

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Rumusan Masalah	3
D. Tujuan Penelitian	4
E. Kegunaan Penelitian.....	4
II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Pengertian Pendidikan Jasmani.....	6
B. Hakikat Belajar Mengajar Gerak	7
C. Belajar Gerak (Motorik).....	7
D. Atletik.....	8
E. Lompat Jauh	9
F. Lompat Jauh Gaya Berjalan di Udara (<i>Walking in The Air</i>).....	12
G. Teknik Lompat Jauh Gaya Berjalan di Udara (<i>Walking in The Air</i>).....	13
H. Hipotesis.....	21
III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	22
B. Subjek Penelitian.....	23
C. Tempat dan Pelaksanaan PTK.....	23
D. Rancangan Penelitian	24
E. Proses Pembelajaran Lompat Jauh.....	24
F. Teknik Pengumpulan Data	28
G. Teknis Analisis Data	29
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	30
B. Pembahasan	31
V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	34
B. Saran.....	34

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN