

## DAFTAR ISI

|  |            |
|--|------------|
| <b>ABSTRAK</b> .....                                     | <b>i</b>   |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                                  | <b>ii</b>  |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....                                | <b>iv</b>  |
| <b>DAFTAR GAMBAR</b> .....                               | <b>v</b>   |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....                             | <b>vi</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                              | <b>vii</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....                           | <b>1</b>   |
| A. Latar Belakang Masalah.....                           | 1          |
| B. Identifikasi Masalah .....                            | 9          |
| C. Pembatasan Masalah .....                              | 10         |
| D. Rumusan Masalah .....                                 | 10         |
| E. Tujuan Penelitian .....                               | 10         |
| F. Manfaat Penelitian .....                              | 10         |
| <b>BAB II LANDASAN TEORITIS</b> .....                    | <b>12</b>  |
| A. Kajian Teoritis .....                                 | 12         |
| 1. Hakekat Pendidikan Jasmani .....                      | 12         |
| 2. Hakekat Belajar .....                                 | 14         |
| 3. Hakekat Hasil Belajar Pendidikan Jasmani.....         | 16         |
| 4. Hakekat Atletik .....                                 | 18         |
| 5. Hakekat Tolak Peluru .....                            | 20         |
| 6. Hakekat Tolak Peluru Gaya Ortodoks ( Menyamping)..... | 22         |
| 7. Metode VAK ( <i>Visual,Auditory,Kinestetik</i> )..... | 26         |

|   |           |
|---|-----------|
| B. Kerangka Berfikir .....                          | 30        |
| C. Hipotesis Tindakan .....                         | 31        |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>          | <b>32</b> |
| A. Jenis Penelitian.....                            | 32        |
| B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....                | 32        |
| 1. Lokasi Penelitian .....                          | 32        |
| 2. Waktu Penelitian .....                           | 32        |
| C. Subjek dan Objek Penelitian .....                | 33        |
| 1. Subjek Penelitian .....                          | 33        |
| 2. Objek Penelitian.....                            | 33        |
| D. Desain Penelitian .....                          | 33        |
| E. Instrumen Penelitian .....                       | 37        |
| F. Teknik Analisis Data .....                       | 41        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b> | <b>44</b> |
| A. Deskripsi Data Penelitian.....                   | 44        |
| B. Hasil Penelitian .....                           | 45        |
| C. Pembahasan Hasil Penelitian.....                 | 62        |
| <b>BAB V KESIMPULAN.....</b>                        | <b>67</b> |
| A. Kesimpulan .....                                 | 67        |
| B. Saran.....                                       | 67        |
| <b>DAFTAR FUSTAKA.....</b>                          | <b>68</b> |