

## DAFTAR ISI

Halaman	
SANWACANA .....	i
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Rumusan Masalah .....	4
D. Tujuan Penelitian .....	5
E. Kegunaan Penelitian.....	5
F. Hipotesis.....	6
II. TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Pengertian Pendidikan Jasmani.....	7
B. Pengertian Belajar Mengajar.....	8
C. Konsep Belajar Motorik.....	9
1. Pengertian Belajar Gerak dan Motorik .....	9
a. Tahap Koqnitif .....	11
b. Tahap Asosiatif/Fikasi .....	11
c. Tahap Otomatis .....	12
D. Pembelajaran Ketrampilan Gerak Dasar lempar cakram.....	13
E. Gerak Dasar Melempar .....	14
F. Modifikasi Dalam Nomor Lempat.....	16
III. METODOLOGI PENELITIAN.....	18
A. Jenis Penelitian.....	18
B. Subjek Penelitian.....	21
C. Tempat dan Pelaksanaan Penelitian .....	21
D. Proses Pembelajaran Ketrampilan Gerak Dasar Lempat Cakram .....	21
1. Siklus Pertama.....	21
2. Siklus Kedua .....	23
3. Siklus Ketiga .....	24

E. Instrumen Penelitian.....	26
F. Teknik Analisis Data.....	28
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	29
A. Hasil Penelitian .....	29
1. Deskripsi Hasil Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Pembelajaran Ketrampilan Gerak Dasar Lempar Cakram.....	29
a. Siklus Pertama.....	31
b. Siklus Kedua .....	31
c. Siklus Ketiga .....	32
2. Analisis Efektifitas Pembelajaran Setiap Siklusnya .....	33
B. Pembahasan .....	35
V. SIMPULAN DAN SARAN .....	37
A. Simpulan .....	37
B. Saran.....	38
DAFTAR PUSTAKA .....	39
LAMPIRAN.....	41