

BAB V PENUTUP

5.1. KESIMPULAN

1. Berdasarkan hasil pencapaian pelaksanaan penelitian tindakan kelas, maka disimpulkan hipotesis tindakan sebagai berikut melalui metode modeling maka kemampuan dasar lompat jauh gaya menggantung siswa kelas VIII SMP N 6 Satap Telaga Biru dapat ditingkatkan.
2. Hasil penelitian yang diperoleh di lapangan khususnya observasi awal (a) sikap awalan 56,5, (b) tumpuan 51, (c) sikap di udara 43,5 (d) sikap mendarat 49,5. Dengan nilai rata-rata kelas 50,125, dari indikator yang diharapkan sebesar 80%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata kelas siswa kelas VIII SMP N 6 Satap Telaga Biru masih tergolong kurang
3. Hasil penelitian yang diperoleh di lapangan khususnya siklus I (a) sikap awalan 76,5, (b) tumpuan 68, (c) sikap di udara 65,5 (d) sikap mendarat 71. Dengan nilai rata-rata kelas 70,187, dari indikator yang diharapkan sebesar 80%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata kelas siswa kelas VIII SMP N 6 Satap Telaga Biru sudah baik namun belum memenuhi indikator kerja telah yang ditetapkan.
4. Selanjutnya pada siklus II a) sikap awalan 84,5, (b) tumpuan 80,33, (c) sikap di udara 80,25 (d) sikap mendarat 82. Dengan nilai rata-rata kelas 81,77, dari indikator yang diharapkan sebesar 80%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata kelas siswa kelas VIII SMP N

6 Satap Telaga Biru sudah memenuhi indikator kinerja yang telah ditetapkan

5.2. SARAN

Hasil penelitian ini secara nyata dapat melahirkan beberapa saran sebagai berikut:

1. Setiap guru hendaknya menjadikan penelitian tindakan kelas ini sebagai bahan acuan dalam rangka meningkatkan kemampuan dasar siswa dalam kemampuan dasar lompat jauh.
2. Guru hendaknya kreatif dalam proses pembelajaran guna menghindari kejenuhan siswa selama proses belajar mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berlangsung
3. Diharapkan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam memilih dan menetapkan metode maupun strategi pembelajaran harus mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki.