

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>UCAPAN TERIMA KASIH</b> .....	iii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	viii
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	x
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan dan Pemecahan Masalah .....	9
1. Rumusan Masalah .....	9
2. Pemecahan Masalah .....	10
C. Tujuan Penelitian .....	11
D. Manfaat Penelitian .....	11
E. Batasan Istilah .....	12
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	15
A. Kajian Teoritis.....	15
1. Pengertian Pembelajaran.....	15
a. Pembelajaran .....	15
b. Pengertian Pendidikan Jasmani.....	18
c. Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar.....	19
d. Tujuan Pembelajaran Penjas di Sekolah Dasar.....	20
e. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar.....	21
2. Permainan Tenis Meja.....	23
a. Pengertian Permainan Tenis Meja .....	23
b. Peralatan dan Perlengkapan Permainan tenis Meja .....	25
c. Tekhnik Dasar Tenis Meja.....	26
d. Macam-macam Pukulan.....	36

e. Teknik Pukulan Backhand.....	37
3. Perkembangan dan Karakteristik Anak Kelas V SD.....	39
4. Teori Belajar Penjas .....	41
5. Penggunaan Media Dinding dalam Pembelajaran Pukulan Backhand.....	44
B. Hasil Temuan Penelitian yang Relevan.....	48
C. Hipotesis Tindakan.....	50

### **BAB III METODE PENELITIAN** ..... 51

A. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	51
1. Lokasi Penelitian.....	51
2. Waktu Penelitian .....	51
B. Subjek Penelitian.....	52
C. Metode dan Desain Penelitian.....	53
1. Metode Penelitian.....	53
2. Desain Penelitian.....	55
D. Prosedur Penelitian.....	56
1. Tahapan Perencanaan ( <i>Planning</i> ) .....	56
2. Tahapan Pelaksanaan Tindakan ( <i>Action</i> ) .....	57
3. Tahapan Observasi ( <i>Observer</i> ) .....	58
4. Tahapan Analisis dan Refleksi ( <i>Reflection</i> ).....	58
E. Instrumen Penelitian.....	58
F. Teknik Pengolahan dan Analisis Data .....	60
1. Teknik Pengolahan Data.....	60
2. Analisis Data .....	61
G. Validasi Data.....	62

### **BAB IV PAPARAN DATA DAN PEMBAHASAN** ..... 64

A. Paparan Data Penelitian .....	64
1. Paparan Data Awal .....	64
B. Paparan Data Tindakan .....	72
1. Paparan Data Tindakan Siklus I.....	72
a. Paparan Data Perencanaan Siklus I.....	72
b. Paparan Data Pelaksanaan Siklus I .....	75
c. Paparan Data Hasil Observasi Siklus I .....	77
a. Analisis dan Refleksi Siklus I.....	83
2. Paparan Data Tindakan Siklus II.....	88
a. Paparan Data Perencanaan Siklus II .....	88
b. Paparan Data Pelaksanaan Siklus II.....	91

c. Paparan Data Hasil Observasi Siklus II .....	93
a. Analisis dan Refleksi Siklus II.....	98
3. Paparan Data Pelaksanaan Tindakan Siklus III.....	103
a. Paparan Data Perencanaan Siklus III.....	103
b. Paparan Data Pelaksanaan Siklus III.....	106
c. Paparan Data Hasil Observasi Siklus III.....	108
a. Analisis dan Refleksi Siklus III .....	113
C. Pembahasan Hasil Penelitian .....	117
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	124
A. Kesimpulan .....	124
B. Saran.....	125
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	127
<b>LAMPIRAN</b> .....	129
<b>RIWAYAT HIDUP</b>	

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel	
1.1 Data Awal hasil Tes Siswa.....	8
3.1 Jadwal Penelitian.....	52
4.1 Data Awal Hasil Observasi Perencanaan Pembelajaran.....	66
4.2 Data Awal Hasil Observasi Kinerja Guru .....	67
4.3 Data Awal Hasil Observasi Aktivitas Siswa.....	69
4.4 Data Awal Tes Hasil Belajar Siswa .....	70
4.5 Data Hasil Observasi Perencanaan Pembelajaran Siklus I .....	78
4.6 Data Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus I .....	79
4.7 Data Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I .....	81
4.8 Daftar Nilai Hasil Tes Tindakan Siklus I .....	82
4.9 Rekapitulasi Hasil Perolehan Pembelajaran Siklus I .....	84
4.10 Rekapitulasi Hasil Perolehan Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus I.....	85
4.11 Rekapitulasi Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I.....	86
4.12 Rekapitulasi Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus I.....	87
4.13 Data Hasil Observasi Perencanaan Pembelajaran Siklus II .....	93
4.14 Data Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus II.....	94
4.15 Data Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II.....	96
4.16 Daftar Nilai Hasil Tes Tindakan Siklus II .....	97
4.17 Rekapitulasi Hasil Perolehan Perencanaan Pembelajaran Siklus II.....	98
4.18 Rekapitulasi Hasil Perolehan Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus II.....	100
4.19 Rekapitulasi Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II .....	101

