

## DAFTAR ISI

<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>i</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
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
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS.....</b>	<b>7</b>
A. Kerangka Teoritis.....	7
1. Hakekat Pembelajaran Penjas .....	7
2. Hakekat Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok.....	13
3. Hakekat Hasil Belajar .....	20
4. Hakekat Variasi Pembelajaran .....	22
5. Manfaat Pembelajaran .....	23
6. Jenis-Jenis Variasi Pembelajaran Lompat Jauh .....	24
B. Kerangka Berpikir .....	29
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>30</b>
A. Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian.....	30
1. Lokasi .....	30
2. Waktu .....	30
B. Populasi dan Sampel .....	30
1. Populasi .....	30
2. Sampel .....	31
C. Metode Penelitian.....	31

D. Desain Penelitian .....	32
E. Pelaksanaan Penelitian .....	32
F. Instrumen Penelitian .....	32
G. Tekni Analisa Data .....	37
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>40</b>
A. Deskripsi Data Penelitian .....	40
B. Hasil Penelitian .....	51
1. Siklus I.....	41
2. Siklus II .....	45
C. Pembahasan Hasil Penelitian .....	49
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>53</b>
A. Kesimpulan .....	53
B. Saran .....	53
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN  
UNIMED

THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY

## DAFTAR TABEL

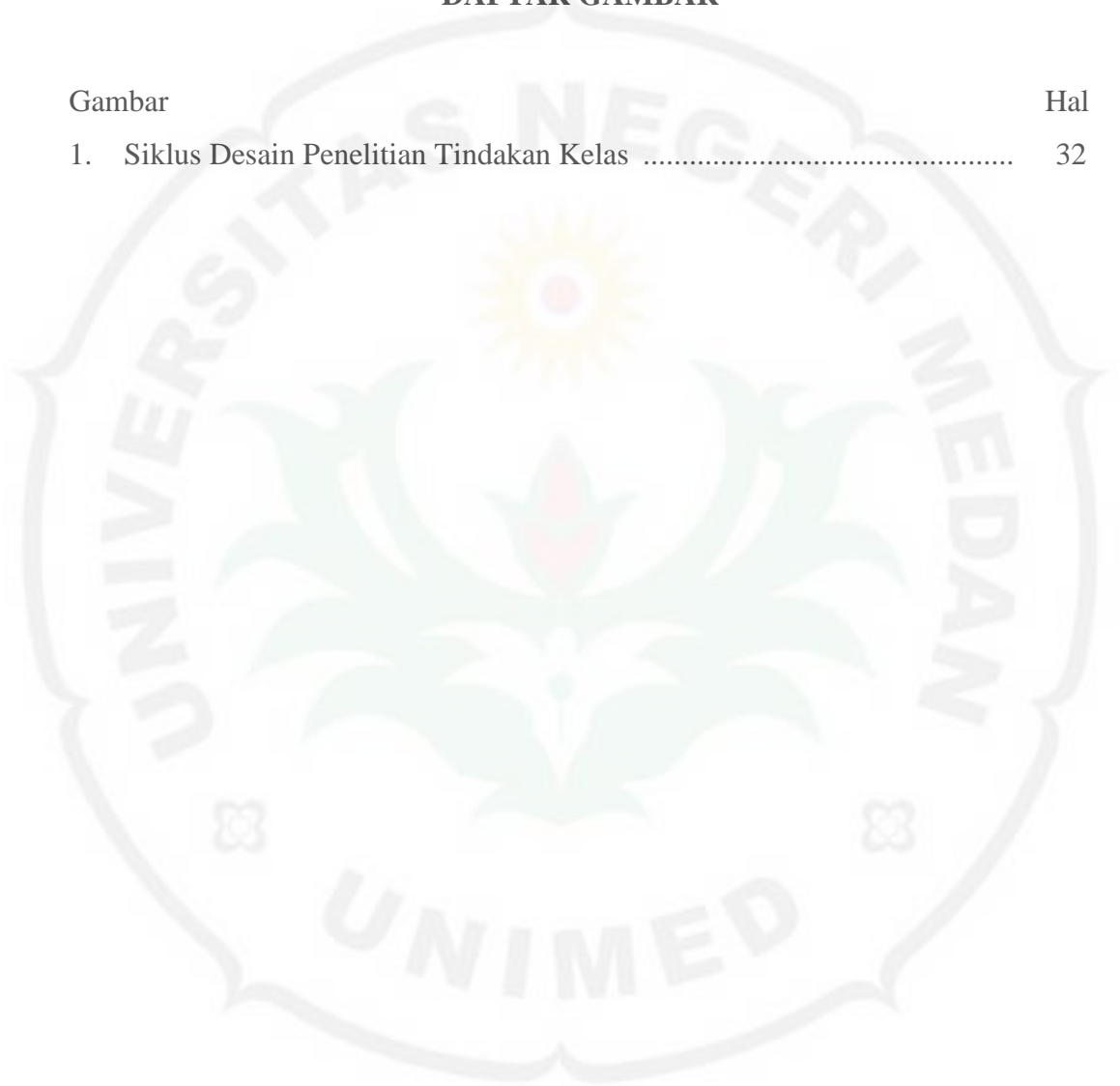
Tabel	Hal
1. Tabel Data Jumlah Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Blangkejeren.....	26
2. Hasil Belajar Teknik Dasar Tolak Peluru Sebelum Menggunakan Media Visual .....	38
3. Hasil Belajar Menggunakan Media Visual Siklus I .....	43
4. Hasil Belajar Menggunakan Media Visual Siklus II .....	49

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN  
UNIMED

THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
1. Siklus Desain Penelitian Tindakan Kelas .....	32



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Hal
1. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) .....	56
2. Desain Penelitian Tindakan Kelas .....	64
3. Portofolio Penelitian Proses Hasil Belajar .....	65
4. Hasil Belajar Teknik Tolak Peluru Sebelum Menggunakan Media Visual	67
5. Hasil Belajar Menggunakan Media Visual Siklus I .....	68
6. Hasil Belajar Menggunakan Media Visual Siklus II .....	69
7. Dokumentasi Penelitian .....	71

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN  
UNIMED

THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY