

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR DIAGRAM	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan dan Pemecahan Masalah	7
1. Rumusan Masalah	7
2. Pemecahan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	10
E. Batasan Istilah	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
A. Kajian Teoritis	12
1. Pengertian Pendidikan Jasmani	11
2. Hakikat Pendidikan Jasmani	14
3. Tujuan Pendidikan Jasmani	16
4. Ruang Lingkup Penjas dalam KTSP	18
5. Pengertian Renang	19
a. Pengertian Renang Gaya Bebas	19
6. Manfaat Renang	22
7. Gerakan Dasar Renang Gaya Bebas	23
a. Latihan Pengenalan Aktivitas Air	23
b. Latihan Meluncur	24
c. Latihan Gerakan Lengan	25
d. Latihan Gerakan Tungkai	27
e. Latihan Pernafasan	28
f. Latihan Koordinasi	29
8. Bermain Dalam Kehidupan Anak	32
9. Fungsi Bermain Bagi Anak	34
10. Teori Bermain dalam Permainan	35

11. Permainan Berpasangan	39
B. Penelitian yang Relevan	41
C. Hipotesis Tindakan	42
BAB III METODE PENELITIAN	43
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	43
1. Lokasi Penelitian	43
2. Waktu Penelitian	44
B. Subjek Penelitian	44
C. Metode dan Desain Penelitian	45
1. Metode Penelitian	45
2. Desain Penelitian	46
D. Prosedur Penelitian	48
1. Tahap Perencanaan Tindakan	49
2. Tahap Pelaksanaan Tindakan	49
3. Tahap Observasi	49
4. Tahap Analisis dan Refleksi	50
E. Instrument Penelitian	50
F. Data dan Sumber Data	53
1. Data	53
2. Sumber Data	53
G. Teknik Pengolahan dan Analisis Data	53
1. Teknik Pengolahan Data	53
2. Pengolahan Data Hasil	54
3. Analisis Data	56
H. Validasi Data	57
BAB IV PAPARAN DATA DAN PEMBAHASAN	59
A. Paparan Data Awal	59
1. Paparan Data Awal Perencanaan	60
2. Paparan Data Awal Pelaksanaan	61
3. Paparan Data Awal Aktivitas Siswa	63
4. Paparan Data Awal Tes Hasil Belajar	64
5. Analisis dan Refleksi	66
B. Paparan Data Tindakan	69
1. Paparan Data Siklus I	69
a. Paparan Data Perencanaan	69
b. Paparan Data Pelaksanaan	74
c. Paparan Data Aktivitas Siswa	79
d. Paparan Data Hasil Belajar	82

e. Analisis dan Refleksi	85
2. Paparan Data Siklus II	93
a. Paparan Data Perencanaan	93
b. Paparan Data Pelaksanaan	97
c. Paparan Data Aktivitas Siswa	102
d. Paparan Data Hasil Belajar	105
e. Analisis dan Refleksi	108
3. Paparan Data Siklus III	117
a. Paparan Data Perencanaan	117
b. Paparan Data Pelaksanaan	121
c. Paparan Data Aktivitas Siswa	126
d. Paparan Data Hasil Belajar	128
e. Analisis dan Refleksi	131
C. Pembahasan	137
1. Pembahasan Perencanaan	138
2. Pembahasan Pelaksanaan	140
3. Pembahasan Aktivitas Siswa	144
4. Pembahasan Tes Hasil Belajar Siswa	145
5. Temuan Hasil Refleksi	148
6. Pembuktian Hipotesis	151
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	152
A. Kesimpulan	152
B. Saran	153
DAFTAR PUSTAKA	156
LAMPIRAN	157
RIWAYAT HIDUP	152