

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|---|---------|
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR | ii |
| DAFTAR ISI | v |
| DAFTAR TABEL | viii |
| DAFTAR GAMBAR | x |
| DAFTAR DIAGRAM | xi |
| DAFTAR LAMPIRAN | xii |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Rumusan Masalah dan Pemecahan Masalah..... | 8 |
| C. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian | 11 |
| D. Penjelasan Istilah..... | 13 |
| BAB II KAJIAN TEORITIS..... | 15 |
| A. Pengertian Pendidikan..... | 15 |
| B. Pengertian Pembelajaran..... | 16 |
| C. Pengertian Pendidikan Jasmani..... | 18 |
| 1. Hakikat Pendidikan Jasmani..... | 18 |
| 2. Tujuan Pendidikan Jasmani | 19 |
| 3. Ruang lingkup Penjas Dalam KTSP..... | 20 |
| D. Pembelajaran Atletik..... | 21 |
| 1. Manfaat Atletik..... | 21 |
| 2. Pengertian Atletik..... | 22 |
| 3. Teknik Lompat Jauh | 26 |
| E. Konsep Permainan..... | 36 |
| 1. Bermain Dalam Kehidupan Anak..... | 36 |
| 2. Fungsi Bermain..... | 36 |
| 3. Teori bermain | 37 |
| F. Permainan Melompati Benda | 38 |
| 1. Pengertian | 38 |
| 2. Langkah-langkah Pembelajaran Permainan Melompati Ban | 38 |
| G. Penemuan Penelitian Terdahulu yang Relevan | 40 |
| H. Hipotesis Tindakan..... | 42 |

| | | |
|---------|--|----|
| BAB III | PROSEDUR PENELITIAN | 43 |
| A. | Lokasi Penelitian dan Subjek Penelitian | 43 |
| 1. | Lokasi Penelitian..... | 43 |
| 2. | Waktu Penelitian..... | 43 |
| B. | Subyek Penelitian..... | 44 |
| C. | Metode dan Desain Penelitian..... | 44 |
| 1. | Metode Penelitian | 44 |
| 2. | Desain Penelitian | 45 |
| D. | Prosedur Penelitian dan Rencana Tindakan..... | 47 |
| 1. | Prosedur Penelitian | 47 |
| 2. | Rencana Tindakan..... | 49 |
| a. | Tahap Perencanaan Tindakan | 49 |
| b. | Pelaksanaan Tindakan..... | 49 |
| 3. | Observasi | 51 |
| 4. | Refleksi | 51 |
| E. | Instrumen Penelitian..... | 52 |
| 1. | Lembar Observasi | 52 |
| 2. | Lembar Wawancara..... | 53 |
| 3. | Catatan Lapangan..... | 53 |
| 4. | Tes Hasil Belajar Siswa..... | 53 |
| F. | Tehnik Pengumpulan Data dan Intrumen Penelitian | 54 |
| 1. | Tehnik Pengumpulan data..... | 54 |
| 2. | Intrumen Penelitian | 54 |
| G. | Prosedur Pengolahan Data dan Analisis Data..... | 55 |
| 1. | Prosedur Pengolahan Data | 55 |
| 2. | Analisis Data | 57 |
| BAB IV | PAPARAN DATA DAN PEMBAHASAN | 60 |
| A. | Paparan Data Awal..... | 60 |
| B. | Paparan Siklus I..... | 63 |
| 1. | Paparan Data Perencanaan Siklus I..... | 63 |
| 2. | Paparan Data Pelaksanaan Siklus I | 64 |
| 3. | Paparan Data Hasil Observasi Siklus I..... | 65 |
| a. | Paparan Data Observasi Perencanaan Pembelajaran siklus I | 65 |
| b. | Paparan Data Kinerja Guru Siklus I..... | 67 |
| c. | Paparan Data Observasi Aktivitas Siswa Siklus I | 69 |
| d. | Paparan Data Hasil Belajar Siswa Siklus I..... | 70 |
| 4. | Analisis dan Refleksi Siklus I | 72 |
| a. | Análisis dan Refleksi Perencanaan Pembelajaran Siklus I.. | 72 |
| b. | Analisis dan Refleksi Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I.. | 73 |
| c. | Analisis dan Refleksi Aktivitas Siswa Siklus I | 74 |
| d. | Analisis dan Refleksi Hasil Belajar Siswa Siklus I..... | 76 |
| C. | Paparan Siklus II | 77 |
| 1. | Paparan Data Perencanaan Siklus II..... | 77 |
| 2. | Paparan Data Pelaksanaan Siklus II..... | 78 |
| 3. | Paparan Data Hasil Observasi Siklus II | 79 |

