

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Pemecahan Masalah	7
D. Tujuan Penelitian	9
E. Manfaat Penelitian	9
F. Batasan Istilah	10
BAB II KAJIAN TEORITIS	11
A. Hakikat Pendidikan Jasmani	11
1. Pendidikan Jasmani	11
a. Pengertian Pendidikan Jasmani	13
b. Tujuan Pendidikan Jasmani	14
c. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani	14
2. Belajar Gerak	17
a. Pengertian Belajar	17
b. Tahapan Belajar Gerak	18
3. Pembelajaran Aletik di Sekolah Dasar	20
a. Hakikat Lari Sprint	21
b. Teknik Lari Sprint	22
c. Pembelajaran Lari Sprint	23
d. Berbagai Bentuk Pengenalan Gerakan Lari	23
e. Variasi dan Kombinasi Pengenalan Lari	24
f. Mengajarkan Teknik Lari	24
g. Cara Melakukan Lari Sprint Jarak Pendek	25
B. Kajian Terdahulu yang Relevan	31

C. Hipotesis Tindakan	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	33
1. Lokasi Penelitian.....	33
2. Waktu Penelitian.....	34
B. Subjek Penelitian.....	34
C. Methoded dan Desain Penelitian	36
1. Metode Penelitian	36
2. Desain Penelitian	38
D. Prosedur Tahapan Penelitian	44
1. Tahapan Perencanaan Tindakan	44
2. Tahapan Pelaksanaan Tindakan	45
3. Tahapan Observasi	40
4. Tahapan Analisi dan Refleksi	40
E. Instrumen Penelitian	45
1. Pedoman Observasi	45
2. Pedoman wawancara.....	46
3. Catatan Lapangan.....	46
4. Tes	46
F. Teknik Pengolahan dan Analisis Data	46
1. Teknik Pengolahan Data	46
2. Analisis Data	47
G. Validasi Data.....	47
1. <i>Triangulasi</i>	47
2. <i>Member Check</i>	48
3. <i>Audit Trial</i>	49
4. <i>Expert Opinoin</i>	49
BAB IV PAPARAN DATA DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Paparan Data Awal.....	51
B. Paparan Data Tindakan.....	53
1. Paparan Data Tindakan Siklus I.....	56
a. Paparan Data Perencanaan Siklus I.....	56
b. Paparan Data Pelaksanaan Siklus I.....	58
c. Paparan Data Aktivitas Siswa Siklus I.....	61
d. Paparan Data Hasil Siklus I	62
e. Analisis dan Refleksi Siklus I.....	64
2. Paparan Data Tindakan Siklus II	67
a. Paparan Data Perencanaan Siklus II.....	67
b. Paparan Data Pelaksanaan Siklus II.....	69

c. Paparan Data Aktivitas SisiwaSiklusII	71
d. Paparan Data Hasil Siklus II	73
e. Analisis dan Refleksi Siklus II	74
3. Paparan Data Pelaksanaan Tindakan Siklus III	77
a. Paparan Data Perencanaan Siklus III	77
b. Paparan Data Pelaksanaan Siklus III	79
c. Paparan Data Aktivitas SisiwaSiklusIII	81
d. Paparan Data Hasil Siklus III	82
e. Analisis dan Siklus III	83
4. Pembahasan	86
5. Temuan Refleksi Hasil Penelitian	89
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	91
A. Kesimpulan	91
B. Saran	92
DAFTAR PUSTAKA	94
LAMPIRAN-LAMPIRAN	95
RIWAYAT HIDUP	136

