DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
MOTTO ii
HALAMAN PERSEMBAHAN iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI iv
PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI v
ABSTRAK vi
KATA PENGANTAR viii
DAFTAR ISI xi
BAB I PENDAHULUAN
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 5
C. Tindakan yang Dipilih 5
D. Tujuan penelitian 6
E. Lingkup Penelitian 7
F. Manfaat Penelitian 7
BAB II KAJIAN TEORI
A. Pengertian keterampilan 9
B. Pengertian Lari 10
C. Tujuan Lari 11
D. Keterampilan Lari Estafet 11
E. Indikator dalam Peningkatan Keterampilan Lari 12
F. PENJASKES 17
G. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani 19
H. Tujuan Pendidikan Jasmani 19
I. Materi Atletik 20
J. Pengertian Model *Explicit Instruction* 22
K. Tujuan dan Ciri Model *Explicit Instruction* 23
L. Langkah-langkah Model *Explicit Instruction* 24
M. Kelemahan dan Kelebihan Model *Explicit Instruction* 28
BAB III PROSEDUR PENELITIAN TINDAKAN KELAS
A. Metode Penelitian 31
B. Setting dan Karakteristik Subjek Penelitian 32

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

C. Variabel yang di Teliti 33
D. Rencana Tindakan 33
E. Sumber Data dan Cara Pengumpulannya 37
F. Alat dan Teknik Pengumpulan Data 39
G. Instrumen Pengumpulan Data 41
H. Analisis Data 41
I. Indikator Kinerja 43
J. Tim Penelitian 43
BAB IV PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
A. Hasil Penelitian 45
1. Pra Tindakan 46
2. Siklus I 47
3. Siklus II 55
4. Siklus III 63
BAB V PENUTUP
a. Simpulan 72
b. Saran 73
DAFTAR PUSTAKA xiii
DAFTAR TABEL xiv
DAFTAR LAMPIRAN xv

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id