

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil pembahasan dan analisis data yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis penulis yang berbunyi “terdapat pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* terhadap peningkatan keterampilan dasar lompat jauh pada siswa SMP Negeri I Telaga” dapat diterima.
2. Hal ini terbukti dengan menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* memberikan dampak yang positif dan baik terhadap peningkatan lompat jauh pada siswa SMP Negeri I Telaga, serta dapat dibuktikan dengan hipotesis statistik dimana latihan peningkatan lompat jauh pada siswa SMP Negeri I Telaga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan lompat jauh.
3. Dalam pengujian data normalitas yang diperoleh bahwa data variabel hasil peningkatan lompat jauh merupakan data yang berdistribusi normal. Serta dalam pengujian homogenitas data variabel hasil dari peningkatan lompat jauh berasal dari data populasi yang homogen (sama).

5.2 Saran

Dengan memperhatikan hasil pembahasan dan simpulan di atas, maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bahwa peningkatan keterampilan dasar lompat jauh harus memperhatikan bentuk-bentuk pembelajaran khususnya model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw*.
2. Diharapkan hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi para guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya atletik untuk dapat menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* yang dapat menghasilkan dasar

gerak lompat, kecepatan dan daya ledak otot tungkai. Khususnya dalam cabang atletik lompat jauh.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali Maksu.** 2009. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya
- Aqib Zainal.,**2013., *Model-model Media dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif)*. CV.YRAMA WIDYA : Bandung
- Bambang Abduljabar & Lukmanul Haqim Lubay.** 2015. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Sma/Ma,Smk/Mak Kelas XII*. Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud
- Dikdik Zafar Sidik.** 2014. *Mengajar Dan Melatih Atletik*. PT Remaja Rosdakarya. Bandung
- Ginanjat Atmasubrata.** 2012. *Serba Tahu Dunia Olahraga*. Dafa Publishing. Surabaya
- Huda Miftahul.** 2014.*Model-model Pengajaran dan Pembelajaran Isu-isu Metodis dan Paradigmatic*. Penerbit Pustaka Belajar. Yogyakarta
- Imas Kurniasih & Berlin Sani.** 2015. *Ragam Pengembangan Model Pembelajaran Untuk Peningkatan Profesionalitas Guru*. Kata Pena
- Jamal Ma'mur Asmani.** 2014. *7 Tips Aplikasi Pakem Pembelajaran, Aktif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan*. Diva Press (Anggota Ikapi)
- Jass Jarver.** 2013. *Belajar Dan Berlatih Atletik*. Pionir Jaya. Bandung
- Kokom Komalasari.** 2013. *Pembelajaran Kontekstual Konsep Dan Aplikasi*. PT.Refika Aditama
- Komara Endang.,**2014.,*Belajar dan Pembelajaran INTERAKTIF*. PT. Refika Aditama : Bandung
- Masri'an Dkk.** 2015. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Untuk Smp/Mts Kelas VIII*. Erlangga

- Mia Kusumawati. 2015.** *Penelitian Pendidikan Penjasorkes (Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.* Alfabeta,cv
- Mikanda Rahmani. 2014.** *Buku Super Lengkap Olahraga.* Dunia Cerdas. Cipayung-Jakarta Timur
- Muhajir & Budi Sutrisno. 2013.** *Buku Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.* Politeknik Negeri Media Kreatife. Jakarta
- Nanang Hanafiah & Cucu Suhana. 2012.** *Konsep Strategi Pembelajaran.* Refika Aditama.
- Roji & Eva Yulianti. 2014.** *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VIII semester 1.* Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud
- Rusman. 2010.** *Model-model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalisme Guru,* PT Rajagrafindo Persada,Jakarta.
- Sugiyono. 2014.** *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif .* Alfabeta : bandung
- Sumaryoto & Soni Nopembri. 2014.** *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMA/MA/SMK/MK Kelas XI Semester 1.* Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud.
- Syarifudin & Sudrajat Wiradihardja. 2014.** *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Sma/Ma,Smk/Mak Kelas X.* Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud.
- Yoyo Bahagia. 2012.** *Pembelajaran Atletik.* Direktorat Pendidikan Luar Biasa