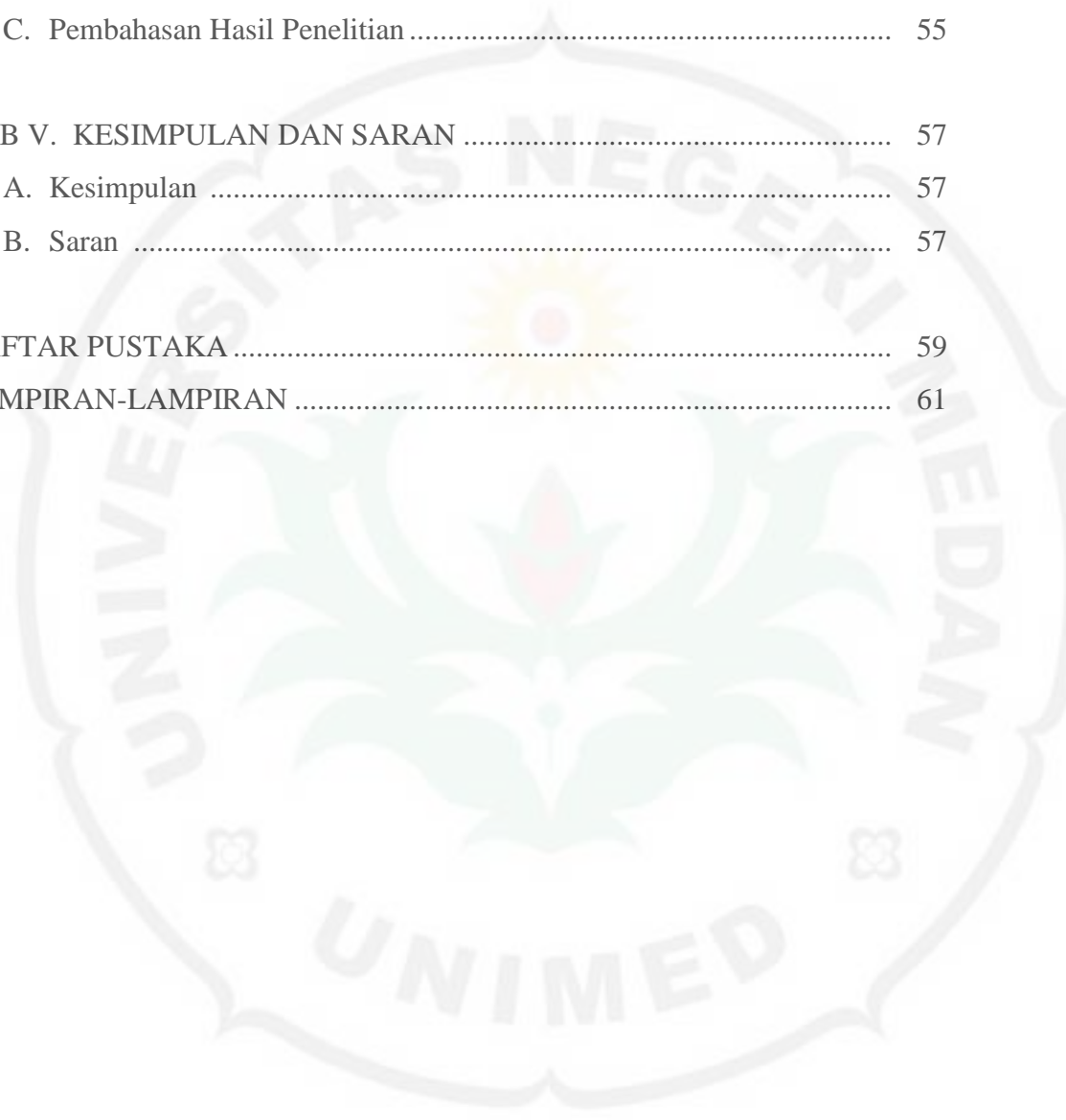


## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	v
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	x
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xii
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b> .....	1
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> .....	9
A. Kajian Teoritis .....	9
1. Hakekat Lari Sprint .....	9
2. Hakekat Pembelajaran Penjas.....	16
3. Hakekat Media.....	20
4. Hakekat Media Rintangan .....	24
5. Hakekat hasil Belajar.....	28
B. Kerangka Berpikir .....	31
<b>BAB III : METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	33
A. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	33
B. Populasi dan Sampel.....	33
C. Metode Penelitian .....	34
D. Desain Penelitian .....	34
E. Instrumen Penelitian .....	39
Teknik Analisis Data.....	43
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> .....	46

A. Deskripsi Data Penelitian.....	46
B. Hasil Penelitian .....	54
C. Pembahasan Hasil Penelitian .....	55
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN .....	57
A. Kesimpulan .....	57
B. Saran .....	57
DAFTAR PUSTAKA .....	59
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	61



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY

## DAFTAR TABEL

Tabel	Hal
1. Rubrik Penilaian Hasil Belajar Lari Sprint .....	41
2. Lembar penilaian test hasil belajar .....	62
3. Lembar pre test proses hasil belajar .....	64
4. Reduksi nilai pre test.....	65
5. Paparan nilai ketuntasan hasil belajar pre test .....	66
6. Lembar siklus I proses hasil belajar .....	69
7. Reduksi nilai siklus I.....	71
8. Paparan nilai ketuntasan hasil belajar siklus I .....	72
9. Lembar observasi proses pembelajaran siklus I.....	73
10. Lembar siklus II proses hasil belajar .....	74
11. Reduksi nilai siklus II .....	75
12. Paparan nilai ketuntasan hasil belajar siklus II.....	77
13. Lembar observasi proses pembelajaran siklus II .....	78
14. Perbandingan hasil belajar .....	79

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
1. Teknik Start Pada aba-aba “Bersedia” .....	12
2. Teknik Start Pada aba-aba “Siap” .....	13
3. Teknik Start Pada aba-aba “Ya” .....	13
4. Teknik Melewati Garis Finish .....	15
5. Contoh Rintangan Tangga .....	26
6. Contoh Rintangan Ban.....	27
7. Skema Siklus Dalam Penelitian Tindakan Kelas.....	39
8. Diagram peningkatan ketuntasan hasil belajar .....	51
9. Guru Menjelaskan Tujuan Pembelajaran .....	84
10. Guru Memimpin Pemanasan .....	84
11. Siswa Memperaktekkan Teknik Start .....	85
12. Foto Bersama .....	85

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Hal
1. Rencana pembelajaran siklus I .....	57
2. Rencana pembelajaran siklus II .....	61
3. Lembar penilaian test hasil belajar .....	65
4. Portofolio Hasil Penilaian Tes Awal.....	67
5. Reduksi Nilai Tes Hasil Awal.....	69
6. Paparan Nilai Tes Hasil Awal.....	70
7. Portofolio Hasil Penilaian Siklus I.....	72
8. Reduksi Nilai Tes Siklus I .....	74
9. Paparan Nilai Tes Siklus I.....	75
10. Lembar Observasi Proses Pembelajaran Siklus I.....	76
11. Portofolio Hasil Penilaian Siklus II .....	77
12. Reduksi Nilai Tes Siklus II .....	79
13. Paparan Nilai Tes Siklus II .....	80
14. Lembar Observasi Proses Pembelajaran Siklus II .....	81
15. Perbandingan Hasil Belajar.....	82
16. Susunan Panitia Penelitian .....	83
16. Surat-Surat Keterangan.....	88