

BAB V

PENUTUP

1.1. Kesimpulan

Berikut ini dikemukakan beberapa simpulan terkait hasil penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan di kelas VII¹ SMP Negeri 1 Telaga pada semester genap tahun pelajaran 2017/2018.

Penggunaan metode *discovery learning* dapat meningkatkan keterampilan melakukan lompat jauh, gaya menggantung pada siswa kelas kelas VII¹ SMP Negeri 1 Telaga. Peningkatan signifikan hingga mencapai kriteria yang ditentukan terjadi pada siklus terakhir yaitu siklus II. Pelaksanaan kegiatan pembelajaran dalam menerapkan metode *discovery learning* pada setiap siklus mengalami perkembangan yang cukup baik. Tampak kegiatan pembelajaran berlangsung optimal pada tindakan ketiga siklus II.

Sebagai efek dari pembelajaran yang optimal dimaksud di atas, maka keterampilan lompat jauh, gaya menggantung pada siswa kelas kelas VII¹ SMP Negeri 1 Telaga mengalami peningkatan pada setiap siklusnya.

Dalam melakukan keterampilan gaya menggantung yang dilakukan oleh siswa terdapat peningkatan, hal ini berdasarkan hasil analisis data pada observasi awal rata-rata keterampilan siswa dalam melakukan lompat jauh, gaya menggantung 54.63% , kemudian pada siklus I menjadi 72.91% dan pada siklus II menjadi 81.5%. Dari nilai rata-rata observasi awal ke siklus I bertambah 18.28% dan dari siklus I ke siklus II bertambah 8.59%. Dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa penelitian ini mengalami peningkatan yang sangat signifikan.

Berdasarkan hasil capaian pelaksanaan penelitian tindakan kelas dengan judul meningkatkan keterampilan lompat jauh, gaya menggantung melalui model pembelajaran *discovery learning* pada siswa kelas VII¹ SMP Negeri 1 Telaga dengan hasil capaian 81.5%, maka penelitian ini telah memenuhi indikator kinerja yang telah ditentukan atau ditetapkan dalam penelitian ini.

Dengan adanya penelitian yang telah dilaksanakan di VII¹ SMP Negeri 1 Telaga dengan penerapan strategi model pembelajaran *discovery learning* sebagai salah satu model pembelajaran pendidikan jasmani yang dapat meningkatkan keterampilan siswa dalam melakukan keterampilan lompat jauh, gaya menggantung.

5.2. Saran

Dengan adanya penelitian ini, terdapat beberapa saran yang kiranya dapat bahan renungan bersama. Adapun saran-saran dimaksud sebagai berikut,

- A. Dalam pembelajaran lompat jauh, khususnya pembelajaran lompat jauh gaya menggantung perlu diyakini bagi seorang guru bahwa dengan menerapkan metode *discovery learning* merupakan salah satu langkah alternatif dalam upaya meningkatkan keterampilan lompat jauh tersebut
- B. Kiranya perlu ada dukungan dari sekolah pada khususnya orang tua siswa serta masyarakat pada umumnya terhadap guru dalam menciptakan kondisi belajar yang berkualitas dan kondusif
- C. Pelaksanaan penelitian tindakan kelas sangat penting dilaksanakan bagi guru dalam rangka memperbaiki kualitas pembelajarannya yang nantinya akan berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan keterampilan gerak siswa-siswi

Demikian penyusunan penelitian ini saya sebagai penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada dosen pembimbing, dosen penguji dan juga rekan-rekan mahasiswa yang telah memberikan dukungan terhadap penelitian saya. Dan juga penulis mengucapkan maaf atas kesalahan-kesalahan dari kutipan ini dimana saya sebagai penulis manusia yang tak luput dari kesalahan. Maka dari itu penulis membutuhkan saran atau kritikan dari rekan-rekan mahasiswa, begitupun yang lebih khususnya kepada dosen pembimbing dan penguji *Wa billahitaufiq walhidayah waridho wallinnaya assallamu alaikum warahmatullahi wabarakatuu*.

DAFTAR PUSTAKA

- Berlin sani Dan imas kurniasih.**2014. *Sukses mengimplementasikan kurikulum 2013.*amazing kreatif
- Dini Rosdiani.** 2013.*model pembelajaran langsung dalam pendidikan jasmani dan kesehatan.*bandung: Alfabeta.
- DiniKurnaidi Dan Suro Prapanca.*pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.*jakarta:pusat perbukuan. kementerian pendidikan nasional**
- Eli maryani Dan Jaja suharja husdarta.** 2010. *Praktis belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.*Jakarta: pusat perbukuan, kementerian pendidikan nasional.
- Farida isnaini Dan santoso sabarini.** 2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.* Jakarta: pusat perbukuan, kementerian pendidikan nasional.
- Faridha isnaini Dan suranto.** 2010. *Pendidikan jasmani, olahraga,dan kesehatan.* Jakarta: pusat perbukuan, kementerian pendidikan nasioanal
- Hilman nurhuda Dan mia kusumawati.** 2010. *Arena pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.* Jakarta: pusat perbukuan kementerian pendidikan nasional.
- Kosasih.**2014.*strategi belajar dan pembelajaran.*bandung.yrama widya
- Miftahul huda.** 2013.*Model-model pengajaran dan pembelajaran.* Yogyakarta: pustaka pelajar
- Mohammad ali mashar Dan dwinarhayu.** 2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.* Jakarta: pusat perbukuan, kementerian, pendidikan nasional
- Mohammad ali mashar Dan dwinarhayu .** 2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.*jakarta: pusat perbukuan kementerian pendidikan nasioanal.
- Ngatiyono Dan Dian Putri Riswanti.** 2010.*pendidikan jasmani, olahraga,dan kesehatan.* Jakarta: pusat perbukuan kementerian pendidikan nasional.
- Ridwan Abdullah Sani.**2014.*pembelajaran saintifik untuk implementasi kurikulum 2013.*jakarta.pt bumi aksara
- Sodikin chandra Dan ahmad esnoe sanosi.** 2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.* Jakarta: pusat perbukuan, kementean pendidikan nasional.
- Sodikin chandra Dan ahmad esnoe sanosi.** 2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.* Jakarta: pusat perbukuan, kementean pendidikan nasional.
- Sri wahyuni. Sutarmi Dan pramono.**2010. *pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.* Jakarta: pusat perbukuan, kementerian pendidikan nasional.

Sri wahyuni. Sutarmin Dan pramono. 2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Jakarta: pusat perbukuan, kementerian pendidikan nasional.

Sri wahyuni. Sutarmin Dan pramono.2010. *pendidikan jasmani olahraga, dan kesehatan* . jakarta: pusat perbukuan kementerian pendidikan nasional.

Utami Munandar.1999 *mengembangkan bakat dan kreativitas anak sekolah* Jakarta,pt grasindo

Yusup hidayat. Shindu cindra bumi dan rizal alamsyah. 2010. *Pendidikan jasmani,olahraga,dan kesehatan*.Jakarta:pusat perbukuan, kementerian nasional.

Yudha M.Saputra 2010*belajar dan pembelajaran* bandung: alfabeta

Zainal aqib. 2014. *Model- model, media, dan strategi pembelajaran kontekstual (inovatif)*.bandung: cv yrama widya