4.20 Rekapitulasi Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus II.....	102
4.21 Data Hasil Observasi Perencanaan Pembelajaran Siklus III.....	108
4.22 Data Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus III.....	109
4.23 Data Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III .....	111
4.24 Daftar Nilai Hasil Tes Tindakan Siklus III .....	112
4.25 Rekapitulasi Hasil Perolehan Perencanaan Pembelajaran Siklus III .....	114
4.26 Rekapitulasi Hasil Perolehan Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus III.....	114
4.27 Rekapitulasi Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III.....	115
4.28 Rekapitulasi Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus III.....	116
4.29 Data Hasil Pengamatan Perencanaan Guru Tiap Siklus.....	117
4.30 Data Hasil Pengamatan Pelaksanaan Guru Tiap Siklus.....	119
4.31 Data Observasi Aktivitas Siswa Tiap Siklus.....	120
4.32 Perbandingan Jumlah Siswa Tuntas Dan Persentase Ketuntasan.....	122

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar	
2.1 Bidang Bet Bersandar Pada Lekuk antara Ibu Jari dan Telunjuk .....	28
2.2 Kuku Ibu Jari Tegak Lurus dengan Permukaan Bet .....	28
2.3 Jari Telunjuk Berada di bagian Bawah Bet .....	29
2.4 Longgarkan Pegangan .....	29
2.5 Untuk Memperkuat Pukulan Backhand .....	29
2.6 Bet Mengarah ke Bawah dengan Pegangan Mengarah ke Atas .....	30
2.7 Menekuk Ketiga Jari Pada Sisi Bet yang Lain .....	30
2.8 <i>Square Stance</i> .....	31
2.9 <i>Side Stance</i> .....	31
2.10 <i>Open Stance</i> .....	31
2.11 Gerakan Kaki Kanan Satu Langkah ke Samping .....	34
2.12 Gerakan Kaki Kiri Satu Langkah ke Samping Belakang Kiri .....	34
2.13 Gerakan Kaki Kiri Satu Langkah ke Samping Depan Kiri .....	35
2.14 Gerakan Kaki Kanan Satu Langkah ke Samping Depan Kanan .....	35
2.15 Gerakan Kaki Kanan Satu Langkah ke Samping Kiri .....	35
2.16 Posisi <i>Backhand Drive</i> .....	37
2.17 Posisi <i>Backhand Push</i> .....	39
2.18 Latihan Memukul dengan menggunakan Media dinding .....	45
2.19 Media Permainan Pelaksanaan Siklus I .....	46
2.20 Media Permainan Pelaksanaan Siklus II .....	47
2.21 Media Permainan Pelaksanaan Siklus III .....	48

3.1 Bagan Model Spiral dari Kemmis dan Taggart .....	55
--	----

## DAFTAR GRAFIK

	<b>Halaman</b>
Grafik	
4.1 : Grafik Peningkatan Perencanaan Kinerja Guru .....	118
4.2 : Grafik Peningkatan Pelaksanaan Kinerja Guru .....	120
4.3 : Grafik Tingkatan Observasi Aktivitas Siswa.....	121
4.4 : Grafik Tingkat Kelulusan Siswa.....	122
4.5 : Grafik Peningkatan Dari Data Awal Sampai Pada Siklus III .....	123





## DAFTAR LAMPIRAN

### Halaman

#### Lampiran

1 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I.....	129
2 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II.....	134
3 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus III .....	138
4 Data Hasil Observasi Perencanaan Pembelajaran Siklus I .....	143
5 Data Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus I .....	144
6 Data Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I.....	145
7 Daftar Nilai Hasil Tes Tindakan Siklus I.....	146
8 Data Hasil Observasi Perencanaan Pembelajaran Siklus II .....	147
9 Data Hasil Observasi Kinerja Guru Siklus II.....	148
10 Data Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II.....	149
11 Daftar Nilai Hasil Tes Tindakan Siklus II.....	150
12 Data Hasil Observasi Perencanaan Pembelajaran Siklus III.....	151
13 Data hasil Observasi Kinerja Guru Siklus III .....	152
14 Data Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III.....	153
15 Daftar Nilai Hasil Tes Tindakan Siklus III.....	154
16 Format Observasi Kinerja Guru Tahap Perencanaan.....	155
16 Format Observasi Kinerja Guru Tahap Pelaksanaan.....	161
16 Format Observasi Aktivitas Siswa.....	164
16 Format Penilaian Hasil Pembelajaran Pukulan Backhand.....	167
17 Dokumentasi Tahap Pembelajaran.....	170
18 Surat Keputusan Pengangkatan Pembimbing.....	171
19 Surat Permohonan Izin Penelitian.....	172



20 Surat Keterangan Melakukan Penelitian.....	173
21 Lembar Monitoring Bimbingan Skripsi.....	174

