

## DAFTAR ISI

|  |              |
|--|--------------|
| <b>HALAMAN SAMPUL .....</b>                                | <b>.....</b> |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>                 | <b>.....</b> |
| <b>ABSTRAK .....</b>                                       | <b>i</b>     |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                 | <b>ii</b>    |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                                    | <b>v</b>     |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                              | <b>1</b>     |
| A. Latar Belakang Masalah.....                             | 1            |
| B. Identifikasi Masalah.....                               | 5            |
| C. Pembatasan Masalah.....                                 | 6            |
| D. Rumusan Masalah.....                                    | 6            |
| E. Tujuan Penelitian .....                                 | 7            |
| F. Manfaat Penelitian .....                                | 7            |
| <b>BAB II LANDASAN TEORITIS .....</b>                      | <b>9</b>     |
| A. Kajian Teori.....                                       | 9            |
| 1. Hakekat Pendidikan Jasmani .....                        | 9            |
| 2. Hakekat Hasil Belajar.....                              | 12           |
| 3. Hakekat Atletik .....                                   | 15           |
| 3.1.Tujuan Atletik.....                                    | 18           |
| 3.2.Lempar Cakram .....                                    | 19           |
| a. Cara memegang cakram .....                              | 22           |
| b. Cara melakukan awalan.....                              | 23           |
| c. Cara melempar cakram.....                               | 25           |
| d. Sikap badan setelah melempar .....                      | 26           |
| 4. Hakekat Pendekatan Bermain .....                        | 27           |
| 4.1.Jenis- Jenis Permainan Lempar Cakram .....             | 30           |
| a) Melempar pipa melewati tali yang melintang diatas ..... | 32           |
| b) Menjatuhkan Kotak Kardus.....                           | 33           |
| c) Melempar pipa Diarahkan Kesasaran Lingkaran Berangka .  | 34           |

|  |           |
|--|-----------|
| B. Kerangka Berpikir.....                          | 35        |
| C. Hipotesis Tindakan .....                        | 36        |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>             | <b>37</b> |
| A. Lokasi Dan Waktu Penelitian.....                | 37        |
| 1. Lokasi .....                                    | 37        |
| 2. Waktu penelitian .....                          | 37        |
| B. Subjek Dan Objek Penelitian .....               | 37        |
| 1. Subjek .....                                    | 37        |
| 2. Objek .....                                     | 37        |
| C. Metode Penelitian.....                          | 37        |
| D. Deasain Penelitian.....                         | 38        |
| E. Instrumen Penelitian.....                       | 46        |
| F. Teknik Analisis Data .....                      | 52        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b> | <b>55</b> |
| A. Deskripsi Data Masing-masing Panitia.....       | 55        |
| B. Hasil Penelitian.....                           | 57        |
| C. Pembahasan Hasil Penelitian.....                | 76        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>             | <b>80</b> |
| A. Kesimpulan.....                                 | 80        |
| B. Saran.....                                      | 80        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                        | <b>81</b> |
| <b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>                           |           |
| <b>SURAT-SURAT</b>                                 |           |