

DAFTAR ISI

	Halaman
SANWACANA	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
II. TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Belajar	7
B. Konsep Belajar Motorik	8
C. Ketrampilan Gerak Dasar.....	11
D. Atletik.....	12
E. Dasar-dasar Melempar	14
F. Tolak Peluru	15
1. Peluru	16
2. Peraturan Tolak Peluru.....	17
3. Teknik Dasar Tolak Peluru	19
4. Teknik Tolak Peluru Gaya Menyamping (<i>orthodox</i>).....	19
G. Model Latihan	23
H. Modifikasi	24
III. METODOLOGI PENELITIAN.....	27
A. Jenis Penelitian.....	27
B. Setting Penelitian	30
C. Subjek Penelitian.....	31
D. Proses Pembelajaran Tolak Peluru	

Gaya Menyamping (<i>orthodox</i>).....	31
1. Siklus I	31
2. Siklus II.....	33
3. Siklus III.....	35
E. Instrumen dan Cara Pengambilanya	37
F. Analisis Data	39
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Hasil Penelitian	40
1. Deskripsi Hasil Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Pembelajaran Teknik Dasar Tolak Peluru Gaya Menyamping (<i>orthodox</i>).....	40
2. Analisis Efektifitas Pembelajaran Setiap Siklusnya	44
B. Pembahasan.....	45
V. SIMPULAN DAN SARAN	48
A. Simpulan	48
B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN.....	52