BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pre-test menunjukkan skor tertinggi 41.67 dan skor yang terendah 25. Setelah dilakukan analisis diperoleh nilai rata-rata 31.67 dan nilai standar deviasi 5.80 dan varians 33.65. Sedangkan pada hasil penelitian post-test menunjukkan skor tertinggi 91.67 dan skor terendah 58.33. Setelah dilakukan analisis diperoleh nilai rata-rata 72.501 dan standar deviasi 7.96 serta varians 63.42. Hal ini menunjukkan bahwa responden yang menjadi sampel dalam penelitian ini memperoleh peningkatan hasil rata-rata dari tes awal sampai tes akhir dengan selisih peningkatan dari hasil Pre-test dan post-test sebesar 40.83. Sedangkan pengujian hasil pengujian hasil pre-test dan post-test menunjukkan harga t_{hitung} sebesar 24.02. Sedangkan dari daftar distribusi diperoleh harga t_{daftar} atau $t_{(0,995)(19)} = 2.86$. Ternyata harga t_{hitung} telah berada di dalam daerah penerimaan H_A . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_A diterima dan tidak dapat menerima H_0 . Jadi dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran explicit instruction dapat meningkatkan keterampilan roll depan kota gorontalo.

5.2 Saran

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

1. Kepada para guru bidang studi, hendaknya mencermati situasi gejala-gejala yang menyebabkan hasil belajar siswa rendah dan kemudian berusaha menemukan alternatif pemecahannya.
2. Jika memungkinkan materi pelajaran (pokok bahasan yang sesuai), hendaknya guru menggunakan pembelajaran dengan menggunakan Model pembelajaran *explicit instruction* meningkatkan hasil belajar siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar Bambang, 2015, Pendidikan Jasmani, Olah Raga, Dan Kesehatan. Pendidikan Dan Kebudayaan. Jakarta.
- Agung Leo, dan Wahyuni sri, 2013, Perencanaan Pembelajaran Sejarah. PT.Ombak. Yogyakarta.
- Aqib Zainal, 2013, Model-Model, Media Dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif). CV Yrama Widya. Bandung.
- Aris, 2014, Model Pembelajaran Inovatif Dalam Kurikulum 2013. AR-Ruzz Media. Yogyakarta.
- Ashandika Doni, Penerapan Media Bantu Untuk Meningkatkan Keterampilan Guling Depan Senam Lantai Pada Siswa Kelas V SDN 1 Kota Bengkulu. Universitas Bengkulu. Bengkulu.
- Hafid B. Tarmudi, Dan Rithaudin Ahmad, 2011, Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan, PT Sarana Panca Karya Nusa. Jakarta.
- Huda Miftahul, 2014, Model-Model Pengajaran Dan Pembelajaran. PT Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Khoiriyah Iftah, 2015, Penerapan Metode Pembelajaran *Explicit Instruction* Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pemrograman Web Kelas X. Universitas Negeri Semarang. Semarang.
- Kusumawati Mia, 2015, Penelitian Pendidikan Penjasorkes. CV Alfabeta. Bandung.
- Majid Abdul, 2013, Perencanaan Pembelajaran. PT Remaja Rosda Karya. Bandung.
- Muhajir dan Sutrisno Budi, 2013, Buku Guru Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan. Kementrian Pendidikan Dan Kebudayaan. Jakarta.

- Nur A dan Adhy Baehaqie, 2015, Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Bola Volley Dengan Menggunakan Metode Bermain Bola Pantul Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putra Di SMAN 1 Sirampog Brebes. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Nurjanah W Siti, 2012, Peningkatan Pembelajaran Guling Depan Melalui Permainan Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Nganggrung. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Rohman Muhammad dan Amri Sofyan, 2013, Strategi Dan Desain Pengembangan System Pembelajaran. PT Prestasi Pustakaraya. Jakarta.
- Rosdiani Dini, 2012, Model Pembelajaran Langsung Dalam Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan. PT Alfabeta. Bandung.
- Rosdiani Dini, 2013, Perencanaan Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan. CV Alfabeta. Bandung.
- Sodikin Dan Achmad S, 2010, Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. Kementrian pendidikan nasional. Jakarta.
- Soewadji Jusuf, 2012, Pengantar Metodologi Penelitian. PT Mitra Wacana Media. Jakarta.
- Sugiyono, 2015, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R Dan D. CV Alvabeta. Bandung.
- Suharyanto, 2015, Peningkatan Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Menggunakan Pendekatan Palkem Kelas IV Semarangan 2 Godean Sleman. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Sulaiman, 2014, Alat Tes Keterampilan Sepak Takraw Bagi Atlet Sepak Takraw Jawa Tengah. Universitas Negeri Semarang. Semarang.
- Sulistyaningsih Dwinita, 2015, Peningkatan Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Melalui Permainan Pada Siswa Kelas IV SD Negeri NogoTirto

Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman. Universitas Negeri Yogyakarta.
Yogyakarta.

Supardita Yoga Eka, 2014, Implementasi Kooperatif GI Untuk Meningkatkan
Aktivitas Dan Hasil Belajar Berguling Senam Lantai. Universitas
Pendidikan Ganesa. Singaraja.

Taniredja Tukiran Dan Kawan-Kawan, 2014, Model-Model Pembelajaran
Inovatif Dan Efektif. PT Alfabeta. Bandung.

Tim Pengembang MKDP, 2011, Kurikulum Dan Pembelajaran. PT Raja Grafindo
Persada. Jakarta.

Trisyono, 2011, Peningkatan Keterampilan Dan Aktifitas Belajar Permainan Bola
Basket Melalui Model Tugas. Universitas Negeri Semarang. Semarang.

Uno Hamzah B. 2012, Perencanaan Pembelajaran. PT Bumi Aksara. Jakarta.

Wuryantoro Kun, Dan Muktiani Nur Rohman, 2011, Meningkatkan Keterampilan
Senam Meroda Melalui Permainan Tali Pada Siswa Kelas VIII A MTS
Ma'arif NU. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.