

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa:

- 1) Pembelajaran dengan metode bagian merupakan salah satu model pembelajaran yang dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam meningkatkan kemampuan lompat jauh gaya gantung.
- 2) Jika guru menggunakan metode bagian pada materi lompat jauh gaya gantung maka hasil belajar siswa dapat meningkat. Hal ini dapat dilihat pada peningkatan kemampuan lompat jauh gaya gantung dari siklus I dengan nilai rata-rata 72,43, dan siklus 2 rata-rata 83,87.
- 3) Pada siklus I hasil capaian siswa hanya meningkat rata-rata sebesar 72,43 yaitu hasil observasi awal 59,93 ini dikarenakan siswa belum paham dengan pembelajaran lompat jauh gaya gantung secara utuh sehingga siswa belum mampu melakukan tugas gerak yang diberikan oleh guru. Karena hasil siklus I belum mencapai target, maka dilanjutkan ke siklus II. Pada siklus II mengalami peningkatan rata-rata kemampuan siswa menjadi 83,87.

## 5.2 Saran

Dengan mengacu pada hasil penelitian yang telah diperoleh melalui penerapan metode pembelajaran bagian pada kemampuan teknik dasar lompat jauh gaya gantung, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Dari hasil penelitian ternyata pembelajaran menggunakan metode bagian mempunyai pengaruh yang sangat positif terhadap peningkatan kemampuan siswa dalam melakukan lompat jauh gaya gantung. Oleh karena itu kiranya para guru dapat mengintensifkan metode pembelajaran tersebut.
2. Kegiatan pembelajaran menggunakan metode bagian diharapkan dapat digunakan dalam pembelajaran penjasokes dan dilakukan sesuai dengan perencanaan.
3. Perlu adanya penelitian lebih lanjut mengenai penggunaan metode pembelajaran bagian untuk materi atau topik lain, baik di Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama maupun Sekolah Menengah Atas.
4. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memotivasi guru lain untuk lebih aktif, kreatif dan inovatif, kreatif, efektif dan menyenangkan bagi peserta didik.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Adi, Winendra. 2008. *Atletik lari-lompat-lempar*. Yogyakarta: Pustaka Insan Madani.
- Deni Kurniadi dan Suro Prapanca. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Solo: PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri.
- Fathony, Rosyid Adnan. 2011. Perbedaan Pengaruh Pembelajaran Metode Bagian dan Metode Keseluruhan Terhadap Hasil Belajar Servis Bawah Bola Voli Pada Kelas 2 SMK Negeri 1 Sukoharjo Tahun Pelajaran 2010/2011. Diakses 15 Maret 2014.
- Gerry, A. Carr. 2003. *Atletik Untuk Sekolah*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Guthrie, Mark. 2003. *Sukses Melatih Atletik*. Depok: PT Pustaka Insan Madani.
- Hafid Tarmudi B, dan Ahmad Rithahudin. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SMA XI*. Jakarta : Pusbuk, Kemdiknas.
- Harsono. 2007. *Permainan Dan Metodik*. Jakarta.
- Hasanah, Umi. 2010. *Perbedaan Pengaruh Metode Pembelajaran Keseluruhan Dan Bagian Terhadap Kemampuan Servis Bawah Bola Voli Mini Pada Siswa Putra Kelas V SD Negeri Papahan 01 Tasikmadu Karanganyar tahun Pelajaran 2009/2010*. Diakses 14 Maret 2014.
- Hidayat Yusuf, dan Sindhu Cindar Bumi, dan Rizal Alamsyah. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SMA X*. Jakarta : Pusbuk, Kemdiknas.
- Khairul Hadziq .2013. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Yrama Widya.
- Khomsin. 2005. *Atletik 1*. Semarang: Universitas Negeri Semarang Press.
- Minarsih Tri. 2010. *Asyiknya Berolahraga 4 Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Jakarta* : Pusbuk, Kemdiknas.

- Muhajir.2014.*Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*.Jakarta.
- Roji.2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*.Bandung.
- Samsudin.2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*.Perdana Media Group Jakarta.
- Subroto. 2009. *Belajar Berlatih Gerak-Gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*.  
Jakarta.
- Schmidt. 2007. *Didaktik Metodik*. Manado: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Manado.
- Abdi Guru. 2006. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk Sekolah Dasar Kelas V*. Semarang: Erlangga.
- Wahyuni Sri, Sutarmin. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*.  
Jakarta: PT Wangsa Jatra Lestari

