

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

1. Berdasarkan hasil pencapaian pelaksanaan penelitian tindakan kelas, maka dapat disimpulkan hipotesis tindakan yaitu melalui Modifikasi Media Pembelajaran maka keterampilan dasar tolak Peluru gaya menyamping pada siswa kelas VIIIc SMP Negeri 7 Gorontalo dapat ditingkatkan.
2. Hasil penelitian yang diperoleh di lapangan khususnya siklus pertama untuk (a) cara memegang peluru rata-rata keterampilan gerak siswa 81,67, selanjutnya (b) sikap meletakkan peluru pada leher rata-rata 78,33, (c) cara menolak peluru gaya menyamping 58,33, dirata-ratakan hasil siklus I 73,33, dari indikator yang di harapkan sebesar 80%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata siswa kelas VIIIc SMP Negeri 7 Gorontalo belum seluruhnya memiliki keterampilan tolak Peluru gaya menyamping sesuai harapan.
3. Selanjutnya pada siklus ke II (a) cara memegang peluru rata-rata keterampilan gerak siswa 90, selanjutnya (b) sikap awal meletakkan peluru pada leher rata-rata 83,33 (c) cara menolak peluru gaya menyamping 74,16 , dapat di rata-ratakan hasil siklus II 83,33 dari indikator yang di harapkan sebesar 80%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata siswa kelas VIIIc SMP Negeri 7 Gorontalo seluruhnya sudah memiliki keterampilan tolak Peluru sesuai harapan yaitu sebesar 80 % dari jumlah siswa, 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 tolak Peluru gaya menyamping.

2. Guru hendaknya kreatif dalam menerapkan media 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

Admin Guruketerampilan.Blogspot. com. <http://guruketerampilan.blogspot.co.id/2013/05/pengertian-keterampilan.html>

Ariana Eka Puja Rahayu, 6101409036 2013. <http://lib.unnes.ac.id/19406/> pengembangan model pembelajaran tolak peluru gaya ortodoks melalui modifikasi alat bantu peluru kayu berwarna

Aryanto Budi, Margono. 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan.* Jakarta, Pustaka Insan Madani.

Aqib 2014. <http://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/36392/>. Meningkatkan-Hasil-Belajar-Tolak-Peluru-Dengan-Modifikasi-Alat-Bantu-Bola-Plastik

Bahri Djamarah S Dan Zain Aswan. 2013. *Strategi Belajar Mengajar.* Jakarta. PT. Asdi Maha Satya.

Candra Sodikin Dan Esnoe Sanoesi. 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan.* Jakarta. PT. Arya Duta.

Cindra Bumi S. Alamsyah Rizal, Widianingsih Sri, Ganjar Nugraha G. Hidayat Yusup. 2010. *Senang Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan.* Jakarta. Pribumi Mekar.

Hidayat Yusuf, Cindra Bumi S. Dan Alamsyah Rizal. 2010. *Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.* Jakarta. Pusat perbukuan, kementerian nasional.

Feri mardiansyah 2011. <http://karya ilmiah.um.ac.id/index.php/ Penjaskes/article/view/12944>. Pengembangan, Modifikasi, Pembelajaran, Tolak Peluru, Peluru Kayu

Isnaini Farida, Dan Santoso Sri S. 2010. *Pendidikan Jasmani, Dan Kesehatan.* Jakarta..Media Tama.

Isnaini Faarida Dan Suratno. 2010. *Pendidikan jasmani, olahraga dan Kesehatan.* Jakarta. Karya Mandiri Nusa.

Jaya Tri S. Dan Marjuki. 2012.*Pendidikan Jasmani Olahraga, Dan Kesehatan.* Jakarta. Pusat Perbukuan, Kementerian Nasional.

Khoiru Iif A, Arisofan, Elisya Tatik. 2011. *Strategi Pembelajaran Sekolah Terpadu.* Jakarta.PT. Pustaka Raya.

- Kurniadi deni, dan prapanca suro.** 2010. *Penjas Orkes*. Jakarta. CV. Tursina.
- Majid abdul.** 2013. *Strategi Pembelajaran*. Bandung. PT. Remaja Rosdakarya Offset.
- Mulyaningsih Farida, Setyo Erwin k, Yudanto, Jatmika Heramaya.** 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehataan*. Jakarta. Intan Prawira.
- N.K. Roestiyah.** 2012. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta. PT. Hasdi Mahasatya.
- Rusyadi dalam Yanto :** 2015. <http://www.kumpulandefinisi.com/2015/06/pengertian-dan-definisi-keterampilan.html>
- Rohman Mohammad Dan Amri Sofan.** 2012. *Menajemen Pendidikan*. Jakarta. PT. Prestasi Pustakaraya.
- Sagala syaiful.** 2013. *Konsep Dan Makna Pembelajaran*. Bandung. Alfabeta.
- Sujanta Aan w. Dan Santosa Teguh.** 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta. Cv Sejati.
- Sutrisno Budi Dan Khafadi Bazin M.** 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta. Cv. Putra Nugrahaa.
- Suyono Dan Harianto.** 2012. *Belajar Dan Pembelajaran*. Bandung. PT. Remaja Rosdakarya.
- Tarmudi Hafid B. Dan Ridhaudin Ahmad.** 2011. *Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta. PT. Sarana Panca Karya Nusa.
- Wahyuni Sri, Sutarmin, Sramono.** 2010. *Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan*. Jakarta..PT. Wangsajatra Lestari.'
- Yanuar Debby Susanto** 2012 [http:// journal.student.uny.ac.id/ jurnal/artikel/6698/78/708](http://journal.student.uny.ac.id/jurnal/artikel/6698/78/708). Pengujian modifikasi peluru skala kecil dan besar