

DAFTAR ISI

	halaman
HALAMAN JUDUL	
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1. Bagi Guru	7
1.4.2. Bagi Sekolah.....	7
1.5 Penjelasan Istilah.....	8
1.5.1 Tingkat Pramuka.....	8
1.5.2.Indikator Penggunaan Media Tingkat Pramuka.....	8
1.5.3 Indikator Teknik Dasar Lari jarak pendek 50 Meter	11
BAB II LANDASAN TEORI.....	13
2.1. Hakekat Media Pembelajaran.....	13
2.1.1. Media Pembelajaran	13

2.1.2. Manfaat Media Pembelajaran.....	14
2.1.3. Media Tongkat Pramuka	15
2.1.4. Langkah - Langkah Penggunaan Media Tongkat Pramuka ...	16
2.1.5. Indikator Penggunaan Media Tongkat Pramuka.	17
2.2. Teknik Dasar Lari.....	19
2.2.1 Hakekat Lari Jarak Pendek.....	19
2.2.2 Teknik Lari Jarak Pendek.....	19
2.2.3 Teknik Start	20
2.2.4 Teknik Berlari.....	22
2.2.5 Teknik Memasuki Garis Finish	22
2.2.6 Indikator Teknik Dasar Lari Jarak Pendek 50 Meter	23
2.3 Perspektif Kristen	25
2.4 Materi / Bahan Ajar	27
2.4.4 Atletik	28
2.4.5 Lari Jarak Pendek.....	28
2.4.6 Teknik Lari Jarak Pendek	29
2.4.7 Teknik <i>Start</i>	29
2.4.8 Teknik Berlari	31
2.4.9 Teknik Memasuki Garis Akhir	32
2.5 Hubungan Media Tongkat Pramuka dengan Atletik Lari Jarak Pedek 50 Meter.....	32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	35
3.1 Metode Penelitian.....	35
3.2 Subjek, Tempat, dan Waktu Penelitian	38

3.3	Prosedur Penelitian.....	39
3.3.1	Tahap Perencanaan.....	39
3.3.2	Tahap Pelaksanaan.....	40
3.3.3	Tahap Pengamatan / Observasi.....	41
3.3.4	Tahap Refleksi.....	42
3.4	Instrumen Penelitian.....	42
3.4.1	Kuesioner Siswa / Angket.....	43
3.4.2	Lembar Daftar Centang Mentor.....	44
3.4.3	Rubrik Penilaian Teknik Dasar Lari.....	44
3.4.4	Wawancara.....	46
3.4.5	Foto dan Rekaman Video.....	46
3.4.6	Jurnal Refleksi.....	46
3.4.7	Umpan Balik Mentor.....	47
3.5	Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	47
3.6	Validitas Data.....	49
3.7	Analisis Data.....	49
3.8	Keberlanjutan Siklus.....	53
BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN.....		55
4.1	Pra Siklus.....	55
4.2	Siklus I.....	60
4.2.1	Tahap Perencanaan.....	60
4.2.2	Tahap Pelaksanaan.....	62
4.2.3	Tahap Pengamatan.....	65
4.2.4	Tahap Refleksi.....	72

