

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. LATAR BELAKANG MASALAH.....	1
B. RUMUSAN MASALAH .....	8
C. TUJUAN PENELITIAN.....	8
D. MANFAAT PENELITIAN.....	9
E. HIPOTESIS.....	10
F. RUANG LINGKUP .....	11
G. DEFINISI ISTILAH.....	11
H. PENELITIAN TERDAHULU .....	12
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	<b>17</b>
A. KAJIAN PUSTAKA.....	17
1) Aktivitas belajar .....	17
a) Pengertian aktivitas belajar .....	17
b) Jenis-jenis aktivitas belajar .....	18
c) Faktor yang mempengaruhi aktivitas belajar .....	21

2) Metode bermain .....	23
a) Pengertian metode bermain.....	23
b) Tujuan metode bermain .....	26
c) Kelebihan dan kekurangan metode bermain .....	26
d) Hakikat lari.....	28
e) Proses belajar mengajar lari dengan pendekatan bermain.	30
3) Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan .....	32
a) Pengertian penjas .....	32
b) Tujuan penjas .....	36
<b>B. KERANGKA KONSEPTUAL .....</b>	<b>36</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>38</b>
<b>A. METODE PENELITIAN.....</b>	<b>38</b>
1) Pendekatan dan jenis penelitian .....	38
2) Desain dan prosedur penelitian .....	41
3) Waktu dan tempat penelitian.....	46
4) Subjek penelitian.....	46
5) Pengumpulan data .....	47
a) Instrumen pengumpulan data .....	47
b) Teknik pengumpulan data .....	49
6) Teknik analisis data.....	51
7) Indikator keberhasilan.....	55
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>56</b>
A. Deskripsi kondisi awal .....	56
B. Hasil penelitian.....	61

1. Deskripsi tindakan pada siklus 1 .....	61
a. Perencanaan.....	61
b. Pelaksanaan tindakan .....	62
c. Observasi dan angket .....	64
d. Refleksi .....	78
2. Deskripsi tindakan pada siklus II .....	80
a. Perencanaan.....	80
b. Pelaksanaan tindakan .....	81
c. Observasi dan angket .....	84
d. Refleksi .....	96
C. Pembahasan.....	97
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>104</b>
A. Kesimpulan.....	104
B. Saran.....	104
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>107</b>