

DAFTAR ISI

Halaman	
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
G. Ruang Lingkup Penelitian.....	6
II. TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Pendidikan Jasmani.....	7
B. Upaya Meningkatkan Pembelajaran	9
C. Senam Lantai Gerak Dasar Split	11
D. Alat Bantu	14
III. METODOLOGI PENELITIAN.....	16
A. Metode Penelitian.....	16
B. Variabel Penelitian	19
C. Subjek Penelitian.....	20
D. Tempat dan Waktu	20
E. Pelaksanaan Penelitian	20
F. Instrumen	25
G. Teknik Analisis Data.....	27
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	29
A. Hasil Penelitian	29
1. Analisis Prosentase Tes Awal	30
2. Analisis Prosentase Siklus Pertama	30
3. Analisis Prosentase Siklus Kedua	31
B. Pembahasan.....	33
V. SIMPULAN DAN DARAN	36
A. Simpulan	36
B. Saran.....	36

DAFTAR PUSTAKA	37
LAMPIRAN.....	39

