

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATAPENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORITIS	7
A. Kajian Teoritis	7
1. Hakekat Pendidikan Jasmani	7
2. Hakekat Hasil Belajar	10
3. Hakekat Atletik.....	11
4. Hakekat Lompat Jauh Gaya Jongkok	14
5. Hakekat Variasi Pembelajaran.....	23
a. Penggunaan variasi ditujukan kepada siswa, motivasi dan	
b. belajar siswa.....	26

c. Penataan variasi untuk aktivitas belajar gerak dasar	
lompat jauh.....	27
B. Kerangka Berfikir	30
C. Hipotesis	32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	33
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	33
B. Subjek dan Objek	33
C. Metode Penelitian.....	33
D. Desain Penelitian.....	34
E. Instrumen Penelitian.....	39
F. Teknik Analisis Data	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Deskripsi Data Penelitian	43
B. Hasil Penelitian.....	45
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	65
A. Kesimpulan.....	65
B. Saran.....	65
Daftar Pustaka	66
Lampiran.....	68