

## DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Rumusan Masalah.....	4
D. Tujuan Penelitian.....	4
E. Kegunaan Penelitian.....	4
II. TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Pengertian Pendidikan Jasmani di SMP.....	6
B. Pengertian Belajar dan Mengajar.....	6
C. Keterampilan Belajar Lempar Cakram.....	7
D. Modifikasi dalam Nomor Lempar.....	10
E. Hal yang Perlu Diperhatikan dalam Lempar Cakram.....	11
F. Pembelajaran Keterampilan Dasar Lempar Cakram.....	12
G. Gerak Dasar Melempar.....	12
H. Hipotesis.....	13
III. METODOLOGI PENELITIAN.....	14
A. Jenis Penelitian.....	14
B. Subyek Penelitian.....	14
C. Tempat dan Pelaksanaan Penelitian.....	14
D. Rancangan Penelitian.....	15
E. Proses Pembelajaran Gerak Dasar Tolak Peluru.....	15
F. Instrumen Penelitian.....	18
G. Teknik Analisis Data.....	18
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	20
A. Hasil Penelitian.....	20
B. Pembahasan.....	21

V. SIMPULAN DAN SARAN.....	24
A. Simpulan.....	24
B. Saran.....	24
DAFTAR PUSTAKA.....	26
LAMPIRAN.....	28