| | | |
|---------------------------|--|-----|
| a. | Paparan Data Observasi Perencanaan Pembelajaran siklus II | 79 |
| b. | Paparan Data Kinerja Guru Siklus II..... | 80 |
| c. | Paparan Data Observasi Aktivitas Siswa Siklus II | 82 |
| d. | Paparan Data Hasil Belajar Siswa Siklus II | 84 |
| 4. | Analisis dan Refleksi Siklus II..... | 86 |
| a. | Analisis dan Refleksi Perencanaan Pembelajaran Siklus II | 87 |
| b. | Analisis dan Refleksi Kinerja Guru Siklus II..... | 87 |
| c. | Analisis dan Refleksi Aktivitas Siswa Siklus II..... | 89 |
| d. | Analisis dan Refleksi Hasil Belajar Siswa Siklus II..... | 90 |
| D. | Paparan Siklus III..... | 91 |
| 1. | Paparan Data Perencanaan Siklus III | 91 |
| 2. | Paparan Data Pelaksanaan Siklus III..... | 92 |
| 3. | Paparan Data Hasil Observasi Siklus III..... | 93 |
| a. | Paparan Data Observasi Perencanaan Pembelajaran siklus III | 93 |
| b. | Paparan Data Pelaksanaan Pembelajaran Siklus III | 94 |
| c. | Paparan Data Observasi Aktivitas Siswa Siklus III | 96 |
| d. | Paparan Data Hasil Belajar Siswa Siklus III | 98 |
| 4. | Analisis dan Refleksi Siklus III..... | 100 |
| a. | Analisis dan Refleksi Perencanaan Pembelajaran Siklus III | 101 |
| b. | Analisis dan Refleksi Kinerja Guru Siklus III..... | 102 |
| c. | Analisis dan Refleksi Aktivitas Siswa Siklus III..... | 103 |
| d. | Analisis dan Refleksi Hasil Belajar Siswa Siklus III | 104 |
| E. | Paparan Wawancara Siswa dan Guru..... | 105 |
| 1. | Deskripsi Wawancara Siswa | 105 |
| 2. | Deskripsi Pendapat Guru..... | 105 |
| F. | Pembahasan | 106 |
| 1. | Tahap Perencanaan..... | 107 |
| 2. | Tahap Pelaksanaan | 109 |
| 3. | Aktivitas Siswa..... | 111 |
| 4. | Hasil Belajar Siswa | 112 |
| BAB V | KESIMPULAN DAN SARAN..... | 115 |
| A. | Kesimpulan | 115 |
| 1. | Perencanaan..... | 115 |
| 2. | Pelaksanaan..... | 116 |
| 3. | Hasil Belajar..... | 117 |
| B. | Saran | 117 |
| 1. | Bagi Guru | 118 |
| 2. | Untuk Lembaga | 118 |
| 3. | Bagi Peneliti Lain..... | 119 |
| DAFTAR PUSTAKA | | 120 |
| LAMPIRAN | | 121 |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP..... | | 145 |

