

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR DIAGRAM.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah dan Pemecahan Masalah	
1. Rumusan Masalah	6
2. Pemecahan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Batasan Istilah	11
BAB II KAJIAN TEORITIS	
A. Pengertian Pendidikan Jasmani	13
B. Tujuan Pendidikan Jasmani	16
C. Peranan Pendidikan Jasmani	17
D. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani	18
E. Pengertian Atletik	19
F. Konsep Lompat Jauh	
1. Pengertian Lompat jauh.....	20
2. Teknik Dasar Lompat Jauh	22
3. Pembelajaran Lompat Jauh	24
G. Modifikasi Pembelajaran	25
H. Lompat Jauh Dengan Modifikasi Kedalam Permainan Melewati Pertahanan Musuh.....	26
I. Tata Cara Lompat Jauh Dengan Menggunakan Permainan Melewati Pertahanan Musuh.....	27
J. Penelitian Yang Relevan	27
K. Hipotesis Tindakan	28

BAB III METODELOGI PENELITIAN

A. Lokasi, Waktu dan Subjek Penelitian	
1. Lokasi Penelitian	29
2. Waktu Penelitian	30
3. Subjek Penelitian	30
B. Metode dan Desain Penelitian	
1. Metode Penelitian	31
2. Desain Penelitian	32
C. Prosedur Penelitian	
1. Tahapan Perencanaan Tindakan	33
2. Tahapan Pelaksanaan Tindakan	33
3. Tahapan Observasi	36
4. Refleksi	36
D. Instrumen Pengolahan Data	
1. Format Observasi Perencanaan Kinerja Guru	37
2. Format Observasi Pelaksanaan Kinerja Guru	37
3. Format Observasi Aktivitas Siswa	38
4. Format Tes Keterampilan Belajar Siswa	38
5. Format Wawancara	38
6. Catatan Lapangan	38
7. Dokumentasi	38
E. Teknik Pengolahan Data Dan Analisis Data	
1. Pengolahan Data	38
2. Analisis Data	39
F. Validitas Data	
1. Triangulasi	39
2. Member Check	40
3. Audit Trail	40
4. Expert Opinion	40

BAB IV PAPARAN DATA DAN PEMBAHASAN

A. Paparan Data Awal	42
B. Paparan Data Tindakan	
1. Paparan Data Tindakan Siklus I	51
a. Paparan Data Tindakan Perencanaan Siklus I	51
b. Paparan Data Tindakan Pelaksanaan Siklus I	54
c. Paparan Data Observasi Aktivitas Siswa Siklus I	56
d. Paparan Data Hasil Tes Belajar Siswa Siklus I	59
e. Analisis Dan Refleksi Siklus I	62
2. Paparan Data Tindakan Siklus II	66
a. Paparan Data Tindakan Perencanaan Siklus II	66
b. Paparan Data Tindakan Pelaksanaan Siklus II	69
c. Paparan Data Observasi Aktivitas Siswa Siklus II	73
d. Paparan Data Hasil Tes Belajar Siswa Siklus II	75
e. Analisis Dan Refleksi Siklus II	78

3. Paparan Data Tindakan Siklus III	81
a. Paparan Data Tindakan Perencanaan Siklus II	82
b. Paparan Data Tindakan Pelaksanaan Siklus II	85
c. Paparan Data Observasi Aktivitas Siswa Siklus II	88
d. Paparan Data Hasil Tes Belajar Siswa Siklus II	90
e. Analisis Dan Refleksi Siklus II	93
C. Paparan Wawancara	
1. Wawancara Dengan Siswa	95
2. Wawancara Dengan Guru	96
D. Pembahasan	
1. Pembahasan Perencanaan Pembelajaran	97
2. Pembahasan Pelaksanaan Pembelajaran	97
3. Pembahasan Observasi Aktivitas Siswa	98
4. Pembahasan Hasil Belajar Siswa	99
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	100
B. Saran	102
DAFTAR PUSTAKA	104
LAMPIRAN-LAMPIRAN	106
DOKUMENTASI	186
RIWAYAT HIDUP	192

DAFTAR TABEL

TABEL	Halaman
1.1 Hasil Data Awal Tes Belajar Siswa	5
3.1 Waktu Penelitian	30
4.1 Data Awal Perencanaan Pembelajaran	43
4.2 Data Awal Pelaksanaan Pembelajaran	45
4.3 Data Awal Observasi Aktivitas Siswa	47
4.4 Data awal hasil belajar siswa	49
4.5 Data Hasil Perencanaan Kinerja Guru Siklus I	52
4.6 Data Hasil Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus I	55
4.7 Data Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I	57
4.8 Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus I	60
4.9 Rekapitulasi Hasil Perencanaan Pembelajaran Siklus I	63
4.10 Rekapitulasi Hasil Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I	64
4.11 Rekapitulasi Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I	65
4.12 Rekapitulasi Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus I	65
4.13 Data Hasil Perencanaan Kinerja Guru Siklus II	68
4.14 Data Hasil Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus II	71
4.15 Data hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II	73
4.16 Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus II	76
4.17 Rekapitulasi Hasil Perencanaan Pembelajaran Siklus II	78
4.18 Rekapitulasi Hasil Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II	79
4.19 Rekapitulasi Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II	80
4.20 Rekapitulasi Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus II	81
4.21 Data Hasil Perencanaan Kinerja Guru Siklus III	83
4.22 Data Hasil Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus III	86
4.23 Data hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III	88
4.24 Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus III	91
4.25 Rekapitulasi Hasil Perencanaan Pembelajaran Siklus III	93
4.26 Rekapitulasi Hasil Pelaksanaan Pembelajaran Siklus III	94

