

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAM .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	8
1.3 Pembatasan Masalah .....	8
1.4 Rumusan Masalah .....	9
1.5 Tujuan Masalah.....	9
1.6 Manfaat Penelitian.....	10
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS.....</b>	<b>11</b>
2.1 Kajian Teoritis .....	11
2.1.1 Hakekat Pendidikan Jasmani.....	11
2.1.2 Tujuan Pendidikan Jasmani.....	14
2.1.3 Manfaat Pendidikan Jasmani.....	16
2.2 Hasil Belajar.....	19
2.2.1 Hakekat Hasil Belajar .....	19

2.2.2 Tujuan Hasil Belajar .....	22
2.2.3 Manfaat Hasil Belajar .....	24
2.3 Hakekat Atletik .....	25
2.3.1 Sejarah Atletik.....	25
2.3.2 Nomor-nomor Atletik.....	28
2.3.3 Hakekat Lari Sprint .....	32
2.4 Variasi Pembelajaran.....	38
2.4.1 Hakekat Variasi Pembelajaran .....	38
2.4.2 Manfaat Variasi Pembelajaran .....	41
2.5 Kerangka Berfikir.....	43
2.6 Hipotesis Tindakan.....	45
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>46</b>
3.1 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	46
3.1.1 Lokasi Penelitian .....	46
3.1.2 Waktu Penelitian .....	46
3.2 Subjek dan Objek.....	46
3.2.1 Subjek.....	46
3.2.2 Objek.....	46
3.3 Metode Penelitian .....	46
3.4 Desain Penelitian.....	47
3.4.1 Siklus I .....	48
3.4.2 Observasi.....	59
3.4.3 Refleksi .....	59

3.5 Instrumen Penelitian .....	60
3.6 Lembar Observasi .....	61
3.7 Teknik Analisis Data .....	63
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN.....</b>	<b>66</b>
4.1 Deskripsi Data Penelitian .....	66
4.2 Hasil Penelitian.....	67
4.2.1 Hasil Pelaksanaan Siklus I .....	67
4.2.2 Hasil Pelaksanaan Siklus II .....	74
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian.....	79
<b>BAB V KESIMPULAN dan SARAN .....</b>	<b>85</b>
A. Kesimpulan.....	85
B. Saran.....	85
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>87</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>89</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b>	

