

DAFTAR ISI

	Halaman
SAN WACANA	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR	vi
I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Rumusan Masalah.....	3
D. Tujuan Penelitian	4
E. Manfaat Penelitian	4
F. Hipotesis	4
II. TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Lompat Tinggi	5
B. Unsur-unsur Fisik.....	12
C. Prinsip-prinsip Latihan.....	13
D. Sarana Dan Prasarana	19
E. Alat dan Fasilitas	20
F. Pengertian Pendidikan Jasmani.....	20
G. pengertian Pembelajaran.....	21
H. Gerak Dasar	23
III. METODOLOGI PENELITIAN.....	28
A. Metode Penelitian	28
B. Rancangan	28
C. Tempat dan Variabel Pelaksanaan	28
D. Pelaksanaan penelitian	29
E. Populasi dan Sampel.....	31
F. Teknik Pengumpulan Data.....	31
G. Teknik Analisis Data.....	32
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Hasil Penelitian	34
B. Pembahasan.....	39
V. SIMPULAN DAN SARAN.....	44

A. Simpulan	44
B. Saran-Saran	44
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN.....	47