

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan uraian pada pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa telah tercapai peningkatan gerak dasar sikap lilin pada olahraga senam lantai dengan menggunakan metode modeling sebesar 79,52.

1. Rata-rata peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam gerak dasar sikap lilin pada olahraga senam lantai yaitu 43,53 pada observasi awal menjadi 52,80 pada siklus I mengalami peningkatan 9.27.
2. Rata-rata peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam gerak dasar sikap lilin pada olahraga senam lantai yaitu 52,80 pada siklus I menjadi 79,52 pada siklus II mengalami peningkatan sebesar 26,72 dengan jumlah yang mencapai nilai KKM 75 ada 23 siswa atau sebesar 79,31%.
3. Dengan demikian, metode modeling disimpulkan dapat meningkatkan gerak dasar sikap lilin pada olahraga senam lantai, hal ini sesuai dengan hipotesis tindakan yang menyatakan “jika menggunakan metode modeling, maka gerak dasar sikap lilin pada olahraga senam lantai pada siswa kelas IV SD Inpres Sentralsari Toili akan meningkat, atau dapat diterima”

5.2 Saran – Saran

1. Kiranya guru mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat menjadikan penelitian ini sebagai masukan di dalam usaha untuk meningkatkan kualitas pembelajaran.
2. Penelitian tindakan kelas dengan metode modeling seharusnya dilakukan secara periodik. Sebab pelaksanaan secara periodik akan diketahui perkembangan siswa dalam proses pembelajaran.
3. Pendidikan jasmani yang selama ini hanya menggunakan cara-cara konvensional sudah saatnya diganti dengan metode inovatif dan progresif dalam meningkatkan penguasaan ketrampilan siswa pada umumnya, dan khususnya pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah Sani,R. 2013. *Inovasi Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Aminarni, dkk. 2009. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Untuk SD/MI Kelas III*. Semarang. Erlangga
- Cahyo, N Agus. 2012. *Panduan Aplikasi Teori-Teori Belajar Mengajar Teraktual Dan Terpopuler*. Jogjakarta: Diva Press.
- Chandra, S dan Sanoesi, E.A.2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMP/Mts Kelas VII*. Jakarta: cv. “Karya Utama”.
- Hadjarati, Hartono. 2009. *Petunjuk Olahraga Senam*. 1-2
- Hadziq, Khairul. 2013. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk Kelas VII*. Bandung: Yrama Widya.
- Harsono, E, dan Marlin M. 2010. *Gemar Berolahraga Untuk Kelas III SD dan MI*. Jakarta. Pusat perbukuan.
- Husdarta dan Saputra M.Yudha. 2013. *Belajar Dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Bandung. Alfabeta.
- Kurniadi, D dan Prapanca S. 2010. *Penjas Orkes Untuk Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah Kelas IV*. Jakarta. Pusat perbukuan.
- Pramono, dkk.2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Untuk Kelas II SD dan MI*. Jakarta. Pusat perbukuan.
- Rosdiani Dini. 2013. *Model Pembelajaran Langsung Dalam Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Bandung. Alfabeta
- Rusman. 2010. *Model-Model Pembelajaran*. Jakarta. Raja Grafindo Persada.
- Sagala.Syaiful. 2013. *Konsep Dan Makna Pembelajaran Untuk Membantu Memecahkan Problematika Belajar Dan Mengajar*. Bandung. Alfabeta.
- Sanjaya.Wina. 2011. *Pembelajaran Dalam Implementasi Kurikulum Berbasis Kompetensi*. Jakarta. Kencana.

- Sunarsih,S, dkk. 2009. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Untuk SD/MI Kelas VI*. Semarang. Erlangga.
- Suprijono, A. 2009. *Cooperative Learning Teori & Aplikasi Paikem*. Yogyakarta. Pustaka pelajar.
- Suwarjo, dkk. 2009. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Untuk SD/MI Kelas V*. Semarang. Erlangga.