

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	i
<b>UCAPAN TERIMA KASIH</b> .....	ii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>ABSTRACT</b> .....	v
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	x
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Batasan Penelitian.....	8
F. Definisi Operasional .....	10
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS PENELITIAN</b>	
A. Kajian Pustaka	
1. Hakikat Belajar dan Pembelajaran .....	12
a. Belajar .....	12
b. Pembelajaran .....	14
2. Hakikat Metode Pembelajaran Parsial .....	17
a. Metode Bagian .....	17
b. Metode Bagian Progresif.....	20

Ervan Kastrena, 2014

*Pengaruh Metode Pembelajaran dan Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Gerak Lompat Jauh Gaya Jongkok*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3. Hakikat Kebugaran Jasmani.....	20
4. Hakikat Keterampilan Gerak .....	24
a. Keterampilan Diskrit .....	27
b. Keterampilan Serial.....	28
5. Hakikat Belajar Gerak.....	29
6. Pembelajaran Gerak Lompat Jauh .....	32
B. Hasil Penelitian Terdahulu .....	40
C. Kerangka Pemikiran .....	43
1. Terdapat perbedaan hasil belajar gerak lompat jauh antara kelompok siswa yang diajar melalui metode bagian dan kelompok siswa yang diajar melalui bagian progresif.....	43
2. Terdapat interaksi antara metode pembelajaran parsial dengan kebugaran jasmani terhadap hasil belajar gerak lompat jauh.....	45
3. Terdapat Perbedaan hasil belajar gerak lompat jauh antara kelompok siswa yang diajar melalui metode bagian dan kelompok siswa yang diajar melalui metode bagian progresif pada kelompok siswa yang memiliki kebugaran tinggi.....	47
4. Terdapat Perbedaan hasil belajar gerak lompat jauh antara kelompok siswa yang diajar melalui metode bagian dan kelompok siswa yang diajar melalui metode bagian progresif pada kelompok siswa yang memiliki kebugaran rendah .....	50
D. Hipotesis Penelitian.....	52

### **BAB III PROSEDUR PENELITIAN**

A. Metode Penelitian.....	53
B. Populasi dan Sampel Penelitian .....	54

**Ervan Kastrena, 2014**

*Pengaruh Metode Pembelajaran dan Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Gerak Lompat Jauh Gaya Jongkok*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

C. Desain Penelitian .....	56
D. Instrumen Penelitian.....	58
1. Tes Kebugaran Jasmani.....	59
2. Tes Gerak Lompat Jauh Gaya Jongkok .....	59
E. Uji Coba Instrumen.....	60
1. Instrumen Keterampilan Gerak Lompat Jauh Gaya Jongkok .....	60
a. Definisi Konseptual.....	60
b. Definisi Operasioanal.....	61
2. Uji Validitas .....	63
3. Uji Reliabilitas .....	65
4. Kesimpulan Uji Coba Instrumen.....	66
F. Validitas Penelitian .....	66
1. Validitas Internal.....	66
2. Validitas Eksternal .....	67
G. Langkah-langkah Penelitian.....	68
H. Prosedur Pengolahan dan Analisis Data .....	68
I. Pelaksanaan Penelitian.....	70

#### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil Penelitian .....	74
1. Deskripsi Data.....	74
2. Uji Normalitas Data .....	75
a. Hasil Uji Normalitas Selisih Data <i>Pretest dan Posttest</i> .....	75
3. Uji Homogenitas .....	76
a. Hasil Uji Homogenitas Beberapa Varians .....	76
4. Uji Analisis Varians (ANOVA).....	76
a. Hasil ANOVA Faktorial Dua jalur.....	77
b. Hasil Uji Tukey .....	78
B. Pembahasan Hasil penelitian.....	81

**Ervan Kastrena, 2014**

*Pengaruh Metode Pembelajaran dan Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Gerak Lompat Jauh Gaya Jongkok*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

**BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	89
B. Implikasi .....	89
C. Saran .....	90

<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	92
-----------------------------	----

<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b> .....	96
--------------------------------	----

**RIWAYAT HIDUP**



## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
2.1. Dimensi Keterampilan Diskrit, Kontinu, dan Serial .....	28
3.1. Desain Penelitian Faktorial 2 x 2 .....	56
3.2. Sampel Kedua kelompok Penelitian .....	58
3.3. Data Hasil Uji Coba Instrumen .....	61
3.4. Format Pengamatan Penguasaan Keterampilan Gerak Lompat Jauh .....	64
3.5. Format Penilaian Penguasaan Keterampilan Gerak Lompat Jauh .....	64
3.6. Program Pembelajaran Lompat Jauh .....	71
3.7. Skenario Proses Pembelajaran Lompat Jauh Lompat Jauh.....	72
4.1. Deskripsi Data Hasil Gerak Lompat Jauh.....	74
4.2. Hasil Ringkasan Uji Normalitas Selisih Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	75
4.3. Hasil Ringkasan Uji Homogenitas Beberapa Varians .....	76
4.4. Hasil Ringkasan ANAVA .....	77
4.5. Hasil Ringkasan Uji Tukey .....	78

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
2.1. Pengaruh Faktor Pribadi, Kondisional dan Latihan .....	33
2.2. Karakteristik Gerak Dasar Gaya Jongkok .....	37
2.3. Karakteristik Gerak Dasar Gaya Menggantung .....	39
2.4. Karakteristik Gerak Dasar Gaya Berjalan di Udara .....	40
4.1. Interaksi Pendekatan Pembelajaran dan Kebugaran Jasmani .....	80



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Skenario Pembelajaran Metode Bagian .....	96
2. Skenario Pembelajaran Metode Bagian Progresif.....	106
3. Data Hasil Uji Coba Instrument.....	117
4. Uji Validitas Isi .....	119
5. Uji Reliabilitas Tes Retes.....	120
6. Uji Reliabilitas Antar Penilai .....	122
7. Hasil Tes Kebugaran Jasmani Berdasarkan Ranking Sampel.....	124
8. Kelompok Sampel Berdasarkan Kategori Kebugaran Tinggi dan Rendah....	131
9. Data Awal Hasil Belajar Gerak Lompat Jauh .....	132
10. Data Akhir Hasil Belajar Gerak Lompat Jauh .....	136
11. Hasil Belajar Gerak Selisih Tes Awal dan Akhir Lompat Jauh.....	140
12. Uji Normalitas .....	144
13. Homogenitas Beberapa Varians .....	149
14. Pengujian ANAVA .....	150
15. Realisasi Proses Pelaksanaan pembelajaran.....	152
16. Foto-foto Penelitian.....	154
17. Surat Keterangan Pembimbing Tesis .....	159
18. Surat Permohonan Izin Penelitian.....	161
19. Surat Keterangan telah Melakukan Penelitian .....	162
20. Jurnal Tesis .....	163
21. Daftar Riwayat Hidup .....	188