DAFTAR TABEL

| Tabel | Halaman |
|---|---------|
| 1.1: Rekapitulasi Data Tes Awal Kemampuan Gerak Dasar Atletik Lompat Jauh Gaya Gantung Melalui Permainan Melompati Ban Kelas IV SDN Margaluyu Tahun Ajaran. 2010-2011 | 14 |
| 3.1: Jadwal Pelaksanaan Penelitian | 44 |
| 3.2: Indikator Kemampuan Gerak Dasar Lompat Jauh | 56 |
| 4.1: Rekapitulasi Data Tes Awal Kemampuan Gerak Dasar Atletik Lompat Jauh Gaya Gantung Melalui Permainan Melompati Ban Kelas IV SDN Margaluyu Tahun Ajaran. 2010-2011 | 61 |
| 4.2: Data Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus I (Tahap Perencanaan) | 66 |
| 4.3: Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus I | 67 |
| 4.4: Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I | 69 |
| 4.5: Hasil Belajar Siswa Siklus I | 71 |
| 4.6: Rekapitulasi Hasil Perolehan Persentase Perencanaan Siklus I | 73 |
| 4.7: Rekapitulasi Hasil Perolehan Persentase Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus I | 74 |
| 4.8: Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I | 75 |
| 4.9: Rekapitulasi Persentase Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Pada Pembelajaran Gerak Dasar Atletik Lompat Jauh Gaya Gantung Melalui Permainan Melompati Ban Siklus I | 76 |
| 4.10: Data Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus II (Tahap Perencanaan) | 79 |

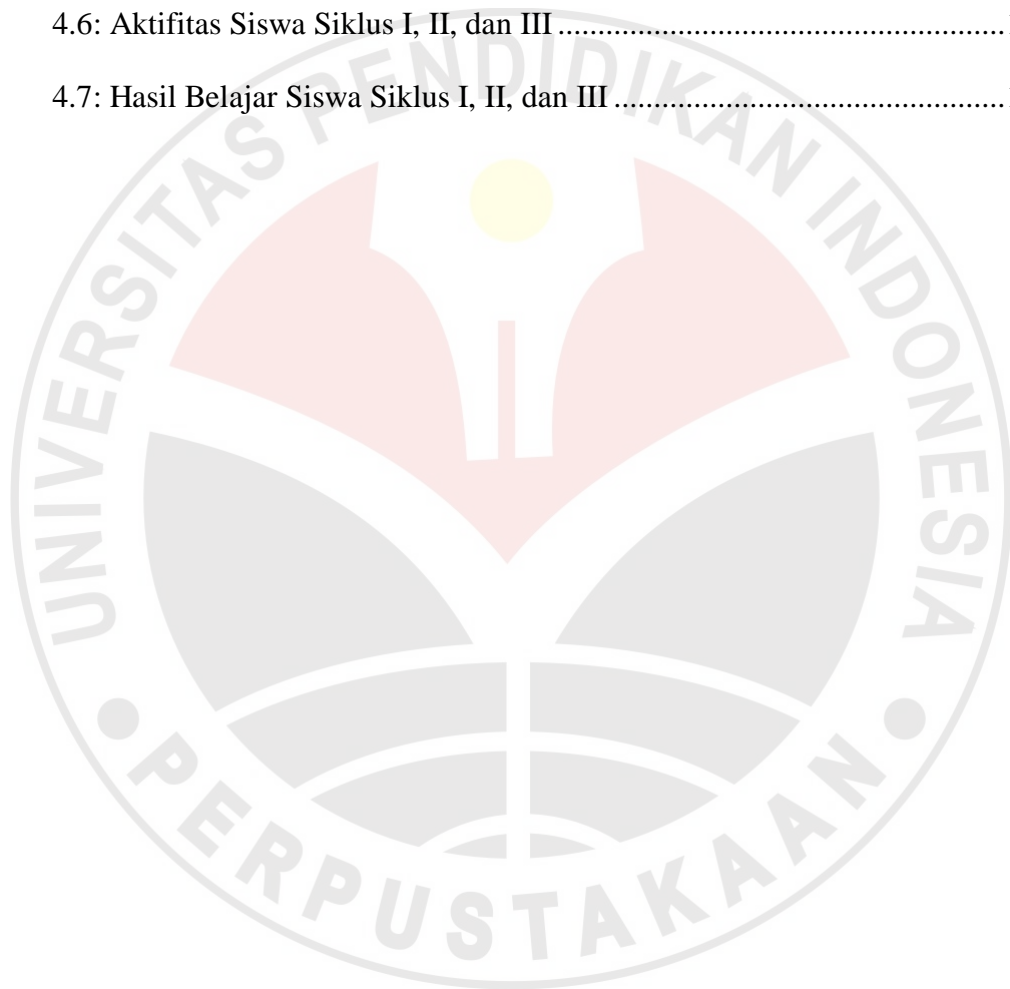
| | |
|--|-----|
| 4.11: Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus II..... | 81 |
| 4.12: Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II..... | 83 |
| 4.13: Hasil Belajar Siswa Siklus II..... | 85 |
| 4.14: Rekapitulasi Hasil Perolehan Persentase Perencanaan Siklus II..... | 87 |
| 4.15: Rekapitulasi Hasil Perolehan Persentase Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II | 88 |
| 4.16: Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II..... | 89 |
| 4.17: Rekapitulasi Persentase Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Pada Pembelajaran Gerak Dasar Atletik Lompat Jauh Gaya Gantung Melalui Permainan Melompati Ban Siklus II | 90 |
| 4.18: Data Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus III(Tahap Perencanaan)..... | 93 |
| 4.19: Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus III | 95 |
| 4.20: Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III | 97 |
| 4.21: Hasil Belajar Siswa Siklus III | 99 |
| 4.22: Rekapitulasi Hasil Perolehan Persentase Perencanaan Siklus III | 101 |
| 4.23: Rekapitulasi Hasil Perolehan Persentase Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus III | 102 |
| 4.24: Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III | 103 |
| 4.25: Rekapitulasi Persentase Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Pada Pembelajaran Gerak Dasar Atletik Lompat Jauh Gaya Gantung Melalui Permainan Melompati Ban Siklus III | 104 |

