

## **BAB V PENUTUP**

### **5.1 Kesimpulan**

Dari hasil pengamatan dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pada setiap siklus siswa dalam melakukan lompat jauh gaya menggantung yaitu:

- a. Pada observasi awal siswa yang mencapai kriteria 83,33% kurang, dan 16,67% cukup. Pada siklus I mencapai kriteria 20,83% kurang, 62,5% cukup, dan 16,67% baik. Pada siklus II yang memperoleh kriteria 4,17% cukup, 70,83% baik, dan 25% sangat baik.
- b. Peningkatan hasil belajar siswa dalam melakukan lompat jauh gaya menggantung mencapai peningkatan 28,65% dari hasil observasi awal dengan rincian siklus I mencapai 65.36 dari observasi awal, dan siklus II mencapai 81.25.

Sesuai dengan hasil penelitian dari observasi awal sampai pada akhir evaluasi siklus II telah melebihi pencapaian indikator dengan nilai rata-rata 81.25 yang ditetapkan dengan indikator kinerja sebagai berikut, jika 80% dari jumlah siswa yang diberi tindakan, telah memiliki keterampilan dasar lompat jauh gaya menggantung dengan indikator pencapaian dengan kriteria baik (B) dengan rentang nilai 75-84 maka penelitian ini dinyatakan selesai dengan hipotesis yang diajukan, dengan menggunakan metode *student facilitator and explaining*. Untuk itu jika guru menggunakan metode *student facilitator and explaining* pada materi atletik khususnya lompat jauh gaya menggantung maka hasil belajar siswa akan meningkat.

### **5.2 Saran**

- a. Setiap guru ataupun mahasiswa yang melaksanakan penelitian tindakan kelas hendaknya mempersiapkan diri baik fisik maupun mental dan merencanakan kegiatan pembelajaran agar pelaksanaannya terarah dan mencapai hasil yang diperoleh
- b. Bagi guru pendidikan jasmani, maupun mahasiswa yang meneliti agar memberikan suatu bentuk pembelajaran khususnya pada lompat jauh gaya

menggantung harus menguasai teknik yang diajarkan dalam hal ini metode pembelajaran *student facilitator and explaining*.

- c. Mengingat pentingnya hasil belajar siswa melakukan lompat jauh gaya menggantung pada cabang olahraga atletik perlu dibina sejak dini. Maka diharapkan pada guru dan mahasiswa penjasokes agar memperoleh gagasan baru guna meningkatkan mutu serta prestasi olahraga khususnya pada cabang olahraga atletik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aqib, Zainal. 2014. *Model-Model, Media, dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif)*. Bandung: CV Yrama Widya
- Aryanto, Budi., Margono. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pustaka Insan Madani
- Budi Sajana, Atmaja., Bambang Trijono Joko Sunarto. 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Kelas VIII SMP/MTS*. Jakarta: cv. Teguh Karya
- ..... 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Kelas IX SMP/MTS*. Jakarta: CV. Teguh Karya
- Chandra, Sodikin., Achmad Esnoe Samosi. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pt Arya Duta
- Hidayat, Yusuf., Sindhu Cindar Bumi., Rizal Alamsyah. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta: Armico
- Huda, Miftahul. 2014. *Model-Model Pengajaran Dan Pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Husdarta, Jaja Suharja., Eli Maryani. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta: Armico
- Isnaini, Faridha., Sri Santoso Sabarini. 2010. *Pendidikan jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta Mediatama.
- Kurniadi, Deni., Suro Prapanca. 2010. *Penjas Orkes. Pendidikan jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: CV. Thursina
- Kurniawan, Feri. 2012. *Buku Pintar Pengetahuan Olahraga*. Jakarta: Laskar Aksara
- Lasinem., Sri Santoso Sabarini. 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: CV. Mediatama
- Margono., Budi Aryanto. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pustaka Insan Madani
- Maryani, Eli., Jaja Suharja Husdarta. 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: VIIIindo Media Persada
- Muhajir., Budi Sutrisno. 2013. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Politeknik Negeri Media Kreatif
- Nurhuda, Hilman., Mia Kusumawati. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: PT Sinergi Pustaka Indonesia

- Ngatiyono., Dyan Putrid Riswanty. 2010. *Mari Sehat Bergembira. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: CV. Usaha Makmur
- Olih Solihin, Akhmad., Khairul Hadziq. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: CV. Mutiara Ilmu Bandung
- Rasyid, Harun., Mansur. 2008. *Penilaian Hasil Belajar*. Bandung: CV Wacana Prima
- Shoimin, Aris. 2014. *Model Pembelajaran Inovatif*. Yogyakarta: AR-RUZZ MEDIA
- Sujarwadi., Dwi Sarjianto. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*Kelas VIII SMP/MTS. Jakarta: Intan Pariwara
- ..... 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan* Kelas VIII SMP/MTS. Jakarta: Intan Pariwara
- Sunjata Wisahati, Aan., Teguh Santosa. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: CV Setiaji
- Suprijono, Agus. 2013. *Cooperative Learning*. Yogyakarta: PUSTAKA PELAJAR
- Sutrisno, Budi., Muhammad Bazin Khafadi. 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*Kelas VIII SMP/MTS. Jakarta: CV. Putra Nugraha
- ..... 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*Kelas IX SMP/MTS. Jakarta: CV. Putra Nugraha
- Suwandi., Fendi Fengky Bamar Oktanto., Masturi. 2010. Penjasorkes. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Kementrian Pendidikan Nasional
- Tugimin., Joko Supriyanto. 2010. *Aktif Berolahraga*. Jakarta: PD. PERCADA
- Uno, Hamzah, B., Nurdin Mohamad. 2012. *Belajar Dengan Pendekatan Pembelajaran Aktif, Inovatif, Lingkungan, Kreatif, Efektif, Menarik*. Jakarta: Bumi Aksara
- Wahyuni, Sri., Sutarmin., Pramono. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*Kelas VIII SMP/MTS.Jakarta: PT Wangsa Jatra Lestari
- ..... 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*Kelas VIII SMP/MTS.Jakarta: PT Wangsa Jatra Lestari
- Wisahati, Aan Sunjata., Teguh Santosa. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: CV Setiaji

Wiarso, Giri. 2013. *Atletik*. Yogyakarta: Graha Ilmu