

BAB V

PENUTUP

5.1 SIMPULAN

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian dan pembahasan di atas ada beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Melalui latihan *modeling* keterampilan dasar gerakan *roll depan* pada cabang olahraga senam lantai siswa kelas VII SMP Negeri 1Telaga dalam hal ini keterampilan gerakan *roll depan* pada olahraga senam lantai dapat ditingkatkan Peningkatan ini diketahui melalui observasi setiap siklus.
2. Berdasarkan data hasil analisis pada observasi awal rata-rata nilai 55,45% Setelah dilakukan tindakan pembelajaran yang dilaksanakan tiga kali tindakan dan satu kali evaluasi dan dua kali tindakan pada siklus I mengalami peningkatan dengan nilai rata-rata 68.59 karena belum memenuhi indikator kinerja yakni 80% maka peneliti melanjutkan ke siklus II yang dilaksanakan dengan tiga kali tindakan pembelajaran satu kali evaluasi dan dua kali tindakan dari hasil analisis data yang diperoleh dari siklus satu ke siklus dua meningkat terhadap keterampilan dasar gerakan *roll depan* pada olahraga senam lantai dengan nilai rata-rata nilai 78.48 karna sudah mengacu pada indikator kinerja yakni 80% maka penelitian ini dinyatakan sudah berhasil.
3. Kegiatan pembelajaran yang berlangsung dari siklus I sampai siklus II secara bertahap mengalami perkembangan yang cukup berarti. optimalisasi kegiatan pembelajaran terjadi pada siklus II.
4. Dengan demikian hipotesis yang berbunyi: "jika menggunakan metode *modelling* maka keterampilan siswa dalam melakukan gerakan *roll depan* pada cabang olahraga senam lantai akan mengalami peningkatan".

a. Saran

Akhir penelitian skripsi ini, penulis menyampaikan beberapa saran yang kiranya dapat bermanfaat bagi pembaca, sebagai berikut:

1. Metode *modeling* sangatlah tepat dalam meningkatkan keterampilan siswa melakukan gerakan *roll depan* mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada umumnya, materi senam lantai pada khususnya.
2. Dalam interaksi belajar mengajar, hendaknya guru harus mampu menciptakan kondisi belajar kondusif agar siswa merasa nyaman dalam belajar yang nantinya dapat meningkatkan hasil belajarnya.
3. Oleh karena itu pemilihan metode pembelajaran harus benar-benar diperhatikan relevansinya terhadap materi yang diajarkan Penelitian tindakan kelas merupakan sesuatu yang pasti dan harus dilakukan oleh seorang guru dalam rangka perbaikan kualitas pembelajarannya serta meningkatkan keprofesionalitasnya.
4. Untuk lebih meningkatkan kualitas dari pada pembelajaran dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, guru kiranya perlu untuk mengembangkan kembali hasil penelitian tersebut dengan tujuan untuk memperbaiki hal-hal yang masih sangat kurang pada hasil penelitian ini.
5. Diharapkan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam memilih dan menetapkan model, metode maupun strategi pembelajaran harus mengetahui kelebihan dan kekurangannya.

Guru harus mengetahui masing-masing kelebihan dan kekurangan model, metode, strategi bahkan media pembelajaran yang akan di gunakan di lapangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amri Sofyan dan Robman Muhammad. (2013). Strategi dan Desain Pengembangan Sistem Pembelajaran.Jakarta. Penerbit Prestasi Pustakarya.Hal.73.
- Hariyanto dan Suyono. (2012). Belajar dan Pembelajaran,Teori dan Konsep Dasar.Bandung:PT Remaja Rosdakarya.Hal.220.
- Hafid Tarmudi B dan Ahmad Rithaudin. (20 11). Pendidikan Jasmani,Olahraga, dan kesehatan untuk SMA,MA,Dan SMK Kelas XI.Jakarta: Pusat dan Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional Tahun 2011.Hal.101 dan 104.
- Hidayat, Yusuf .Dkk. (2010). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA/MA/SMK Untuk kelas X.Jakarta:Pusat Kurikulum dan Perbukuan Pendidikan Nasional Tahun 2010.Hal.180.
- Isnaini Faridha dan Sri Santoso Sabarini (2010). Pendidikan Jasmani Olahraga,dan Kesehatan Untuk SMA, MA, Dan SMK Kelas X.Jakarta:Pusat Kurikulum dan Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional Tahun 2010.Hal.66
- Margono, Agung.Dkk. (2012). Modul Pendidikan dan Latihan Profesi guru.Surakarta: PSG Rayon 124 Universitas Negeri Makassar.Hal.2
- Pribadi, A Benny. (2011). Model Assure Untuk Mendesain Pembelajaran Sukses.Jakarta: PT.Dian Rakyat.Hal.04.
- Sagala, Syaiful. (2013). Konsep Dan Makna Pembelajaran Untuk Membantu Memecahkan Problematika Belajar Dan Mengajar.Bandung:Alfabeta.
- Suhana Cucu Dan Hanafiah. (2012). Konsep Strategi Pembelajaran.Bandung:PT Refika Aditama.Hal.74.