

BAB V PENUTUP

5.1. Simpulan

Berdasarkan penyajian data dan pembahasan dalam penelitian ini dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Bahwa dari 3 kali tindakan yang dilaksanakan terjadi peningkatan disetiap tindakan. Dan diawali dengan observasi awal sebagai dasar pelaksanaan tindakan selanjutnya tampak teknik dasar tolak peluru bagi siswa kelas V SDN 4 Suawa menunjukkan kriterian yang kurang dengan skor rata-rata keseluruhan 52.62. Pada siklus I kegiatan teknik dasar lari *estavet* dalam cabang olahraga atletik yang terdiri dari teknik member tongkat dan teknik menerima tongkat keseluruhan ini dilakukan dengan praktek keseluruhan rata-rata perolehan sebanyak 62.82 artinya masih berada pada kategori cukup. Dan pada siklus II mengalami peningkatan yaitu Pada kegiatan teknik lari *estavet* dalam cabang atletik yang terdiri dari teknik member tongkat dan teknik menerima tongkat keseluruhan ini dilakukan dengan praktek keseluruhan rata-rata perolehan sebanyak 77.22 artinya telah berada pada kategori baik. Maka hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima dan penelitian ini dikatakan berhasil.

5.2. Saran

Dalam kesempatan ini peneliti sekaligus sebagai penulis akan memberikan saran yang kiranya dapat dijadikan pegangan dalam menjalankan tugas sebagai seorang pendidik yaitu:

1. Guru dapat menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe *STAD* sebagai metode yang cocok dalam pelaksanaan pembelajaran permainan penjas sebelum pelaksanaan kegiatan inti (materi) yang terkait dengan materi yang diajarkan tentang lari *estavet* dalam permainan kasti.
2. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan pengalaman secara langsung dalam proses belajar mengajar dan diharapkan peneliti dapat mengaplikasikan model pembelajaran kooperatif tipe *STAD* ini kedalam proses pembelajaran yang dimaksud.
3. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menumbuhkan aktivitas dan kreatifitas siswa secara optimal dalam pelaksanaan proses pembelajaran pendidikan jasmani.

DAFTAR PUSTAKA

- Aan Sunjata Wisahati & Teguh Santosa. 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Jilid 3*. Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional
- Alma, Buchari. 2009.** *Menguasai Metode Dan Trampil Mengajar*. Alfabeta, CV
- Budi Sutrisno & Muhammad Bazin Khadafi 2010.** *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan 2 Untuk SMP/MTs Kelas VIII*. Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional
- Cahyo, Agus. 2013.** *Panduan Aplikasi Teori-Teori Belajar Mengajar*. DIVA Press
- Dwi Sarjiyanto & Sujarwadi 2010.** *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Untuk Kelas VIII SMP/MTs*. Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional
- Eli Maryani & Jaja Suharja Husdarta 2010.** *Praktis Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Farida Isnaini, 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Jilid 3*. Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional
- Feri Kurniawan & Abdul Kadir 2013.** *Buku Pintar Olahraga Mens Sana In Corpore Sano*. Laskar Aksara
- Jamal Ma'mur Asmani. 2010.** *7 Tips Aplikasi Pakem Pembelajaran, Aktif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan*. Diva Press (Anggota Ikapi)
- Nelson Pomalingo, 2010.** *Pedoman Akademik*. Kementrian Pendidikan Nasional Universitas Negeri Gorontalo
- Nunuk Suryani & Leo Agung. 2012.** *Strategi Belajar Mengajar*. Ombak. Yogyakarta.
- Ruhimat, Toto. 2011.** *Kurikulum & Pembelajaran Oleh Tim Pengembangan Kurikulum Dan Pembelajaran*. Perpustakaan Nasional. PT Rajagrafindo.
- Shodikin Chandra & Ahmad E Esnoe. 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. Untuk SMP/MTS*. Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.

Sri Wahyuni dkk. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 1*. Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.

Sry Sunarsih. Dkk, 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan PENJAS ORKES*. Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional

Tarmudi B Hafid & Ahmad Rithaudin. 2011. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Pusat Kurikulum dan Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.

Zainal Aqib. 2013. *Model-Model, Media dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif)*. CV. Yarama Widya