DAFTAR ISI

Halaman

ABSTRAK i

KATA PENGANTAR ii

DAFTAR ISI v

DAFTAR TABEL vii

DAFTAR GAMBAR viii

DAFTAR LAMPIRAN ix

BAB I PENDAHULUAN **1**

A. Latar Belakang Masalah 1
B. Identifikasi Masalah 5
C. Batasan Masalah 5
D. Rumusan Masalah 6
E. Tujuan Penelitian 6
F. Manfaat Penelitian 6

BAB II LANDASAN TEORITIS **7**

A. Kajian Teoritis 7
   1. Hakikat Pendidikan Jasmani 7
   2. Hakikat Belajar dan Hasil Belajar 9
   3. Hakikat Atletik 12
   4. Hakikat Lari Sprint 13
   5. Hakekat Gaya Mengajar Latihan 23
B. Kerangka Berpikir 30
C. Hipotesis 32

BAB III METODOLOGI PENELITIAN **33**

A. Lokasi dan Waktu Penelitian 33
B. Subjek dan Objek Penelitian 33
C. Metode Penelitian 33
D. Desain Penelitian 34
E. Instrumen Penelitian 38
F. Teknik Analisis Data 41

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... 45

A. Deskripsi Data Penelitian 45

B. Hasil Penelitian..... 46

1. Pelaksanaan Siklus 1 47

2. Pelaksanaan Siklus 2 55

C. Pembahasan Hasil Penelitian..... 61

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 69

A. Kesimpulan..... 69

B. Saran 69

DAFTAR PUSTAKA 70