

## DAFTAR ISI

### LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS.....</b>	<b>8</b>
A. Kajian Teoritis.....	8
2.1 Hakekat Pendidikan Jasmani.....	8
2.2 Hakekat Hasil Belajar.....	10
2.3 Hakekat Atletik.....	13
2.4 Hakekat Lompat Jauh.....	15
2.5 Gaya Jongkok.....	19

2.6 Langkah-langkah Lompat Jauh Gaya Jongkok .....	20
a. Awalan.....	20
b. Tolakan.....	22
c. Melayang .....	23
d. Mendarat.....	24
2.7 Hakekat Lompat Tali .....	26
B. Kerangka Berpikir .....	29
C. Hipotesis Tindakan .....	30
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
A. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	31
3.1 Lokasi Penelitian .....	31
3.2 Waktu Penelitian .....	31
B. Subjek dan Objek Penelitian .....	31
3.3 Subjek Penelitian.....	31
3.4 Objek Penelitian .....	31
C. Metode Penelitian.....	32
D. Desain Penelitian.....	32
1. Siklus I.....	33
2. Siklus II.....	36
E. Instrumen Penelitian .....	39
F. Teknik Analisis Data.....	41
3.5 Reduksi Data .....	41
3.6 Paparan Data .....	42

<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>45</b>
A. Deskripsi Data Penelitian.....	45
4.1 Deskripsi Data Penelitian Pada Siklus I.....	45
4.2 Deskripsi Data Penelitian Pada Siklus II.....	46
B. Hasil Penelitian .....	48
4.3 Kondisi Awal.....	48
4.4 Pelaksanaan Siklus I .....	48
4.4.1 Perencanaan (Planning).....	48
4.4.2 Pelaksanaan (Action) .....	48
4.4.3 Pengamatan (Observation) .....	51
4.4.4 Refleksi (Reflection).....	52
4.5 Pelaksanaan Siklus II.....	53
4.3.1 Perencanaan (Planning).....	53
4.3.2 Pelaksanaan (Action) .....	54
4.3.3 Pengamatan (Observation) .....	56
4.3.4 Refleksi (Reflection).....	56
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	57
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>58</b>
A. Kesimpulan .....	58
B. Saran .....	58
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>60</b>