4.27	Rekapitulasi Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III	94
4.28	Rekapitulasi Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus III	95



DAFTAR DIAGRAM

Diagram	Halaman
4.1 Peningkatan Perencanaan Kinerja Guru Data Awal dan Siklus I	53
4.2 Peningkatan Pelaksanaan Kinerja Guru Data Awal dan Siklus I	56
4.3 Peningkatan Hasil Observasi Aktivitas Data Awal dan Siswa Siklus I	59
4.4 Peningkatan Hasil Belajar Siswa Data Awal dan Siklus I	62
4.5 Peningkatan Perencanaan Kinerja Guru Data Awal, Siklus I dan Siklus II	69
4.6 Peningkatan Pelaksanaan Kinerja Guru Data Awal, Siklus I dan Siklus II	72
4.7 Peningkatan Hasil Observasi Aktivitas Siswa Data Awal, Siklus I dan siklus II	75
4.8 Peningkatan Hasil Belajar Siswa Data Awal, Siklus I dan Siklus II	78
4.9 Peningkatan Perencanaan Kinerja Guru Data Awal, Siklus I, II dan III	84
4.10 Peningkatan Pelaksanaan Kinerja Guru Data Awal, Siklus I, II dan III	87
4.11 Peningkatan Hasil Observasi Aktivitas Siswa Data Awal, Siklus I, II dan III	90
4.12 Peningkatan Hasil Belajar Siswa Data Awal, Siklus I, Siklus II dan Siklus III	93
4.13 Peningkatan Perencanaan Pembelajaran Data Awal Siklus I, I dan III	97
4.14 Peningkatan Pelaksanaan Pembelajaran Data Awal Siklus I, I dan III.....	97
4.15 Peningkatan Hasil Observasi Aktivitas Siswa Data Awal Siklus I, I dan III.....	98
4.16 Peningkatan Hasil Belajar Siswa Data Awal Siklus I, I dan III.....	99

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Keseluruhan Gerak Dasar Pada Lompat Jauh	22
2.2 Gerakan Awalan Pada Lompat Jauh	22
2.3 Gerakan Tolakan Pada Lompat Jauh	23
2.4 Gerakan Maleyang Pada Lompat Jauh	23
2.5 Gerakan Mendarat Pada Lompat Jauh	24
3.1 Denah SDN Arjasari	29
3.2 Model Spiral Kemmis dan Mc. Taggart.....	32



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP Siklus I)	106
2 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP Siklus II)	111
3 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP Siklus III)	117
4 Format Observasi Perencanaan Kinerja Guru	123
5 Format Observasi Pelaksanaan Kinerja Guru	134
6 Format Observasi Aktivitas Siswa	138
7 Format Tes Keterampilan Belajar Siswa	140
8 Format Catatan Lapangan	142
9 Format Wawancara untuk Siswa	143
10 Format Wawancara untuk Guru	144
11 Format Observasi Perencanaan Kinerja Guru Siklus I	145
12 Format Observasi Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus I.....	147
13 Format Observasi Aktivitas Siswa Siklus I	149
14 Format Tes Keterampilan Belajar Siswa Siklus I	152
15 Format Catatan Lapangan Siklus I	154
16 Format Wawancara untuk Siswa Siklus I	156
17 Format Wawancara untuk Guru Siklus I	158
18 Format Observasi Perencanaan Kinerja Guru Siklus II	159
19 Format Observasi Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus II	161
20 Format Observasi Aktivitas Siswa Siklus II	163
21 Format Tes Keterampilan Belajar Siswa Siklus II	165
22 Format Catatan Lapangan Siklus II	167
23 Format Wawancara untuk Siswa Siklus II	169
24 Format Wawancara untuk Guru Siklus II	170
25 Format Observasi Perencanaan Kinerja Guru Siklus III	171
26 Format Observasi Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus III	173
27 Format Observasi Aktivitas Siswa Siklus III	175
28 Format Tes Keterampilan Belajar Siswa Siklus III	177
29 Format Catatan Lapangan Siklus III	179

30	Format Wawancara untuk Siswa Siklus III	180
31	Format Wawancara untuk Guru Siklus III	181
32	Surat Keputusan Pembimbing	182
33	Surat Izin Penelitian	183
34	Surat Keterangan Penelitian Dari SDN Arjasari	184
35	Monitoring Bimbingan	185
36	Dokumentasi	186

