

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	iii
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Rumusan Masalah	10
D. Cara Pemecahan Masalah	10
E. Tujuan Penelitian	11
F. Manfaat Penelitian	11
G. Batasan penelitian	12
H. Penjelasan Istilah.....	13
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS TINDAKAN	15
A. Proses Belajar Mengajar	15
1. Pengertian Proses	15
2. Pengertian Belajar	15
3. Pengertian Mengajar	17
4. Pengertian Proses Belajar Mengajar	18
B. Hakikat Senam	19
1. Pengertian Senam.....	19
2. Jenis Senam	22
C. Guling Depan (<i>Forward Roll</i>)	24
D. Guling Belakang	26
E. Pola Gerak Dominan Senam	29
1. Pengertian Pola Gerak Dominan Senam	29
2. Macam-macam Pola Gerak Dominan Senam	32
F. Hipotesis Tindakan	41

BAB III METODE PENELITIAN	42
A. Metode Penelitian	42
B. Desain Penelitian	45
C. Lokasi, Subjek dan Data Penelitian	47
D. Langkah-langkah Penelitian	49
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	53
1. Instrumen Penelitian	53
2. Teknik pengumpulan Data.....	63
F. Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data	64
1. Teknik Pengolahan Data	64
2. Analisis Data	65
G. Kriteria Keberhasilan Tindakan.....	66
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	67
A. Deskripsi Pembelajaran Senam lantai guling depan dan guling belakang kelas X-A di SMAN 14 Bandung	67
B. Hasil Monitoring Pembelajaran Senam lantai di SMAN 14 Bandung kelas X-A	69
C. Hasil Penelitian	73
1. Paparan Siklus I tindakan 1.....	73
2. Paparan Siklus I tindakan 2	86
3. Paparan Siklus II tindakan 1	99
D. Pembahasan	108
BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI.....	114
A. Kesimpulan	114
B. Rekomendasi	115
DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
RIWAYAT HIDUP	