DAFTAR GAMBAR

| Gambar | Halaman |
|--|---------|
| 2.1: Gaya Potulat/Propulsif | 27 |
| 2.2: Jarak Lompatan Ditentukan Saat Kaki Menolak Sampai Kaki Mendarat | 28 |
| 2.3: Teknik Saat Menolak | 31 |
| 2.4: Teknik Saat Melayang Gaya Gantung | 34 |
| 2.5: Lending/Pendaratan | 34 |
| 2.6: Lapangan Permainan Melompati Ban..... | 39 |
| 3.1: Denah SDN Margaluyu | 43 |
| 3.2: Model Spiral Kemmis dan Taggart..... | 48 |

DAFTAR DIAGRAM

| Diagram | Halaman |
|--|---------|
| 4.4: Kinerja Guru (aspek perencanaan) Siklus I, II, dan III..... | 108 |
| 4.5: Kinerja Guru Siklus I, II, dan III..... | 110 |
| 4.6: Aktifitas Siswa Siklus I, II, dan III..... | 111 |
| 4.7: Hasil Belajar Siswa Siklus I, II, dan III..... | 113 |



DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran | Halaman |
|---|---------|
| 1. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) | 121 |
| 2. Lembar Kriteria Penilaian..... | 133 |
| 3. Format Wawancara Siswa..... | 134 |
| 4. Format Wawancara Guru | 135 |
| 5. Catatan Lapangan..... | 136 |
| 6. Surat Permohonan Izin Penelitian..... | 143 |
| 7. Surat Keputusan Dosen Pembimbing | 144 |
| 8. Surat Keterangan Penelitian..... | 145 |
| 9. Dokumentasi | 146 |
| 10. Riwayat Hidup | 149 |