

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

1. Berdasarkan hasil pencapaian pelaksanaan penelitian tindakan kelas, maka dapat disimpulkan hipotesis tindakan yaitu melalui melalui model pembelajaran *Explicit Instruction*. maka keterampilan teknik dasar *Jump Shoot* padasiswa kelas VIII¹ SMP Negeri 1Telaga sangat meningkat.
2. Adapun hasil penelitian yang diperoleh dilapangan khhususnya pada observasi awal untuk tahap persiapan awal 56.25, tahap pelaksanaan gerakan 54.76, dan akhir gerakan 54.25 dengan skor rata-rata keseluruhan 55.17 berada pada criteria penilaian kurang.
3. Padahasil penelitian yang diperoleh di lapangan padasiklus I untuk meliputi tahap persiapan awal 71.25, tahap gerakan pelaksanaan 71.5, dan akhir gerakan 70 dengan skor rata-rata keseluruhan 70.92 berada pada criteria penilaian baik.
4. Selanjutnya pada siklus II untuk tahap persiapan awal 83.75, tahap gerakan pelaksanaan 81.5, dan akhir gerakan 80.25, keseluruhan ini dilakukan dengan praktek, skor rata-rata keseluruhan sebanyak 81.83, artinya telah berada pada kategori sangat baik.

Berdasarkan peningkatan-peningkatan yang terjadi pada setiap evaluasi, maka dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan model pembelajaran *explicit intructions* meningkat, alasannya karena dengan menggunakan model pembelajaran tersebut siswa merasa leluasa dalam mengeskpresikan gerakannya, sehingga dalam belajar siswa menemukan gaya belajarnya sendiri dan sesuai dengan tingkat perkembangan gerak yang ada pada siswa itu sendiri.

5.2 Saran

Dari hasil penelitian ini dapat disarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Setiap guru hendaknya menjadikan penelitian tindakan kelas ini sebagai bahan acuan dalam rangka meningkatkan keterampilan teknik dasar siswa khususnya teknik dasar *Jump Shoot* .
2. Guru hendaknya kreatif dalam merubah model pembelajaran guna menghindari kejenuhan siswa selama proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
3. Diharapkan kepada seluruh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam meningkatkan keterampilan maupun gerak dasar siswa, khususnya siswa di Sekolah Dasar, sekolah menengah tingkat pertama, dan sekolah menengah keatas.
4. Untuk lebih meningkatkan kualitas dari pada pembelajaran dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, guru kiranya perlu untuk mengembangkan kembali hasil penelitian tersebut dengan tujuan untuk memperbaiki hal-hal yang masih sangat kurang pada hasil penelitian ini.
5. Diharapkan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam memilih dan menetapkan metode, model, maupun strategi pembelajaran harus mengetahui kelebihan dan kekurangannya

DAFTAR PUSTAKA

- Harun & Mansur. 2008. *Penilaian hasil belajar*. Bandung: CV Wacana prima
- Huda, M. 2013. *Model-Model Pengajaran dan Pembelajaran*. Yogyakarta: PustakaPelajar.
- KhoiriyahIftah. 2015. *Skripsi* penerapan metode pembelajaran *explicit instruction* untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada mata pelajaran pemrograman Web. Semarang :FT. Universitas Negeri Semarang.
- Mashar Ali Muhamaddan Dwinarhayu.2010. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP Kelas IX. Jakarta :Swadaya Murni.
- Muhajir dan Sutrisno Budi.2013. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP Kelas VII.Jakarta :Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Putra Army. 2012. Tes Unjuk Kerja Teknik Tembakan Lompat (*Jump Shoot*) Cabang Olahraga Bola basket. Yogyakarta :FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Putu Wira Dharma Yudha, dkk. 2014. Jurnal Penerapan Model Pembelajaran *Explicit Instruction* pada Praktek Pemasangan Instalasi Listrik Penerangan Bangunan Sederhana. Singaraja :e-Journal *JJPTE* Universitas Pendidikan Ganesha.
- Sutrisno Budi dan Khafadi Muhamad.2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 2 SMP/MTS Kelas VIII*. Jakarta :CV. Putra Nugraha.
- Sutrisno Budi dan Khafadi Muhamad. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 2 SMP/MTS Kelas IX* Jakarta : CV. Putra Nugraha.
- Sarjono dan Sumarjo.2010. Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan. Jakarta : CV Aneka Ilmu.
- Sodikin Chandra, dkk (2010) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas VII. Jakarta : PT Arya Duta.
- Wisahati S Aandan Santosa Teguh. 2010. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP/MTS Kelas VIII. Jakarta : CV Setiaji.

Wahyuni Sri, Dkk. 2010. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 1 SMP/MTS Kelas VII. Jakarta : PT Wangsa Jatra Lestari.

Yunita Noni Angeline. 2011. Skripsi Peningkatan hasil belajar siswa menggunakan Media power point dan animasi berbasis *macromedia Flash* dengan model *explicit instruction* pada mata Pelajaran desain grafis.Yogyakarta : FT Universitas Negeri Yogyakarta.