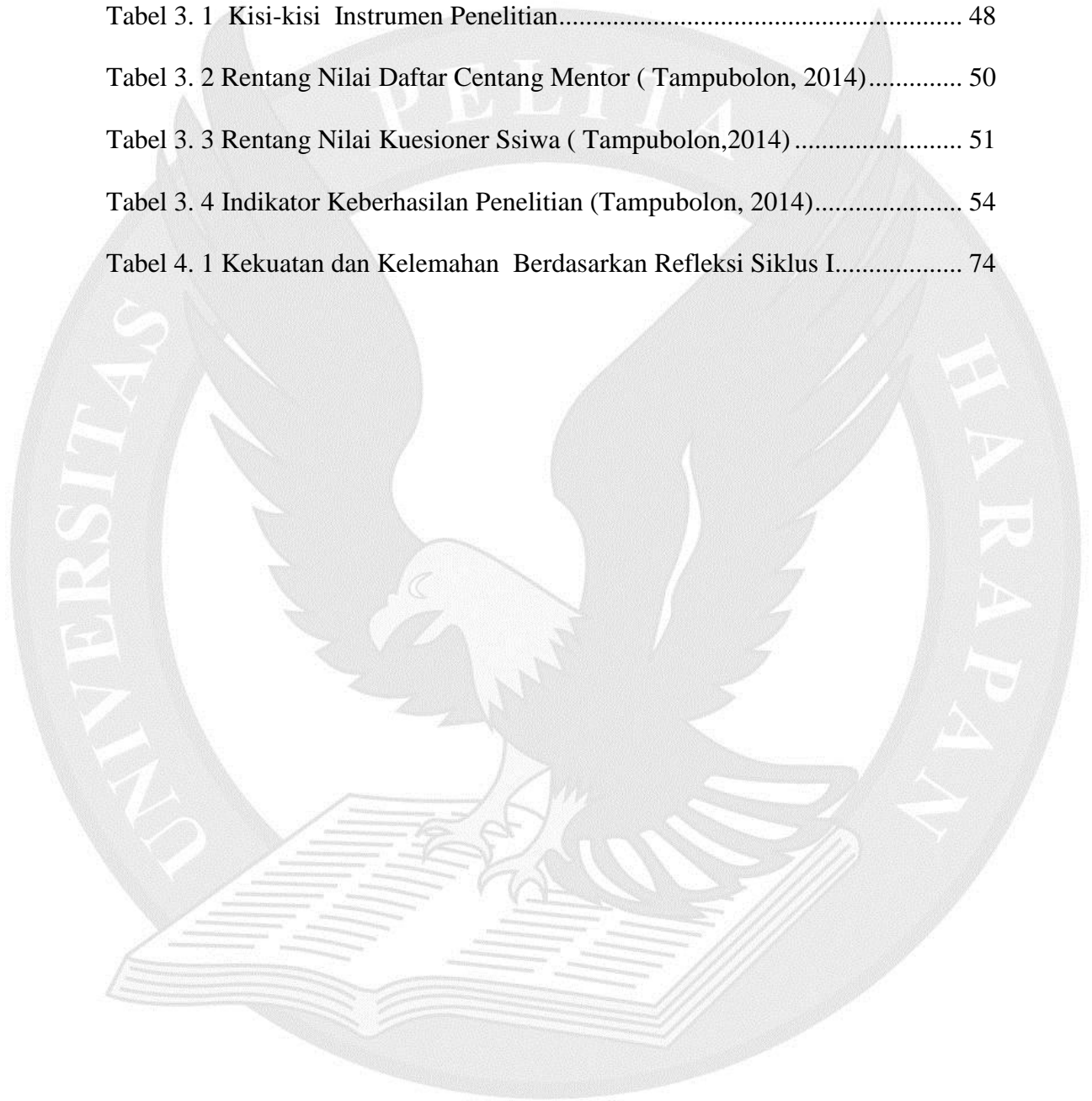
4.3	Siklus II	75
4.3.1	Tahap Perencanaan	75
4.3.2	Tahap Pelaksanaan	77
4.2.3	Tahap Pengamatan.....	79
4.2.4	Tahap Refleksi.....	85
4.4	Analisis dan Pembahasan Keseluruhan	85
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		92
5.1	Kesimpulan.....	92
5.2	Saran	96
5.2.1	Bagi Sekolah	96
5.2.2	Bagi Guru Pendidikan Jasmani.....	97
5.2.3	Bagi Peneliti Berikutnya	98
5.2.4	Bagi TC (Teachers College)	98
DAFTAR PUSTAKA		99
LAMPIRAN.....		1

