

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
DAFTAR GAMBAR	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORITIS	11
A. Kajian Teoritis	
1. Hakikat Pendidikan Jasmani	11
2. Hakikat Atletik	15
2.1 Lompat Jauh	18
2.1.2 Lompat Jauh Gaya Jongkok	21
2.1.3 Hasil Belajar Lompat Jauh	29
3. Hakikat Media Pembelajaran	33
3.1 Media Sederhana yang Dibuat dari Alat Seadanya	35
B. Kerangka Berfikir	38
C. Hipotesis	39
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	40
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	40
B. Subjek Penelitian	40
C. Metode Penelitian	40

D. Desain Penelitian	41
E. Instrumen Penelitian	60
F. Teknik Analisis Data	64
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	66
A. Deskripsi Data Penelitian	66
B. Hasil Penelitian	68
C. Pembahasan Hasil Penelitian	98
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	102
A. Kesimpulan	102
B. Saran	102
DAFTAR PUSTAKA	104