

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil pencapaian pelaksanaan penelitian tindakan kelas, maka dapat disimpulkan hipotesis tindakan yaitu melalui model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw maka keterampilan lari jarak pendek 100 meter pada siswa kelas VIII B SMP Negeri 7 Gorontalo dapat ditingkatkan.
2. Hasil penelitian yang diperoleh di lapangan khususnya siklus pertama untuk (a) teknik start rata-rata 70,66%, selanjutnya (b) teknik lari rata-rata 72,56%, (c) teknik melewati garis finish 72,91%, dirata-ratakan hasil siklus I 72,10% dari indikator yang di harapkan sebesar 80%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata siswa kelas VIII B SMP Negeri 7 Gorontalo belum seluruhnya memiliki keterampilan lari jarak pendek 100 meter sesuai harapan.
3. Selanjutnya pada siklus ke II (a) teknik start rata-rata 80,20%, selanjutnya (b) teknik lari rata-rata 81,24% (c) teknik melewati garis finish 81,60% , dapat di rata-ratakan hasil siklus II 81,01% dari indikator yang di harapkan sebesar 80%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata siswa kelas VIII B SMP Negeri 7 Gorontalo seluruhnya sudah memiliki keterampilan lari jarak pendek 100 meter sesuai harapan yaitu sebesar 80 % sesuai 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 keterampilan siswa khususnya dalam keterampilan lari jarak pendek 100 meter.
2. Guru hendaknya kreatif dalam menerapkan metode pembelajaran guna menghindari kejenuhan siswa selama proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

3. Diharapkan kepada seluruh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam meningkatkan keterampilan maupun kemampuan gerak siswa, khususnya siswa di sekolah SMP Negeri 7 Gorontalo.
4. Diharapkan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam memilih dan menetapkan model, metode maupun strategi pembelajaran harus mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki.
5. Guru harus mengetahui masing-masing kelebihan dan kekurangan model, metode, strategi bahkan media pembelajaran yang dimodifikasi yang akan di gunakan di lapangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulhak. 2001. *Penelitian Tindakan dalam Pendidikan Nonformal*. Penerbit Rajawali pers: bel buk.com
- Aqib Zainal,dkk. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas Untuk Guru*. Yrama Widya: Bandung
- Badan Standar Nasional Pendidikan,BNS. 2006. *Standar Isi Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah*. Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar SD/MI. Jakarta
- Bahagia, Yoyo. 2010. *Atletik*. Departemen Pendidikan Nasional: Jakarta
- Depdiknas. 2006. *Peraturan Pemerintah No. 22,23,24 Tahun 2006*. Depdiknas: Jakarta
- Djuminar mochamad. 2004. *Gerak-gerak Dasar Atletik*. PT. Raja Grafindo: Jakarta
- Eddy Purnomo. 2007. *Pedoman Mengajar Dasar Gerak Atletik*. FIK UNY: Yogyakarta
- Lie, Anita. 2002. *Cooperative learning (Mempraktekan Cooperative Learning Diruang-ruang Kelas)*. Gramedia Widya Sarana Indonesia: Jakarta
- Lie, Anita.1993. *Cooperatif Learning*. Grasindo: Jakarta
- Nadisah. 1992. *Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Depdikbud Dirjen Dikti: Jakarta
- Rusman. 2008. *Model-model Pembelajaran Mengembangkan Profesional Guru*. Grafindo Persada: Jakarta
- Slavin, Robert. 2005. *Cooperative Learning Teori, Riset dan Praktik*. Nusa Media: Bandung
- Sobri, Teti. 2006. *Pembelajaran Kooperatif*. PT.Bumi Aksara: Jakarta
- Sudjana. 1990. *Strategi Pembelajaran*. Universitas Terbuka: Jakarta
- Sukmadinata, 2005. Pengertian Hasil Belajar. Tersedia pada <http://pengertianhasilbelajar.google.com> diakses pada 10 Agustus 2015.
- Sunarto, 2005. *Pengertian Hasil Belajar dan Pembelajaran*. Tersedia pada <http://sunarto.wordpress.com>. diakses pada 10 Agustus 2015.

Suryo. 1992. *Psikologi Belajar*. Universitas Terbuka: Jakarta

Sutrisno Budi, Khadafi Bahin M. 2010. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Kesehatan 2 untuk SMP/ MTs*. Pusat Kurikulum dan Perbukuan
Kementrian Pendidikan Nasional: Jakarta

Tom V. Savage. 1987. *Efektif Mengajar di dalam Sosial dasar*/ [www.ailibris.com/book search? Gwork=9919758](http://www.ailibris.com/booksearch?Gwork=9919758).