

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

1. Model pembelajaran *explicite instruction* ini sangat efektif digunakan dalam pembelajaran materi bola voli khususnya untuk meningkatkan teknik dasar siswad alam melakukan passing bawah, karena melaluimetode ini siswa diajak untuk dapat menciptakan suasana kerjasama.
2. Berdasarkan hasil capaian peningkatan keterampilan passing bawah dalam penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang berbunyi “jika model pembelajaran *explicite instruction* diterapkan maka teknik dasar pasing bawah permainan bolavoli di kelas VII SMP Negeri 8 Gorontalo akan meningkat” dapat diterima karena telah terbukti dan teruji kebenarannya.

2.2. Saran

Dari kesimpulan diatas, maka dapat disarankan hal-hal sebagai berikut:

- a) Sebagai seorang guru hendaknya dapat melakukan penelitian tindakan kelas, hal ini sebagai koreksi dan refleksi terhadap pelaksanaan kegiatan belajar mengajar di kelasnya, sehingga mencapai peningkatan mutu pendidikan dan kualitas guru dalam mengajar dapat terwujud.
- b) Dalam pelaksanaan tindakan kelas ini, guru hendaknya mempersiapkan diri baik fisik maupun mental serta merencanakan kegiatan dengan baik. Agar nantinya dalam pelaksanaannya benar-benar terarah sehingga dapat mencapai hasil yang diharapkan.
- c) Penelitian tindakan kelas (PTK) ini agar kiranya lebih mendekatkan perhatian dan dukungan penuh dari semua unsur yang terlibat dalam penelitian tersebut (kepala sekolah, guru, serta siswa itu sendiri). Karena penelitian tindakan kelas ini bertujuan untuk meningkatkan mutu pendidikan/pembelajaran di sekolah yang bersangkutan

DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, Bambang dan Lukmanul Haqim Lubay. 2015.***Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan / Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Untuk SMP/MTs Kelas IX.* Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Ahmadi, Iin Khoirul dan Sofan Amri. 2011.** *Paikem Gembrot (Mengembangkan Pembelajaran Aktif, Inovatif, Kreatif, Efektif, Menyenangkan, Gembira dan Berbobot.* Jakarta : PT Prestasi Pustakaraya
- Aqib Zainal. 2013.** *Model-Model, Media, Dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif).* Bandung : Yrama Widya
- Asmani Jamal Ma'mur. 2013.** *7 Tips Aplikasi Pakem.* Jogjakarta : DIVA Press
- Bumi Sindhu Cindar, Rizal Alamsyah, Sri Widianingsih, Gagan Ganjar Nugraha dan Yusuf Hidayat. 2010.** *Senang Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Untuk kelas IV Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah.* Jakarta: PusatPerbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional
- Hadziq, Khairul. 2014.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan: untuk SMA-MA/SMK Kelas XI. Untuk SMP/MTs Kelas VII Semester 1.* Bandung : Yrama Widya
- Hidayat, Witono. 2017.** *Buku Pintar Bola Voli.* Jakarta : Anugrah
- Husdarta JS., dan Yudha M. Saputra. 2013.** *Belajar Dan Pembelajaran. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.* Bandung : Alfabet
- Isjoni. 2013.** *Cooperative Learning.* Bandung : ALFEBET
- Lubis, Johansyah. 2013.** *Latihan Kekuatan untuk Atlet Muda. Juara. Jurnal Iptek Olahraga. Vol. 1 No. 1 Januari – April 2013. ISSN 1411-0016.* Jakarta : Bidang Sport Science & Penerapan Iptek Olahraga KONI Pusat
- Muhajir dan Budi Sutrisno. 2014.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan: buku siswa / Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Untuk SMP/MTs Kelas VII Semester 1.* Jakarta : Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Roji dan Eva Yulianti. 2014.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan: buku siswa / Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Untuk SMP/MTs Kelas VIII Semester 1.* Jakarta : Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Roji dan Eva Yulianti. 2014.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan: buku siswa / Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Untuk SMP/MTs Kelas VIII Semester 2.* Jakarta : Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan.

- Rusman. 2013.** *Model-Model Pembelajaran (Mengembangkan Profesional Guru) Edisi Kedua.* Jakarta : Rajawali Pers.
- Sagala Syaiful. 2013.** *Konsep Dan Makna Pembelajaran.* Bandung : Alfabeta
- Sani Ridwan Abdullah. 2013.** *Inovasi Pembelajaran.* Jakarta : Bumi Aksara
- Sanjaya Wina. 2011.** *Pembelajaran Dalam Implementasi (Kurikulum Berbasis Kompetensi).* Jakarta : Kencana
- Santoso, Danang Ari. 2016.** *Analisis Tingkat Kebugaran Jasmani Atlet Bolavoli Putri Universitas PGRI Banyuwangi.* *Jurnal Kejaora, ISSN 2503-2976, Volume 1 Nomor 1, April 2016.* Banyuwangi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas PGRI Banyuwangi.
- Sumaryoto dan Soni Nopembri. 2014.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan: buku siswa / Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Untuk SMA/MA/SMK/MK Kelas XI Semester 2.* Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Suprijono, Agus. 2013.** *Cooperative Learning.* Yogyakarta : PUSTAKA PELAJAR.
- Syarifudin dan Sudrajat Wiradihardja. 2014.** *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan / Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Untuk SMA/MA/SMK/MAK Kelas X.* Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Uno Hamzah B., dan Nurdin Mohamad. 2012.** *Belajar Dengan Pendekatan PAILKEM.* Jakarta : Bumi Aksara.