

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan deskripsi hasil penelitian dan pembahasan di atas, dapat di simpulkan: berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah di laksanakan, di simpulkan bahwa dengan menggunakan model pembelajaran *EXPLICIT INSTRUCTION* untuk meningkatkan keterampilan operan dada (chest pass) pada permainan bola basket siswa/i Kelas VII 3 SMP Negeri 1 Dungaliyo pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya materi pembelajaran *chest pass (operan dada)* meningkat. Ini terlihat dari peningkatan skor yang di peroleh setelah peneliti memeberikan tindakan sebanyak tiga kali pada setiap siklus dan di lanjutkan dengan evaluasi pada setiap akhir pembelajaran. Dengan memeberikan solusi atas masalah yang di hadapi yaitu dengan menggunakan model pembelajaran EXPLICIT INSTRUCTION. Kemudian bisa di lihat di bawah ini proses peningkatan kualitas siswa dalam melakukan *chest pass (operan dada)* permainan bola basket dengan menggunakan model pembelajaran *EXPLICIT INSTRUCTION*

Pada observasi awal nilai rata-rata keseluruhan siswa melakukan *chest pass (operan dada)* sebesar 55.28 Setelah di laksanakan tindakan pada siklus I terjadi peningkatan sebesar 17.72 menjadi 73 Kemudian pada siklus II terjadi penigkatan sebesar 09 menjadi 82. Secara keseluruhan, peningkatan dari observasi awal hingga hasil dari evaluasi siklus II adalah sebesar 26.72.

5.2 Saran

Adapun saran dan penelitian tindakan kelas (PTK) ya itu dapat di uraikan sebagai berikut:

- 5.2.1 Bagi sekolah., penggunaan model pembelajaran EXPLICIT INTRUCTION dapat menjadi salah satu cara untuk mengatasi permasalahan dalam pembelajaran, khususnya pembelajaran keterampilan dasar pada materi pembelajaran bola basket.
- 5.2.2 Guru harus pintar memilih cara atau metode dalam pelaksanaan pembelajaran terciptanya pembelajaran yang menarik dan efektif sehingga tujuan dari pembelajarapun akan tercapai.
- 5.2.3 Keterampilan dasar *chest pass (operan dada)* mengacu pada beberapa cara yaitu Berdiri dengan kaki di buka selebar bahu dan lutut sedikit di tekuk,Badan condong kedepan,Bola di pegang dengan kedua telapak tangan dan jari-jari terbuka,Tekuk kedua siku dengan mendekati badan dan aturlah bola setinggi dada,Langkahkan kaki kiri kedepan kearah sasaran,Kemudian kedua lengan menolak lurus kedepan. Pada pembelajaran ini, tahap pelaksanaan gerakan yang harus menjadi fokus utama agar keterampilan dari *chest pass (operan dada)* pada permainan bola basket dapat di praktekkkan dengan baik oleh peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aqib Zainal, 2013, *Model-Model, Media, Dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif)*, Bandung, Penerbit Yrama Widya.**
- Chandra, Sodikin dan Achmad Esnoe Sanoesi, 2010, *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta, PT Arya Duta.**
- Huda Miftahul, 2014, *Model-Model Pengajaran Dan Pembelajaran*. Yogyakarta, Penerbit Pustaka Pelajar**
- Hafid Tarmudi dan Ridhaudin Ahmad; 2011; *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*; Jakarta; PT Sarana Panca Karya Nusa**
- Husdarta, Saputra M Yudha, 2013, *Belajar Dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Bandung, Penerbit Alfabeta, cv**
- Isjoni. 2013. *Cooperative Learning*. Bandung : ALFEBET**
- Isnaini Faridha, Suranto, 2010. *Pendidikan, Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta, Karya Mandiri Nusa.**
- Kurniadi Deni dan Prapanca Suro; 2010; *Penjas Orkes*. Jakarta; CV Thursina**
- Mashar Mohammad Ali, Dwinarhayu; 2010; *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*; Jakarta; Penerbit Swadaya Murni**
- Mohammad Kamal Fauzi. 2015. Upaya peningkatan hasil pembelajaran chest pass menggunakan media audiovisual dalam permainan bola basket pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Kudus. Skripsi, Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Keolahragaan Universitas Negeri Semarang**
- Muhajir, Sutrisno Budi; 2010; *Buku Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*; Jakarta; Politeknik Negeri Media Kreatif**
- Nurhuda Hilman dan Kusumawati Mia; 2010; *Arena Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*; Jakarta; PT Sinerji Pustaka Indonesia**

Rusman. 2013. *Model-Model Pembelajaran (Mengembangkan Profesional Guru)*
Edisi Kedua. Jakarta : Rajawali Pers

Sarjiyanto Dwi, Sujarwadi; 2010; Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan; Jakarta; PT. Intan Pariwara

Sani Ridwan Abdullah. 2013. *Inovasi Pembelajaran.* Jakarta : Bumi Aksara

Shoimin Aris, 2014, *68 Model Pembelajaran Inovatif Dalam Kurikulum 2013.*
Yogyakarta. Penerbit Ar-Ruzz Media

Slavin, Robert E. 2013. *Cooperative Learning.* Bandung : NUSAMEDIA

Suprijono, Agus. 2013. *Cooperative Learning.* Yogyakarta : PUSTAKA
PELAJAR

Sutrisno Budi, Muhammad Bazin Khafadi Khafadi; 2010; Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan; Jakarta; CV Putra Nugraha

Taniredja Tukiran, Faridli Miftah Efi, Harmianto Sri, 2014, *Model-Model Pembelajaran Inovatif Dan Efektif.* Bandung, Alfabeta.

Yanti, Yuli dan Munaris, 2012. *Penelitian Tindakan Kelas (PTK),* Tulungagung; Cahaya Abadi

Wahyuni, Sri, Sutarmin dan Pramono; 2010; Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan; Jakarta; PT Wangsa Jatra Lestari

Wisahati, Aan Sunjata dan Teguh Santoso; 2010; Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan kesehatan; CV Setiaji; Jakarta