

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

a. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah diuraikan pada BAB sebelumnya, maka hasil penelitian yang dilakukan selama 9 kali dengan durasi 3 kali seminggu pertemuan dapat disimpulkan bahwa Pendekatan modifikasi media pembelajaran memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan lompat jauh gaya jongkok dalam pembelajaran cabang olahraga atletik khususnya pada siswa, khususnya siswa SMP Negeri 8 Gorontalo.

b. Saran

Sehubungan dengan hasil penelitian yang dikemukakan diatas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran yang kiranya dapat dijadikan pedoman bagi para pelatih dan mahasiswa yang ada di Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi sebagai berikut :

1. Dalam rangka memacu seorang peserta didik guna meningkatkan kemampuan dalam lompat jauh gaya jongkok, maka sangat efektif diterapkannya pendekatan modifikasi media pembelajaran.
2. Dalam merencanakan program latihan, hendaklah dikaji dengan benar bentuk-bentuk latihan yang akan digunakan.
3. Perlu diadakan penelitian lebih lanjut sejalan dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi terlebih khusus dalam dunia olahraga.

DAFTAR PUSTAKA

- Aan Sunjata Wisahati, Teguh Sentosa, 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.* Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional: CV. Setiaji
- Abdul Kadim Masaong, 2013.** *Supervisi Pembelajaran Dan Pengembangan Kapasitas Guru.* Bandung: Alfabeta
- Abdul Majid, 2013.** *Strategi Pembelajaran.* Bandung: PT . Remaja Rosdakarya
- Akhmad Olih, Khairul Hadziq, 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.* Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional: CV. Mutiara Ilmu Bandung
- Deni Kurniadi, Suro Prapanca, 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.* Pusat Perbukuan, Kementrian Pendidikan Nasional. Jakarta: CV. THURSINA
- Farida Mulyaningsi, Erwin Setyo Kriswanto, Yudanto, Herkamaya Jatmika, 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.* Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional: PT. Intan Pariwara
- Hamzah, Nurdin Muhamad, 2012.** *Belajar Dengan Pendekatan PAILKEM.* Jakarta : PT Bumi Aksara
- Jamal Ma'mur Asmani, 2013.** *7 Tips Aplikasi PAKEM.* Jogjakarta: DIVA Press
- Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan, 2013.** *Buku Guru: Pendidikan Jasmani olahraga Dan Kesehatan.* Jakarta: Politeknik Negeri Media Kreatif
- Kementerian Pemuda Dan Olahraga, 2011.** *Jurnal IPTEK Olahraga: Modifikasi Alat Tes Keterampilan Bolabasket.* Jakarta: KEMENPORA
- Kementerian Pemuda Dan Olahraga, 2011.** *Jurnal IPTEK Olahraga: Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Dan Kesegaran Jasmaani.* Jakarta: Asisten Deputi Penerapan Iptek Keolahragaan, Deputi Peningkatan Prestasi Olahraga, Kemenpora
- Mufid, Najib Sulhan, 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.* Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional: Surabaya Intelektual

- Muhammad Rohman, Sofan Amri, 2013.** *Strategi Dan Desain Pengembangan Sistem Pembelajaran.* Jakarta: Prestasi Pustakaraya
- Ngatiyono, Dyan Putri Riswanti, 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.* Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional. Jakarta : CV. Usaha Makmur
- Rusman, 2013.** *Seri Manajemen Sekolah Bermutu, MODEL-MODEL PEMBELAJARAN, Mengembangkan Profesionalisme Guru.* Jakarta; PT.Raja Grafindo Persada
- Samsudin, 2008.** *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.* Jakarta: Prenada Media Group
- Sodikin Chandra, Achmad Esnoe Sanoesi, 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.* Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional: PT.Arya Duta
- Sri Wahyuni, Sutarmin, Pramono, 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.* Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional: PT. Wangsa Jatra Lestari
- Supardi, Suroyo, 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.* Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional
- Sujarwadi, Dwi Sarjianto, 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.* Pusat perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional: PT.Intan Pariwara
- Syifa Siti Mukrimah, 2014.** *53 Metode Belajar Dan Pembelajarn.* Bandung: Bumi Siliwangi
- Yoyo Bahagia, 2010.** *Pengembangan Media Pengajaran Penjaskes.* Direktorat Pendidikan Nasional
- Yusuf Hidayat, Sindhu Cindar Bumi, Rizal Alamsyah, 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.* Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional: Armico