

## DAFTAR ISI

ABSTRAK .....	i
KATA PENGANTAR .....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	ix
DAFTAR LAMPIRAN .....	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
BAB II LANDASAN TEORITIS	
A. Kajian Teori .....	10
1. Hakekat Pendidikan Jasmani.....	10
2. Hakekat Hasil Belajar .....	13
3. Hakekat Atletik .....	17
3.1. Tujuan Atletik .....	20
3.2. Lempar lembing .....	20
3.2.1. Lembing .....	21
3.2.2. Lapangan Lempar lembing .....	22
3.3. Cara Memegang lembing .....	23
3.3.1. Tehnik Memegang Lembing .....	23
3.4. Tehnik Melempar Lembing.....	24

3.4.1. Fase Awalan .....	25
3.4.2. Fase 5 irama langkah.....	25
3.4.3. Fase pelepasan.....	27
3.4.4. Fase pemulihan .....	30
4. Hakikat Modifikasi Pembelajaran.....	30
4.1 pengertian modifikasi.....	30
4.2.modifikasi pembelajaran pendidikan jasmani.....	31
4.3. Modifikasi Alat .....	34
5. Hakekat Pendekatan Bermain .....	36
5.1 Jenis- Jenis Permainan Lempar Cakram .....	40
a) Melempar bola yang tergantung dan bergerak.....	41
b) Halau bola .....	42
c) Menjatuhkan kotak kardus .....	43
B. Kerangka Berpikir.....	45
C. Hipotesis Tindakan.....	47
 <b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	48
1. Lokasi .....	48
2. Waktu penelitian.....	48
B.Subjek dan Objek .....	48
1. Subjek .....	48
2. Objek.....	48
C. Metode Penelitian.....	48
D. Deasain Penelitian .....	49
E. Instrumen Penelitian .....	56
F. Teknik Analisis Data.....	62
1. Reduksi data .....	62
3. Paparan Data.....	62

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Hasil Penelitian .....	65
B. Hasil Penelitian .....	67
1. Siklus 1 .....	67
1.1. Perencanaan Tindakan .....	67
1.2. Pelaksanaan Tindakan .....	68
1.3. Hasil Observasi Kegiatan Pembelajaran Siklus I .....	68
1.3.1. Partisipasi siswa dalam proses pembelajaran .....	69
1.3.2. Partisipasi guru dalam proses pembelajaran Lempar lembing .....	71
1.3.3. Capaian Pembelajaran .....	74
1.4. Hasil refleksi .....	76
2. Siklus II .....	78
2.1 Perencanaan Tindakan II .....	79
2.2 Pelaksanaan Tindakan II .....	80
2.3 Hasil Observasi Kegiatan Pembelajaran Siklus II .....	81
2.3.1. partisipasi siswa dalam proses pembelajaran .....	81
2.3.2. partisipasi guru dalam proses pembelajaran Lempar lembing .....	83
2.3.3 capaian Pembelajaran Lempar Lembing .....	85
2.4. Hasil Reflesi .....	87
C. Pembahasan hasil Penelitian .....	88
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. KESIMPULAN .....	95
B. SARAN .....	96
DAFTAR PUSTAKA .....	97