

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil pengelolaan data, maka disimpulkan

1. Pada observasi awal sebagian besar siswa memiliki hasil belajar yang memadai dalam materi senam lantai setelah diberikan tindakan selama 2 siklus. Pada siklus I di peroleh rata-rata hasil belajar sebesar 71,0 maka dilanjutkan ke siklus II diperoleh rata-rata serap daya serap siswa sebesar 83,5 hal ini mengindikasikan bahwa terjadi peningkatan hasil belajar siswa sebesar 12,5%
2. Hasil penelitian ini menunjukan bahwa kemampuan guru dalam meningkatkan tehnik dasar sikap lilin senam lantai melalui model pembelajaran kooperatif tipe stad pada siklus I 71,0% pada siklus II mennjadi 83,5% sehingga peningkatan 12,5% peningkatan kualitas kemampuan guru dalam meningkatkan keterampilan sikap lilin senam lantai juga diikuti dengan peningkatan keterampilan sikap lilin senam lantai juga diikuti peningkatan hasil belajar siswa, baik ditinjau dari segi jumlah siswa yang memperoleh nilai sangat baik, maupun dilihat dari rata-rata skor capaian siswa. Peningkatan hasil belajar siswa di sebabkan karena pada siklus I penelitian dan guru pengamat secara bersama merevisi dan mengkaji segala kelemahan siswa yang terdapat pada siklus I, sehingga dapat dikatakan bahwa tehnik dasar sikap lilin dioptimalkan, maka dapat meningkat hasil belajar senam lantai pada siswa kelas VII SMP Negeri I telaga ternyata terpenuhi. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dapat diterima.

5.2 Saran

Setelah melakukan penelitian tindakan kelas pada bulan Mei 2014 di SMP Negeri I Telaga penulis dapat mengemukakan beberapa saran sebagai berikut ;

1. Penelitian tindakan kelas (PTK) kiranya dapat terus diterapkan dengan tujuan untuk meningkatkan proses belajar dan kemampuan siswa.
2. Kepada guru penjaskes kiranya penggunaan peningkatan keterampilan sikap lilin senam lantai dapat diterapkan sesuai tahap- tahapannya pada senam lantai.
3. Kepada siswa dengan meningkatkan keterampilan sikap lilin senam lantai dapat diperoleh hasil yang lebih baik pada senam lantai.
4. Penelitian tindakan (PTK) ini juga kiranya dapat di laksanakan dan digunakan sebagai feed back bagi guru, terutama bagi kesiapan dalam melaksanakan proses pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Aan Sunjata Wisahati, 2010. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SMP/MTs Kelas IX. Jakarta : Setiaj
- Davidson, 2006
Pembelajaran kooperatif. [http://blog.tp.ac.id/pdf/pembelajaran kooperatif-tipe.pdf](http://blog.tp.ac.id/pdf/pembelajaran%20kooperatif-tipe.pdf). 12 pebruari 2014 (20:08)
- Ibrahim Muslim, 2013
Model-Model Pembelajaran. Jakarta:PT RajaGrafindo
- Johnson, 2005
Pembelajaran kooperatif. [http://blog.tp.id/pdf/pembelajaran kooperatif-tipe.pdf](http://blog.tp.id/pdf/pembelajaran%20kooperatif-tipe.pdf). 12 februari 2014 (20:08)
- Mahendra Agus, 2001
Pembelajara disekolah. : [http://gurubinabersaudara metode pembelajaran oke.pdf](http://gurubinabersaudara%20metode%20pembelajaran%20oke.pdf). 9 februari 2014 (19:24)
- Menke G.Frank. 1960. Sejarah dan Pengertian Senam <http://www.mlng.ac.id> 12 februari 2014 (20:08)
- Motohir, 2010
pendidikan jasmani <http://www.mlng.ac.id>. 12 februari 2014 (20:08)
- Musfiroh, 2008
Pemblajaran senam melalui permainan <http://www.mlng.ac.id>. 12 februari 2014 (20:08)
- Nurulhayati, 2013
Model-Model Pembelajaran. Jakarta:PT RajaGrafindo Persada
- Panggabean Pieter,1992
Hakikat senam <http://www.mlng.ac.id> 12 februari 2014 (20:08)
- Peter Werner, 1994
Sejarah dan Pengertian Senam. <http://www.mlng.ac.id> 12 februari 2014 (20:08)
- Salvin, 2013
Model-Model Penbelajaran. Jakarta:PT RajaGrafindo Persada
- Sanjaya, 2013
Model-Model Pembelajaran. Jakarta:PT RajaGrafindo
- Sarjono, 2010
Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan, Jakarta: CV Aneka Ilmu
- Soekarno, wuryati 1986
Hakikat senam lantai . <http://www.mlng.ac.id> 12 februari 2014 (20:08)
- Sodikin Chandra, 2010. Pendidikan Jasmai, Olahraga, dan Kesehatan untuk SMP/MTs kelas VII. Jakarta : PT Arya Duta
- Sry Wahyuni, 2010. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk Kelas VII SMP dan MTs.Jakarta : PT Wangsa Jatra Lestari
- Yusuf Hidayat, 2010. pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan Sma/ma/smk Untuk kelas x. Jakarta : Armico