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1 Data Hasil Tes Observasi Lari sprint	5
4.1 Data Awal Perencanaan Pembelajaran.....	51
4.2 Data Awal Hasil Observasi Kinerja Guru.....	52
4.3 Data Awal Hasil Observasi Aktivitas Siswa.....	53
4.4 Data Awal Lari sprint.....	54
4.5 Rekapitulasi Persentase Hasil Data Awal	55
4.6 Penilain Perencanaan Pembelajaran Siklus I.....	57
4.7 Data Hasil Kinerja Guru Siklus I.....	60
4.8 Data Hasil Aktivitas Siswa Siklus I.....	61
4.9 Data Hasil Belajar Siswa Siklus I.....	63
4.10 Kriteria Penilaian Dalam Gerak Dasar sprint	63
4.11 Rekapitulasi Hasil Penilaian Perencanaan siklus I.....	65
4.12 Rekapitulasi Hasil Pelaksanaan siklus I.....	65
4.13 Rekapitulasi Hasil Aktivitas siswa siklus I.....	66
4.14 Rekapitulasi Hasil Gerak Dasar Lari sprint siklus I.....	67
4.15 Hasil Penilain Perencanaan Pembelajaran Siklus II.....	68
4.16 Data Hasil Kinerja Guru Siklus II.....	70
4.17 Hasil Aktivitas Siswa Siklus II.....	72
4.18 Hasil Belajar Siswa Siklus II.....	73
4.19 Rekapitulasi Hasil Penilaian Perencanaan siklus II.....	75
4.20 Rekapitulasi Hasil Pelaksanaan siklus II.....	75
4.21 Rekapitulasi Hasil Aktivitas siswa siklus II.....	76
4.22 Rekapitulasi Hasil Gerak Dasar Lari sprint siklus II.....	77
4.23 Perencanaan Pembelajaran Siklus III	78
4.24 Hasil Kinerja Guru Siklus III.....	80
4.25 Hasil Aktivitas Siswa Siklus III.....	81
4.26 Hasil Belajar Siswa Siklus III.....	82
4.27 Rekapitulasi Hasil Penilaian Perencanaan siklus III.....	83
4.28 Rekapitulasi Hasil Pelaksanaan siklus III.....	84
4.29 Rekapitulasi Hasil Aktivitas siswa siklus III.....	85
4.30 Rekapitulasi Hasil Gerak Dasar Lari sprint siklus III.....	85
4.31 Rekapitulasi Hasil Penelitian secara Keseluruhan.....	91

DAFTAR GAMBAR

GambarHalaman

2.1	Posisi Bersedia Dilihat dari Dua Arah.....	26
2.2	Posisi Siap.....	26
2.3	Menolak dari Balok Start.....	27
2.4	Memasuki Garis Finish.....	28
2.5	Lompat Box (<i>Vaulting Box</i>) dengan Posisi Berjajar	29
2.6	Lompat Box (<i>Vaulting Box</i>) dengan Posisi Tapal Kuda	29
2.7	Lompat Box (<i>Vaulting Box</i>) dengan Posisi Formasi Zig-Zag	30
3.1	Denah SDN I I Kaliwulu	33
3.2	Desain PTK Model Lewin	30
3.3	Desain PTK Model Jhon Elliot.....	31
3.4	Bagan Model Spiral Kemmis dan Taggart	40

DAFTAR DIAGRAM

Diagram		Halaman
4.1	Hasil Penilaian Perencanaan Pada Data Awal dan Siklus I	58
4.2	Hasil Penilaian Pelaksanaan Pada Data Awal dan Siklus I	61
4.3	Hasil Penilaian Aktivitas Siswa Pada Data Awal dan Siklus I	62
4.4	Hasil Belajar Siswa Pada Data Awal dan Siklus I	64
4.5	Hasil Perencanaan Pada Data Awal, Siklus I dan II	69
4.6	Hasil Pelaksanaan Pada Data Awal, Siklus I dan II	71
4.7	Hasil Aktivitas Siswa Pada Data Awal, Siklus I dan II	73
4.8	Hasil Belajar Siswa Pada Data Awal, Siklus I dan II	74
4.9	Hasil Perencanaan Pada Data Awal, Siklus I, II dan III	86
4.10	Hasil Pelaksanaan Pada Data Awal, Siklus I II dan III	87
4.11	Hasil Aktivitas Siswa Pada Data Awal, Siklus I II dan III	87
4.12	Hasil Belajar Siswa Pada Data Awal dan Siklus I II dan III	88

DAFTAR LAMPIRAN

LampiranHalaman

1.	RPP Siklus I	95
2.	RPP Siklus II.....	98
3.	RPP Siklus III.....	101
4.	InstrumenPerencanaan Pembelajaran.....	104
5.	Instrumen Pelaksanaan Kinerja Guru.....	111
6.	Instrumen Aktivitas Siswa.....	114
7.	Instrumen Gerak Dasar <i>Tolak Peluru</i>	116
8.	SK Pembimbing Skripsi.....	118
9.	Surat Izin Penelitian.....	119
10.	Surat Keterangan Penelitian.....	120
11.	Daftar Monitoring Bimbingan Skripsi.....	121
12.	Foto-foto Kegiatan.....	122
13.	Daftar Riwayat Hidup.....	128