

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan penyajian data dan pembahasan dalam penelitian ini dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

Bahwa dari 2 kali tindakan yang dilaksanakan terjadi peningkatan di setiap tindakan. Dan diawali dengan observasi awal sebagai dasar pelaksanaan tindakan selanjutnya tampak dalam hasil belajar chest pass dalam permainan bola basket pada siswa kelas VIII-A SMP Negeri 7 Kota Gorontalo menunjukkan kriteria yang kurang dengan skor rata-rata keseluruhan 55,43. Pada siklus I kegiatan hasil belajar chest pass dalam permainan bola basket menunjukkan kriteria yang meningkat dilakukan dengan praktek keseluruhan rata-rata perolehan sebanyak 67,02 artinya masih berada pada kategori Cukup. Dan pada siklus II mengalami peningkatan yaitu pada kegiatan hasil belajar chest pass dalam permainan bola basket yaitu sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir keseluruhan ini dilakukan dengan praktek keseluruhan rata-rata perolehan sebanyak 77,17 artinya telah berada pada kategori Baik.

5.2 Saran

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

- a. Setiap peneliti yang menerapkan jenis Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam melaksanakan penelitian hendaknya mempersiapkan segala konsep yang dibutuhkan selama proses penelitian berlangsung agar supaya penelitian terlaksana dengan baik.
- b. Bagi guru pendidikan jasmani maupun mahasiswa yang akan meneliti, diharapkan dapat memberikan kontribusi positif pada setiap siswa yakni penerapan metode pembelajaran setiap mata pelajaran khususnya pelajaran penjas hendaknya menetapkan model pembelajaran exsamples non-exsamples sebagai perangkat pembelajaran agar lebih memudahkan siswa memahami dan mandiri dalam meningkatkan prestasi belajarnya.
- c. Mengingat pelaksanaan meningkatkan hasil belajar chest pass dalam permainan bola basket dengan model pembelajaran exsample non-exsample yang baik dan benar sangat berpengaruh dalam menuntaskan indikator pembelajaran yang ada di SMP Negeri 7 Kota Gorontalo khususnya siswa yang ada dikelas VIII-A maka perlu adanya pembinaan secara kesinambungan agar hasilnya relevan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aqib Zainal. 2013.** *Model-model, Media dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif).* Bandung Yrama Widya
- Achmand E.S dan Candra Sodikin. 2010.** *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Untuk SMP/MTs Kelas VII Kementrian pendidikan nasional.* Jakarta, pusat perbukuan.
- Dwinarhayu dan masyar ali mohammad. 2010.** *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk sekolah menengah pertama jakarta: pusat perbukuan, kementrian pendidikan nasional.*
- Komaro Endang.2014.** *Belajar dan Pembelajaran Interaktif.* Bandung. PT Refika Aditama
- Komalasari Kokom. 2013.** *Pembelajaran Kontekstual Konsep dan Aplikasi* Bandung. PT Refika Aditama
- Marjuki dan S. Jaya tri 2010.** *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk SD/MI kelas V. Jakarta: pusat perbukuan kementrian pendidikan nasional.*
- Purwanto. 2013.** *Evaluasi hasil belajar. Pembelajaran Konsep PT Refika Aditama*
- Prapanca suro dan kurniadi deni. 2010***pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan untuk sekolah dasar/madrasah ibtidaiyah kelas IV. Jakarta: pusat perbukuan kementrian pendidikan nasional.*

Pramono, Dkk 2010. *Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Jakarta: pusat perbukuan kementerian pendidikan nasional.*

Santosa Teguh dan Wisahati Sunjata Aan. 2010. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk SMP/MTs kelas VIII Jakarta: pusat perbukuan, kementerian pendidikan nasional*