DAFTAR GAMBAR

	halaman
Gambar 3. 1 Model Siklus Penelita Tindakan Kelas Kemmis & McTaggat	36
Gambar 3. 2 Perencanaan pelaksanaan siklus penelitian.....	41
Gambar 4. 1 Data hasil tes penilaian teknik dasar lari jarak pendek 50 meter pada siklus I.....	66
Gambar 4. 2 Presentase Keberhasilan Media Alat Bantu Berdasarkan Kuesioner Siswa Pada Siklus I.....	68
Gambar 4. 3 Data Hasil Daftar Centang Mentor Teknik Dasar Lari Jarak Pendek 50 Meter Pada Siklus I.....	70
Gambar 4. 4 Data Hasil Tes Penilaian Teknik Dasar Lari Jarak Pendek 50 Meter Pada Siklus II	80
Gambar 4. 5 Persentase Keberhasilan Media Alat Bantu Berdasarkan Kuesioner Siswa Pada Siklus II.....	82
Gambar 4. 6 Data Hasil Daftar Centang Mentor Teknik Dasar Lari Jarak Pendek 50 Meter Pada Siklus II.....	83
Gambar 4. 7 Perbandingan Hasil Tes Penilaian Teknik Dasar Lari Jarak Pendek 50 Meter Siklus I dan II	86
Gambar 4. 8 Perbandingan Daftar centang Mentor Pada Penilaian Teknik Dasar Lari Jarak Pendek 50 Meter Siklus I dan II	88
Gambar 4. 9 Perbandingan Persentase Keberhasilan Media Alat Bantu Berdasarkan Kuesioner Siswa Pada Siklus I dan II	89

DAFTAR TABEL

	halaman
Tabel 3. 1 Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	48
Tabel 3. 2 Rentang Nilai Daftar Centang Mentor (Tampubolon, 2014).....	50
Tabel 3. 3 Rentang Nilai Kuesioner Ssiwa (Tampubolon,2014)	51
Tabel 3. 4 Indikator Keberhasilan Penelitian (Tampubolon, 2014).....	54
Tabel 4. 1 Kekuatan dan Kelemahan Berdasarkan Refleksi Siklus I.....	74



DAFTAR LAMPIRAN

	halaman
Lampiran 1 Validasi Rubrik Penilaian Teknik Dasar Lari	A-1
Lampiran 2 Validasi Daftar Centang Mentor.	A-4
Lampiran 3 Validasi Kuesioner Siswa.....	A-7
Lampiran 4 RPP Prasiklus.	B-1
Lampiran 5 RPP Siklus 1	B-5
Lampiran 6 RPP Siklus 2.....	B-10
Lampiran 7 Umpan Balik Mentor Prasiklus	C-1
Lampiran 8 Umpan Balik Mentor Siklus 1	C-2
Lampiran 9 Umpan Balik Mentor Siklus 2.....	C-3
Lampiran 10 Contoh Instrumen Rubrik Penilaian Teknik Dasar Lari Jarak Pendek 50 Meter	C-4
Lampiran 11 Contoh Daftar Centang Mentor	C-5
Lampiran 12 Contoh Kuesioner Siswa	C-5
Lampiran 13 Refleksi Prasiklus	D-1
Lampiran 14 Rsefleksi Siklus 1	D-5
Lampiran 15 Refleksi Siklus 2.....	D-10
Lampiran 16 Hasil Wawancara Mentor	E-1
Lampiran 17 Data Hasil Olahan Tes Teknik Dasar Siswa Siklus 1.....	E-2
Lampiran 18 Data Hasil Olahan Tes Teknik Dasar Siswa Siklus 2.....	E-4
Lampiran 19 Data Hasil Olahan Daftar Centang Mentor Siklus 1	E-6
Lampiran 20 Data Hasil Olahan Daftar Centang Mentor Siklus 2	E-8

Lampiran 21 Data Olahan Kuesioner Siswa Siklus 1E-10
Lampiran 22 Data Olahan Kuesioner Siswa Siklus 2E-11
Lampiran 23 Dokumentasi Proses PenelitianF-1

