

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Dengan memperlihatkan hasil pengujian pada sebelum pelaksanaan eksperimen dan setelah pelaksanaan eksperimen menunjukkan adanya kesimpulan bahwa terjadi pengaruh yang signifikan antara skor tes awal sebelum perlakuan penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *stad* dan tes akhir setelah perlakuan terhadap keterampilan lari jarak pendek. Ini didasarkan pada analisis secara statistik diperoleh harga  $T_{hitung}$  lebih besar dari  $T_{daftar}$  harga  $t_{hitung}$  telah berada di dalam daerah penerimaan  $H_A$ . Maka hipotesis dalam penelitian ini berbunyi “terdapat pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe *stad* terhadap keterampilan lari jarak pendek pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga diterima. keterampilan lari jarak pendek pada dasarnya merupakan salah satu aktifitas yang membutuhkan latihan untuk dapat melakukannya antara lain berupa latihan lari jarak pendek.

#### 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka implikasi dari kesimpulan tersebut dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Untuk meningkatkan keterampilan lari jarak pendek, sangat tepat digunakan model pembelajaran kooperatif tipe *stad* maka diharapkan kepada guru penjaskes maupun pelatih agar dapat menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe *stad* baik dalam pembelajaran.
2. Bentuk model pembelajaran kooperatif tipe *stad* diharapkan dapat dilakukan oleh siswa secara berkelanjutan walaupun tidak dalam pengawasan guru atau pelatih maupun orang tua siswa diluar jam sekolah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Huda, Miftahul.** (2014:201). *Model-model Pengajaran dan Pembelajaran: Isu-isu Metodis dan Paradigmatis*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Isjoni.** (2014:49) *Cooperative Learning, Mengembangkan Kemampuan Berkelompok*. Alfabeta. Bandung.
- Kusumawati, Mia.** (2015:128-130). *Penelitian Pendidikan Penjasorkes, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Alfabeta. Bandung.
- Muhajir dan Sutrisno, Budi.** (2013:93-95). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan, SMP/MTs Kelas VII*. Politeknik Negeri Media Kreatif. Jakarta.
- Muhajir dan Sutrisno, Budi.** (2014:122), *Pendidikan Jasmani. Olahraga, Dan Kesehatan, SMP/MTS KELAS VII*. Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud. Jakarta.
- Muhajir dan Sutrisno, Budi.** (2014:131), *Pendidikan Jasmani. Olahraga, Dan Kesehatan, SMP/MTS KELAS VII*. Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud. Jakarta.
- Mukrimaa, Syifa S.** (2014:108). *53 Metode Belajar dan Pembelajaran, Plus Aplikasinya*. Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung.
- Ngatiyono dan Riswanti, Dyan Putri.** (2010:23). *Mari Sehat Bergembira, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Untuk SD/MI Kelas IV*. CV Usaha Makmur. Jakarta.
- Soewadji, Jusuf.** (2012:129-130). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Mitra Wacana Media. Jakarta.
- Sugiyono.** (2015:80-81). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta. Bandung.

- Sumaryoto dan Novembri, Soni.** (2014:29). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud. Jakarta.
- Taniredja, Tukiran. Faridli, Efi Miftah dan Harmianto, Sri.** (2013). *Model-model Pembelajaran Inovatif dan Efektif*. Alfabeta. Bandung.
- Uno, Hamzah B. dan Mohamad, Nurdin.** (2012:107-108). *Belajar Dengan Pendekatan Palkem: Pembelajaran Aktif, Inovatif, Lingkungan, Kreatif, Efektif, Menarik*. PT Bumi Aksara. Jakarta.
- Utomo, Surtiyo dan Suwandi.** (2008:31-32). *Penjasorkes, Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan, 1 SMP/MTs*. PT Bumi Aksara. Jakarta.
- Wahyuni, Sri, Sutarmin dan Pramono.** (2010:38). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan 2, Untuk Kelas VIII SMP dan MTs*. Pusat Perbukuan. Jakarta.
- Yulianti, Dan Roji.** (2014:107-108). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan, Untuk Kelas VIII SMP/MTS Semester 1*. Jakarta kementerian pendidikan dan kebudayaan.