

DAFTAR ISI

	Hal
ABSTRAK	
DAFTAR ISI	i
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
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
BAB II LANDASAN TEORITIS	7
A. Kajian Teoritis	7
1. Hakekat Pendidikan Jasmani	7
2. Hakekat Belajar.....	8
3. Hakekat Hasil Belajar	10
4. Hakekat Atletik	13
5. Hakekat Lompat Jauh.....	13
Langkah-Langkah Pelaksanaan Lompat Jauh.....	15
a. Awalan.....	15
b. Tumpuan/Tolakan.....	17
c. Melayang.....	19
Gaya jongkok.....	20

d. Mendarat.....	20
6. Hakekat Modifikasi Media Pembelajaran.....	23
7. Modifikasi Pembelajaran Lompat Jauh.....	26
a. pelaksanaan.....	27
b. perlengkapan.....	28
B. Kerangka Berfikir.....	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	30
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	30
1. Lokasi Penelitian.....	30
2. Waktu Penelitian.....	30
B. Subjek Penelitian.....	30
C. Metode Penelitian.....	30
D. Desain Penelitian.....	31
1. Siklus I.....	32
a. Tahap Perencanaan Tindakan I.....	32
b. Tahap Pelaksanaan Tindakan I.....	32
c. Observasi I.....	33
d. Tahap Refleksi I.....	35
E. Instrumen Penelitian.....	35
F. Tehnik Analisis Data.....	38
1. Reduksi Data.....	38
2. Paparan Data.....	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN.....	41
A. Deskripsi Data Penelitian.....	41
B. Hasil Penelitian.....	42
a. Kondisi Awal.....	42
b. Alternatif Pemecahan I.....	44
c. Pelaksanaan Tindakan I.....	45
d. Observasi dan Evaluasi I.....	45

e. Analisis Data I.....	46
f. Refleksi.....	47
2. siklus II.....	48
a. Permasalahan.....	48
b. Alternatif Pemecahan II.....	48
c. Pelaksanaan Tindakan II.....	48
d. Observasi dan Evaluasi II.....	49
e. Analisis Data II.....	49
f. Refleksi.....	50
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	55
A. Kesimpulan.....	55
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA.....	57
LAMPIRAN-LAMPIRAN	59