

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR ISI	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II LANDASAN TEORITIS	10
A. Kajian Teoritis.....	10
1. Hakekat Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.....	10
2. Hakekat Belajar	14
3. Hakekat Senam Lantai.....	15
a. Sejarah Senam.....	15
1) Sejarah Senam Dunia	15
2) Sejarah Senam di Indonesia.....	16
b. Pengertian Senam.....	17
c. Manfaat Senam.....	18
d. Hakekat Senam Artistik.....	21
1) Senam Artistik Serta Perkembangannya di Indonesia.....	21

2) Pengertian Senam Artistik.....	22
e. Hakekat Senam Lantai.....	23
f. Hakekat Senam Lantai Guling Belakang (<i>Backward roll</i>).....	26
g. Variasi Guling ke Belakang.....	31
4. Hakekat Media Audiovisual.....	36
a. Pengertian Media.....	36
b. Fungsi Media Pembelajaran.....	37
c. Pengertian Media Audio Visual.....	38
d. Keuntungan Media Audiovisual.....	41
e. Langkah–Langkah Pembelajaran dengan Media Audiovisual.....	41
B. Profil Sekolah.....	47
C. Kerangka Berpikir	48
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	51
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	51
1. Lokasi Penelitian	51
2. Waktu Penelitian	51
B. Populasi dan Sampel	51
1. Populasi	51
2. Sampel.....	52
C. Metode Penelitian.....	52
D. Desain Penelitian	55
E. Instrumen Penelitian	56

Halaman

F. Teknik Analisis Data	59
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	61
A. Deskripsi Data Penelitian.....	61
B. Hasil Penelitian	62
1. Kondisi Awal.....	62
2. Pelaksanaan Siklus I.....	63
a. Perencanaan.....	63
b. Pelaksanaan Tinadakan	64
c. Observasi.....	65
d. Refleksi	66
3. Pelaksanaan Siklus II	70
a. Perencanaan.....	70
b. Pelaksanaan Tindakan.....	71
c. Observasi.....	71
d. Refleksi	72
C. Pembahasan Hasil Penelitian	74
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	79
A. Kesimpulan.....	79
B. Saran.....	80
DAFTAR PUSTAKA	81