 Kerangka Kerja untuk Pembelajaran Invansion Games | 86 |
| 2.5 Tingkat Pembelajaran Permainan Rounders..... | 89 |
| 3.1 Kisi-Kisi Angket Perkembangan Sosial..... | 105 |
| 3.2 Program Pembelajaran..... | 106 |
| 4.1 Deskripsi Data Kebugaran Jasmani | 113 |
| 4.2 Deskripsi Data Perkembangan Sosial..... | 115 |
| 4.3 Uji Normalitas Kebugaran Jasmani..... | 117 |
| 4.4 Uji Normalitas Perkembangan Sosial..... | 118 |
| 4.5 Uji Homogenitas Kebugaran Jasmani..... | 119 |
| 4.6 Uji Homogenitas Perkembangan Sosial..... | 120 |
| 4.7 <i>Paired Sample t-test</i> Kebugaran Jasmani..... | 122 |
| 4.8 <i>Paired Sample t-test</i> Perkembangan Sosial..... | 123 |
| 4.9 <i>Independent Sample t-test</i> Kebugaran Jasmani..... | 125 |
| 4.10 <i>Independent Sample t-test</i> Perkembangan Sosial..... | 126 |