

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Dari hasil pengamatan dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pada setiap siklus siswa dalam melakukan teknik dasar lempar cakram pada cabang olahraga atletik yaitu berdasarkan deskripsi hasil penelitian dapat dinyatakan bahwa besar peningkatan dari tiga aspek yang diamati pada data awal siswa yakni (1) tahap persiapan diperoleh hasil sebesar 35,5, pada data awal siswa meningkat sebesar 27,5 sehingga mencapai sebesar 63 setelah evaluasi siklus I dilakukan, (2) tahap gerakan diperoleh hasil sebesar 37, pada data awal siswa meningkat sebesar 26,5 sehingga mencapai sebesar 63,5 setelah evaluasi siklus I dilakukan, dan (3) akhir gerakan diperoleh hasil sebesar 37 pada data awal siswa meningkat sebesar 27 sehingga mencapai sebesar 64 setelah evaluasi siklus I dilakukan. Dari hasil analisis tersebut diketahui besar peningkatan hasil rata-rata keseluruhan yang diperoleh siswa kelas VIII<sub>B</sub> SMP Negeri 16 Kota Gorontalo yakni pada data awal siswa memperoleh hasil sebesar 36,66 meningkat sebesar 27 sehingga mencapai 63,5, setelah evaluasi tindakan siklus I dilakukan. Mengacu pada hasil tersebut dapat dikatakan bahwa hasil yang dicapai siswa baik dari hasil observasi maupun setelah tindakan evaluasi siklus I dilakukan masih belum mencapai indikator ketuntasan yakni 80% atau nilai rata-rata keseluruhan siswa sebesar 75 oleh

karena itu penelitian dilanjutkan kesiklus berikutnya yakni pemberian tindakan pada siklus II. Pelaksanaan siklus II ini hasil pemberian tindakan yang sudah di evaluasi menunjukkan peningkatan yang sangat signifikan baik dari hasil rata-rata setiap aspek maupun hasil rata-rata keseluruhan berikut penjelasannya besar peningkatan dari tiga aspek yang diamati yakni (1) tahap persiapan diperoleh hasil sebesar 63 pada Siklus I meningkat sebesar 15 sehingga mencapai sebesar 78 setelah evaluasi Siklus II dilakukan, (2) tahap gerakan diperoleh hasil sebesar 63,5 pada Siklus I meningkat sebesar 14,5 sehingga mencapai sebesar 78 setelah evaluasi Siklus II dilakukan, dan (3) akhir gerakan diperoleh hasil sebesar 64 pada Siklus I meningkat sebesar 11 sehingga mencapai sebesar 75 setelah evaluasi Siklus II dilakukan. Dari hasil analisis tersebut diketahui hasil peningkatan hasil rata-rata keseluruhan yang diperoleh siswa kelas VIII<sub>B</sub> SMP Negeri 16 Kota Gorontalo, yakni pada Siklus I diperoleh hasil sebesar 63,5 meningkat sebesar 13,5 sehingga mencapai 77, setelah evaluasi tindakan Siklus II dilakukan. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa penelitian ini dinyatakan selesai dan berhasil.

## **5.2 Saran**

- a. Setiap guru ataupun mahasiswa yang melaksanakan penelitian dengan jenis penelitian tindakan kelas hendaknya mempersiapkan diri baik fisik maupun mental dan merencanakan kegiatan pembelajaran sematang-matangnya agar pelaksanaan penelitian lebih efisien dan terarah sehingga dapat mencapai hasil yang sesuai dengan harapan.

- b. Bagi guru pendidikan jasmani, maupun mahasiswa yang akan meneliti dapat memberikan kontribusi yang baik pada setiap siswa khususnya penetapan metode disetiap mata pelajaran khususnya pelajaran penjas yang menyangkut cabang olahraga atletik khususnya lempar cakram hendaknya menggunakan metode kerja kelompok agar lebih memudahkan siswa untuk meningkatkan prestasi belajar maupun hasil akhir akademiknya.
- c. Meningkatkan pelaksanaan teknik dasar lempar cakram yang baik dan benar sangat berpengaruh dalam pelaksanaan pembelajaran di sekolah yang akan diteliti diharapkan pada guru maupun peneliti agar selalu membawa gagasan baru guna meningkatkan persentasi olahraga khususnya cabang olahraga atletik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aqib, Zainal. 2013. *Model-Model, Media Dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif)*. CV Yrama Widya
- Hamalik, Oemar. 2013. *Kurikulum dan Pembelajaran*. PT Bumi Aksara
- Hanafi, Nanang & Suhana, Cucu. 2010. *Konsep Strategi Pembelajaran*. PT Refika Aditama.
- Jarver, Jess. 2013. *belajar dan berlatih atletik*. CV. Pionir Jaya Bandung.
- Majid, Abdul. 2013. *Strategi Pembelajaran*. PT Remaja Rosda Karya
- Margono, S. 2002. *Metode Penelitian Pendidikan*. Rineka Cipta Jakarta.
- Pribadi A. benny. 2011 *Panduan Penelitian Tindakan Kelas*. Jogjakarta : Diva Press
- Purwanto. 2011. *Evaluasi Hasil Belajar*. Pustaka Belajar
- Purwanto. 2012. *Prinsip-prinsip dan Tehnik Evaluasi Mengajar*. Bandung: Rosda Karya.
- Rusman. 2014. *Model-Model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalisme Guru*. PT Rajagrafindo Persado
- Sagala, Syaiful. 2013. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Alfabeta. Bandung
- Uno, Hamzah. 2011. *Perencanaan Pembelajaran*. PT Bumi Aksara
- Wiarso, Giri. 2013. *Atletik*. Yogyakarta : Graham Ilmu