

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 Simpulan

1. Berdasarkan hasil pencapaian pelaksanaan penelitian tindakan kelas, maka dapat disimpulkan hipotesis tindakan yaitu melalui media pembelajaran yang dimodifikasi maka keterampilan dasar lempar lembing pada siswa Kelas V SDN 02 Bonepantai Kecamatan Bonepantai Kabupaten Bone Bolango dapat ditingkatkan.
2. Adapun hasil penelitian yang diperoleh di lapangan khususnya siklus pertama untuk (a) cara memegang lembing rata-rata keterampilan gerak dasar siswa 70%, selanjutnya (b) cara membawa lembing rata-rata 69.58%, (c) cara mengambil awalan 69.58%, dan (d) Cara melempar lembing 70.83% dari indikator yang di harapkan sebesar 75%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata siswa belum seluruhnya memiliki keterampilan dasar lempar lembing sesuai harapan.
3. Selanjutnya pada siklus ke dua (a) cara memegang lembing rata-rata keterampilan gerak dasar siswa 76.67%, selanjutnya (b) cara membawa lembing rata-rata 75.42%, (c) cara mengambil awalan 75.83%, dan (d) Cara melempar lembing 78.33% dari indikator yang di harapkan sebesar 75%

## 5.2 Saran

Dari hasil penelitian ini dapat disarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Setiap guru hendaknya menjadikan penelitian tindakan kelas ini sebagai bahan acuan dalam rangka meningkatkan keterampilan dasar siswa keterampilan dasar mengenai lempar lembing.
2. Guru hendaknya kreatif dalam memodifikasi media pembelajaran guna menghindari kejenuhan siswa selama proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
3. Diharapkan kepada seluruh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam meningkatkan keterampilan maupun kemampuan gerak dasar siswa, khususnya siswa di sekolah dasar.
4. Untuk lebih meningkatkan kualitas dari pada pembelajaran dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, guru kiranya perlu untuk mengembangkan kembali hasil penelitian tersebut dengan tujuan untuk memperbaiki hal-hal yang masih sangat kurang pada hasil penelitian ini.
5. Diharapkan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam memilih dan menetapkan model, metode maupun strategi pembelajaran harus mengetahui kelebihan dan kekurangannya.
6. Guru harus mengetahui masing-masing kelebihan dan kekurangan model, metode, strategi bahkan media pembelajaran yang dimodifikasi akan di gunakan di lapangan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad. 2004. Media Pembelajaran. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Cholik dan Lutan. 1996. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta: Depdikbud. Ditjen Dikti.
- Fathurrohman. 2001. Strategi Belajar Mengajar: Suatu Pendekatan Baru dan Praktis. Bandung : Tunas Nusantara.
- Hisyam. 2010. Strategi Pembelajaran Aktif. Yogyakarta. Insan Madani.
- Kuntjoro. 2002. Prasarana dan Sarana Olahraga Atletik Di Sekolah Dasar. Surabaya. FIK UNESA.
- Mohammad. 2012. Pembelajarna Discovery, Strategi dan Mental Vocational Skill. Jogjakarta. Diva Press.
- Rosdiani. 2012. Model Pembelajaran Langsung Dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Bandung. Alfabeta.
- Sukintaka. 2004. Filosofi Pembelajaran dan Masa Depan Teori Pendidikan Jasmani. Bandung. Nuansa.
- Surya. 2003. Psikologi Pembelajaran dan Pengajaran. Jakarta: CV Maha Putra Adidaya.
- Saputra. 2002. Pembelajaran Atletik Di Sekolah Dasar. Jakarta: Depdiknas. Dikjen Olahraga
- Syarifuddin. 1992. Pendiidkan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta Depdikbud. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Widya. 2004. Belajar Berlatih Gerak-Gerak Dasar Atletik Dalam Bermain. Jakarta. PT Raja Grafindo Persada.
- Yudy. 1995. Lari, Jalan, Lompat dan Lempar Untuk Perguruan Tinggi.....