

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAN TEORITIS.....	7
A. Kajian Teoritis.....	7
1. Hakekat Pendidikan Jasmani.....	7
2. Hakekat Belajar Pendidikan Jasmani	8
3. Hakekat Lompat Jauh.....	9
3.1. Teknik-Teknik Lompat jauh	11
4. Lompat Jauh Gaya Jongkok	11
4.1. Langkah-Langkah Pelaksanaan Lompat Jauh Gaya Jongkok.....	12
4.1.1 Awalan.....	12
4.1.2 Tolakan.....	14
4.1.3 Melayang.....	16
4.1.4 Mendarat	18
5. Hakekat Pendekatan Bermain Lompat Jauh Gaya Jongkok.....	19
B. Kerangka Berpikir.....	23

C. Hipotesis Tindakan	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	25
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	25
B. Subjek dan Objek Penelitian	25
C. Metode Penelitian	25
D. Desain Penelitian.....	25
1. Siklus I.....	26
2. Siklus II.....	29
E. Instrumen Penelitian	32
F. Teknik Analisis Data.....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	37
A. Deskripsi Data Penelitian.....	37
1. Deskripsi Data Penelitian Siklus I.....	37
2. Deskripsi Data Penelitian Siklus II.....	37
B. Hasil Penelitian.....	37.
1. Pelaksanaan Siklus I.....	37
2. Pelaksanaan Siklus II.....	38
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	44
A. Kesimpulan.....	44
B. Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA.....	46

