

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK.....	i
RIWAYAT HIDUP	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
SANWACANA.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	9
C. Ruang Lingkup Penelitian.....	9
D. Rumusan Masalah.....	10
E. Tujuan Penelitian	11
F. Manfaat Penelitian	11
II. KAJIAN PUSTAKA.....	13
A. Belajar dan Pembelajaran	13
B. Pendidikan Jasmani.....	15
C. Hasil Belajar Pendidikan Jasmani.....	17
D. Efektivitas Pembelajaran	19
E. Belajar Gerak	20
F. Keterampilan Gerak Dasar.....	23
G. Atletik	24
H. Gerak Dasar Lempar Lembing.....	25

I.	Tahap Pembelajaran Gerak Dasar Lempar Lembing	27
1.	Sikap Awal.....	28
2.	Tahap Awalan	28
3.	Tahap Sikap Lempar	29
4.	Tahap Pelepasan Lembing	31
5.	Sikap Akhir atau Gerak Lanjut (<i>Follow Through</i>)	32
J.	Modifikasi Alat Pembelajaran	32
K.	Kerangka Pikir	37
L.	Hipotesis	39
III.	METODOLOGI PENELITIAN.....	41
A.	Jenis Penelitian.....	41
B.	Subyek Penelitian.....	42
C.	Setting Penelitian	42
D.	Rancangan Penelitian.....	43
E.	Data Penelitian	44
F.	Proses Pelaksanaan Penelitian	44
1.	Siklus I	44
2.	Siklus II.....	46
3.	Siklus III.....	48
G.	Instrumen Penelitian	51
H.	Teknik Analisis Data.....	52
I.	Indikator Keberhasilan.....	53
IV.	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	54
A.	Hasil Penelitian	54
1.	Analisis Prosentase Hasil PTK Pembelajaran Gerak Dasar Lempar Lembing.....	54
2.	Analisis Efektivitas Pembelajaran Pada Setiap Siklus.....	60
B.	Pembahasan.....	62
C.	Implikasi Penelitian Tindakan Kelas (PTK)	70
V.	SIMPULAN DAN SARAN	73
A.	Simpulan	73
B.	Saran	74
	DAFTAR PUSTAKA	76
	LAMPIRAN.....	78

