

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

1. Berdasarkan hasil pencapaian pelaksanaan penelitian tindakan kelas dengan judul meningkatkan kemampuan lempar lembing melalui modifikasi media pembelajaran pada siswa kelas *VII<sup>B</sup>* SMP Negeri I Dulupi, dapat ditingkatkan melalui model modifikasi media pembelajaran.
2. Dengan menggunakan model modifikasi media pembelajaran kemampuan siswa dalam melakukan lempar lembing telah meningkat dengan selisih 27,02% dari hasil observasi awal 55,02%, dan siklus dua 82,04%.
3. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata siswa kelas *VII<sup>B</sup>* SMP Negeri I Dulupi seluruhnya sudah memiliki kemampuan melakukan lempar lembing sesuai dengan harapan yaitu sebesar 80% berdasarkan indikator kinerja yang ditetapkan sebelumnya.

#### **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 siswa dalam melakukan lempar lembing.
2. Dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar guru hendaknya kreatif dalam menentukan metode atau strategi pembelajaran guna menghindari kejenuhan siswa selama proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berlangsung, khususnya pada materi ajar atletik cabang lempar lembing, dengan menggunakan model modifikasi media pembelajaran.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali Mashar, Mohammad dan Dwinarhayu. (2009). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk Sekolah Menengah Pertama Kelas IX*. Jakarta: wadaya Murni.
- Art, Saiden. (2000). *Dasar-Dasar Atletik*. Angkasa Bandung
- Aryanto, Budi & Margono. (2010). *PENJASORKES Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMP/MTs Kelas IX*. Jakarta: Pustaka Insan Madani.
- Hafid, B. Tarmudi, dan Ahmad Rithaudin. (2011). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMA, MA, dan SMK Kelas XI*. Jakarta: PT Sarana Panca Karya Nusa.
- Kurniawan, Febi. (2011). *Modifikasi Alat Tes Keterampilan Bolabasket untuk Anak Usia 10-12 Tahun*. Volume 13 Nomor 3 Desember 2011. Jurnal Iptek Olahraga. Jakarta : Kementrian Pemuda dan Olahraga.
- Nurgiyantoro, Burhan. (1995). *Penilaian Dalam Pengajaran Bahasa dan Sastra*. Yogyakarta: BPFE-YOGYAKARTA.
- Nurwidyawati, Shelvhy. (2013). *Penerapan Modifikasi Permainan Dalam Pembelajaran Dribbling Terhadap Keterampilan Motorik Teknik Dasar Dribbling Bola Basket (Studi Pada Peserta Didik Kelas VII (Tujuh) di SMP Negeri 3 Tuban)*. Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 01 Nomor 01 Tahun 2013. Surabaya: Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya.
- Rohman, Muhammad dan Sofan Amri. (2013). *Strategi dan Desain Pengembangan Sistem Pembelajaran*. Surabaya: Prestasi Pustaka Publisher.
- Rusdin, Aryanto. (2009). *Meningkatkan Kemampuan Dasar Lempar Lembing Melalui Pembelajaran Modifikasi Pada Cabang Olahraga Atletik Siswa Kelas V SDN NO.96 Kota Utara Kota Gorontalo*. Skripsi Gorontalo: Universitas Negeri Gorontalo.
- Saputra, M. Yudha. (2010). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Saryono. (2009). *Prinsip dan Aplikasi dalam Modifikasi Sarana dan Prasarana Penjas*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia Volume 3 Nomor 3 Mei 2009. Yogyakarta: Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

- Sunarto, Bambang dan Atmaja Budi Sarjana. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMP/MTs Kelas IX*. Jakarta: CV Teguh Karya.
- Sunjata Wisahati, Aan dan Teguh Santosa. (2010). *Pendidikan Jasman Olahraga dan Kesehatan untuk SMP/MTs Kelas VIII*. Jakarta: CV. Setiaji.
- Sutrisno, Budi, Dkk. (2009). *Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan 2*. Surabaya: CV. Karya Utama.
- Uno, B. Hamzah. (2007). *Model pembelajaran menciptakan proses belajar mengajar yang kreatif dan efektif*. Jakarta: Bumi askara.
- Victor, Dkk. (2008). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Departemen Pendidikan Nasional.