

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	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
BAB II LANDASAN TEORITIS	
A. Kajian Teoritis	9
1. Atletik	9
2. Lempar Lembing	10
a. Pengertian Lempar Lembing	10
b. Teknik Dasar Lempar Lembing	11
3. Cara Membawa Lembing	12
4. Cara Melakukan Awalan	13
4.1 Langkah Berirama	15
4.2 Phase Pelepasan	16
4.3 Phase Pemulihan	17
5. Persyaratan Suatu Lemparan	18
6. Peralatan	18
a. Lembing	18
b. Jalur Lari Awalan	19
c. Garis Lengkungan Lingkaran	19
d. Sektor Lemparan	20
B. Pengertian Pembelajaran	20
1. Pengertian Belajar	20
2. Pengertian Hasil Belajar	22
C. Hakekat Belajar Lempar Lembing	24
D. Hakekat Media Pembelajaran	25
1. Defenisi dan Fungsi	25
2. Fungsi Media	26

E. Lempar Lembing Yang Dimodifikasi	28
F. Kerangka Berfikir	31
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	33
A. Lokasi Dan Waktu Penelitian	33
1. Lokasi Penelitian	33
2. Waktu penelitian	33
B. Populasi Dan Sampel	33
1. Populasi	33
2. Sampel	34
C. Metode Penelitian	34
D. Desain Penelitian	35
E. Instrumen Penelitian	40
F. Teknik Analisis Data	43
1. Reduksi Data	43
2. Paparan Data	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	47
A. Deskripsi Data Penelitian	47
1. Perencanaan	47
2. Tindakan	48
3. Pengamatan	50
4. Refleksi	53
B. Deskripsi Hasil Pengamatan Peroses Pembelajaran siklus II	54
1. Perencanaan	54
2. Tindakan	54
3. Pengamatan	55
4. Reflesi	57
C. Pembahasan Hasil Penelitian	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran	59

DAFTAR PUSTAKA	61
----------------------	----

LAMPIRAN	
----------	--