

## DAFTAR ISI

Halaman

<b>KATA PENGANTAR</b> .....	i
<b>UCAPAN TERIMA KASIH</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	x
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Masalah Penelitian.....	9
1.3 Pembatasan Masalah.....	18
1.4 Pertanyaan Penelitian.....	21
1.5 Hipotesis.....	21
1.6 Definisi Operasional.....	22
1.7 Tujuan Penelitian.....	24
1.8 Manfaat Hasil Penelitian.....	24
<b>BAB II PROSES BELAJAR-MENGAJAR OLAHRAGA</b> .....	27
2.1 Definisi Kurikulum.....	27
2.2 Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (Penjaskes).....	31
2.3 Konsep Belajar Keterampilan Motorik.....	38
2.4 Efektivitas dan Efisiensi Belajar Keterampilan Motorik.....	40
2.5 Karakteristik Proses Belajar Mengajar yang Efektif.....	43
2.6 Teori-teori Belajar Keterampilan Motorik..	44
2.6.1 Teori Behaviorisme.....	45
2.6.2 Teori Kognitivisme.....	48
2.6.3 Teori Skema.....	49
2.7 Aspek-aspek yang Mempengaruhi Kematangan Belajar Keterampilan Motorik.....	51
2.8 Kurva Belajar Keterampilan Motorik.....	55
2.9 Konsep Dasar Pendistribusian Tugas Gerak dan Tinjauan terhadap Hasil-hasil Penelitian yang Relevan.....	57
2.10 Analisis Keterampilan Permainan Bola Basket.....	63
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	65
3.1 Metoda Penelitian.....	65

3.2	Populasi dan Sampel Penelitian.....	68
3.3	Instrumen Penelitian.....	76
	3.3.1 Tes Penguasaan Keterampilan Permainan Bola Basket.....	77
	3.3.2 Pengukuran Performa.....	81
3.4	Program Latihan.....	84
3.5	Teknik Analisis Data.....	87
<b>BAB IV PENGOLAHAN, ANALISIS DAN PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN.....</b>		<b>89</b>
4.1	Pengolahan Data.....	90
4.2	Hasil Pengolahan Data.....	96
4.3	Pengujian Hipotesis.....	102
4.4	Kemajuan Hasil Belajar.....	107
<b>BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI.....</b>		<b>117</b>
5.1	Kesimpulan.....	117
5.2	Implikasi Temuan Penelitian dan Relevansinya dengan Teori-teori Belajar Keterampilan Motorik.....	119
5.3	Rekomendasi Hasil Penelitian.....	124
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>133</b>
<b>RIWAYAT HIDUP.....</b>		<b>139</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN.....</b>		<b>142</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1.1	Perbedaan Tingkat Kesegaran Jasmani Pelajar Puteri dari 12 Propinsi Antara Kelompok Usia 6-9 Tahun, 13-15 Tahun, 16-19 Tahun.....	7
1.2	Perbandingan Tingkat Kesegaran Jasmani Pelajar Di 12 Propinsi Antara Kelompok Usia 6-9 Tahun, 10-12 Tahun, 13-15 Tahun, 16-19 Tahun Putera dan Puteri.....	7
2.1	Pembagian Jumlah Jam Pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan SMU Setiap Kelas dan Caturwulan.....	37
3.1	Program Latihan Kelompok Praktek Distribusi Linier (PDL), Praktek Distribusi Progresif (PDP) dan Praktek Padat (PP).....	85
4.1	Analisis Varians (ANOVA) Regresi Linier Seerhana.....	94
4.2	Rekapitulasi Analisis Regresi Sederhana.....	98
4.3	Hasil Perhitungan Analisis Korelasi Sederhana.	100

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Hubungan antar Komponen Kurikulum.....	30
3.1 Hubungan Sebab Akibat antara Metoda dan Penguasaan Keterampilan Bola Basket.....	66
3.2 Desain Penelitian.....	67
3.3 Lapangan Tes Melempar dan Menangkap Bola.....	78
3.4 Route Dribbling Tes.....	79
4.1 Hubungan Korelatif antara Penguasaan Keterampilan Permainan Bola basket (Y) dengan Penggunaan MLPBL ( $X_1$ ), MLPBP ( $X_2$ ) dan MLPP ( $X_3$ ).....	101
4.2 Perkembangan Performa Menggiring dari masing-masing kelompok latihan setiap hari latihan.....	108
4.3 Perkembangan Performa Operan dari masing-masing kelompok latihan setiap hari latihan.....	110
4.4 Perkembangan Performa Menembak dari masing-masing kelompok latihan setiap hari latihan.....	111
4.5 Perbedaan Perolehan Skor Performa Menggiring dari masing-masing kelompok latihan pada tes awal, tes akhir dan tes retensi.....	112
4.6 Perbedaan Perolehan Skor Performa Melempar/Menangkap dari masing-masing kelompok latihan pada tes awal, tes akhir dan tes retensi.....	114
4.7 Perbedaan Perolehan Skor Keterampilan dalam Permainan Bola Basket pada tes awal, tes akhir dan tes retensi.....	115