

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dari hasil observasi awal sampai pada pelaksanaan masing-masing siklus dalam penelitian tindakan kelas (PTK) ini, dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Melalui penerapan model pembelajaran *Explicit Instruction* kedalam pembelajaran lompat jauh gaya menggantung dapat meningkatkan keterampilan siswa dalam melakukan lompat jauh gaya menggantung siswa kelas X SMK Negeri 1 Suwawa, dari hasil analisis diketahui perolehan hasil observasi awal rata-rata setiap aspek yakni teknik awalan, tumpuan, melayang diudara dan saat mendarat
2. Hipotesis Diterima yang menyebutkan “jika metode pembelajaran *explicit instruction* ini diterapkan pada pembelajaran penjas khususnya membahas tentang teknik dasar lompat jauh gaya gantung, maka kemampuan siswa yang ada dikelas X SMK Negeri 1 Suwawa. dalam melakukan lompat jauh akan meningkat.

5.2 Saran

Berdasarkan uraian dari kesimpulan diatas, makahal-hal yang dapat disarankan peneliti adalah sebagai berikut, Jenis penelitian tindakan kelas (PTK) dan penerapan model pembelajaran *Explicit Instruction* dapat dijadikan sumbangsi sebagai salah satu jenis penelitian dan solusi untuk menjawab kelemahan/kekurangan metode sebelumnya sehingga mampu mempengaruhi

minat belajar siswa dalam hal pelaksanaan lompat jauh gaya menggantung, selain itu mengingat pelaksanaan keterampilan lompat jauh gaya menggantung yang baik dan benar merupakan bagian dari kurikulum sehingga berpengaruh pada ketuntasan belajar siswa yang ada di kelas XSMK Negeri 1 Suwawa, maka perlu adanya pembinaan yang berkesinambungan mengenai pelaksanaan lompat jauh secara keseluruhan agar hasilnya dapat memberi dampak positif bagi semua komponen baik sekolah guru, siswa, maupun peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Aan Sunjata Wisahati & Teguh Santosa. 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Jilid 3*. Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional
- Aqib. Zainal. 2013.** *Model-odel,Media, dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (inovatif)*.
- Budi Sutrisno & Muhammad Bazin Khadafi 2010.** *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan 2 Untuk SMK/MTs Kelas XI*. Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional
- Eli Maryani & Jaja Suharja Husdarta 2010.***Praktis Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Hamzah B Uno & Nurdin Mohammad. 2011.** *Belajar Dengan Pendekatan Paikem*. PT. Bumi Aksara
- Hilman Nurhuda & Mia Kusumawati. 2010.** *Arena Belajar Pendidikan JaSMKnu Olahraga Dan Kesehatan*. Pusat perbukuan kementerian pendidikan nasional
- Jess Jarver. 2013.***Belajar Dan Berlatih Atletik*. PT.Aneka Ilmu
- Jamal Ma'mur ASMKni. 2010.** *7 Tips Aplikasi Pakem Pembelajaran, Aktif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan*. Diva Press (Anggota Ikapi)
- Nanang Hanafiah & Cucu Suhana. 2009.** *Konsep Strategi Pembelajaran*. Refika Aditama.
- Nelson Pomalingo, 2010.** *Pedoman Akademik*. Kementrian Pendidikan Nasional Universitas Negeri Gorontalo
- Ngatiyono & Dyan Putri Riswanti. Mari Sehat Bergembira Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Untuk SD/MI**. Pusat perbukuan kementrian pendidikan nasional
- Nunuk Suryani & Leo Agung. 2012.** *Strategi Belajar Mengajar*. Ombak. Yogyakarta.
- Shodikin Chandra & Ahmad E Esnoe. 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.Untuk SMK/MTS*. Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.

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

Tukiran Tanireja dkk. 2013. *Model-Model Pembelajaran Inovatif dan Efektif.*
Bandung. Alfabeta.