

DAFTAR ISI

	Hal
ABSTRAK	i
DAFTAR ISI.....	ii
DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GAMBAR.....	iv
DAFTAR LAMPIRAN.....	v
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORITIS.....	10
A. Kajian Teoritis	10
1.1 Hakekat Pendidikan Jasmani	10
1.2 Hakekat Belajar	12
1.3 Hakekat Hasil Belajar	13
1.4 Hakekat Lari Jarak Menengah	16
1.5 Hakekat Pendekatan Bermain.....	22
1.6 Hakekat Lari Jarak Menengah Melalui Pendekatan Bermain	28
B. Kerangka Berpikir.....	34
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	37
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	37
B. Populasi dan Sampel.....	37
C. Metode Penelitian	38

D. Desain Penelitian	39
E. Instrumen Penelitian	44
F. Teknik Analisis Data	46
BAB IV PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	48
A. Deskripsi Hasil Penelitian	48
B. Hasil Penelitian	51
C. Pembatasan Hasil Penelitian	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	62
A. Kesimpulan	62
B. Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN-LAMPIRAN	66

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 1. Jumlah Kelas Siswa Sebagai Populasi.....	37
Tabel 2. Format Penilaian Proses Lari Jarak Menengah 800 M.....	44
Tabel 3. Deskripsi hasil lari Jarak Menengah 800 M.....	48
Tabel 4. Deskripsi Pre-test Lari Jarak Menengah 800 M.....	49
Tabel 5. Data Hasil Belajar Siklus I Lari Jarak Menengah 800 M.....	54
Tabel 6. Data Hasil Belajar Siklus II Lari Jarak Menengah 800 M.....	57
Tabel 7. Data Ketuntasan Hasil Belajar Lari Jarak Menengah 800 M (Siklus I)..	81
Tabel 8. Portofolio Penilaian Hasil Belajar Lari 800M (Siklus II).....	83
Tabel 9. Data Ketuntasan Hasil Belajar Lari 800 M (Siklus II).....	85
Tabel 10. Format Penilaian Pre-test Proses Lari Jarak Menengah 800 M.....	87
Tabel 11. Format Penilaian Siklus I Proses Lari Jarak Menengah 800 M.....	89
Tabel 12. Format Penilaian Siklus II Proses Lari Jarak Menengah 800 M.....	91

DAFTAR GAMBAR

	Hal
1. Sikap <i>Start</i> Jongkok pada aba-aba “bersedia”	18
2. Sikap <i>Start</i> Jongkok pada aba-aba “siap”	19
3. Sikap <i>Start</i> Jongkok pada aba-aba “ya”	20
4. Teknik Lari.....	21
5. Teknik Melewati Garis <i>Finish</i>	22
6. Gerak Lari Mengitari Kotak Berputar Kiri/Kanan	30
7. Memindahkan Kotak ke Sisi Lain Satu Persatu.....	31
8. Bermain Lari Sambil Melompati Kotak.....	33
9. Skema Siklus Dalam Penelitian Tindakan Kelas	39
10. Diagram Deskripsi Data Penelitian	49
11. Diagram Siswa Yang Tuntas Dan Tidak Tuntas Pada Siklus I.....	55
12. Diagram Siswa Yang Tuntas Dan Tidak Tuntas Pada Siklus II.....	55
13. Perbandingan Pre-test, Siklus I dan Siklus II.....	61

DAFTAR LAMPIRAN

	Hal
1. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I.....	66
2. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II.....	71
3. Portofolio Awal Hasil Belajar Lari Jarak Menengah 800 M (<i>Pre-test</i>).....	75
4. Data Awal Ketuntasan Hasil Belajar Lari Jarak Menengah 800 M.....	77
5. Portofolio Penilaian Hasil Belajar Lari Jarak Menengah 800M(Siklus I) ...	79
6. Data Ketuntasan Hasil Belajar Lari Jarak Menengah 800 M (Siklus I).....	81
7. Portofolio Penilaian Hasil Belajar Lari Jarak Menengah 800M(SiklusII)...	83
8. Data Ketuntasan Hasil Belajar Lari Jarak Menengah 800 M (Siklus II)... ..	85
9. Format Penilaian Pre-test Proses Lari Jarak Menengah 800 M.....	87
10. Format Penilaian Siklus I Proses Lari Jarak Menengah 800 M.....	89
11. Format Penilaian Siklus II Proses Lari Jarak Menengah 800 M.....	91
12. Dokumentasi Penelitian... ..	93