

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN ILMIAH.....	iii
HALAMAN PRIBADI	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Rumusan Masalah	5
1.3. Tujuan Penelitian.....	5
1.4. Kegunaan Penelitian.....	5
BAB 2 KAJIAN TEORITIS	7
2.1. Kajian Pustaka	7
2.1. 1 Belajar	7
2.1. 2 Lari Sprint	9
2.1. 3 Pendekatan Sainifik	14
2.2. Hasil Penelitian Yang Relevan.....	19
2.3. Kerangka Konseptual	21
2.4. Hipotesis Tindakan.....	23
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN	24
3.1 Rancangan Desain Penelitian	24
3.2 Subjek dan Objek Penelitian	25
3.3 Prosedur/Langkah-Langkah Penelitian	26
3.4 Teknik Pengumpulan Data	28

3.5	Instrumen Penelitian	31
3.6	Teknik Analisis Data	36
3.7	Indikator/Kriteria Keberhasilan.....	37
3.8	Waktu dan Tempat Penelitian	38
3.8.1	Waktu Penelitian	38
3.8.2	Tempat Penelitian	39
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		40
4.1	Deskripsi Hasil Penelitian	40
4.1.1	Siklus I	40
4.1.2	Siklus II.....	52
4.1.3	Perbandingan Hasil Tindakan antar Siklus	60
4.2	Pembahasan	63
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....		66
5.1.	Simpulan.....	66
5.2.	Saran	66
DAFTAR PUSTAKA		67
LAMPIRAN – LAMPIRAN		69

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kelebihan dan Kekurangan Pendekatan Saintifik.....	18
Tabel 3. 1 Rancangan Penelitian	24
Tabel 3. 2 Persentase Target Capaian	28
Tabel 3. 3 Rekap Hasil Belajar Lari Jarak Pendek (<i>Sprint</i>).....	30
Tabel 3. 4 Format Penilaian Sikap (Afektif)	32
Tabel 3. 5 Format Penilaian Pengetahuan (Kognitif).....	32
Tabel 3. 6 Butir Pertanyaan	33
Tabel 3. 7 Format Penilaian Psikomotorik.....	33
Tabel 3. 8 Acuan Penskoran	34
Tabel 3. 9 Penilaian Produk/Prestasi	35
Tabel 3. 10 Kriteria Tingkat Keberhasilan Belajar Siswa dalam bentuk %	37
Tabel 3. 11 Waktu Penelitian.....	38
Tabel 4. 1 Penilaian Kognitif Lari Jarak Pendek (<i>Sprint</i>)	45
Tabel 4. 2 Penilaian Psikomotorik Lari Jarak Pendek (<i>Sprint</i>)	46
Tabel 4. 3 Penilaian Afektif Lari Jarak Pendek (<i>Sprint</i>)	48
Tabel 4. 4 Nilai Akhir (Hasil Belajar) Lari Jarak Pendek (<i>Sprint</i>) Siklus I	50
Tabel 4. 5 Penilaian Psikomotor Lari Jarak Pendek (<i>Sprint</i>) Siklus II.....	57
Tabel 4. 6 Nilai Akhir (Hasil Belajar) Lari Jarak Pendek (<i>Sprint</i>) Siklus II	59

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Strart Jongkok (<i>Medium Start</i>) Pada Lari (<i>Sprint</i>)	11
Gambar 2. 2 Letak kaki dan lutut pada saat <i>Start</i> Pendek, <i>Start</i> Menengah dan <i>Start</i> Panjang	12
Gambar 2. 3 Teknik Memasuki Garis Finish	14
Gambar 3. 1 Model Kemmis & MCTaggart	25
Gambar 3. 2 Komponen – Komponen Refleksi	28

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 SK Pembimbing dan Pernyataan Melaksanakan Penelitian	69
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian.....	70
Lampiran 3 Surat Keterangan telah Melaksanakan Penelitian	71
Lampiran 4 Data Kolaborator.....	72
Lampiran 5 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	73
Lampiran 6 Hasil Belajar Lari Jarak Pendek (<i>Sprint</i>) Siklus I	93
Lampiran 7 Hasil Belajar Lari Jarak Pendek (<i>Sprint</i>) Siklus II	94
Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian.....	95
Lampiran 9 Riwayat Hidup	100