

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Setelah hasil analisis data pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang berbunyi “Terdapat pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe stad, terhadap keterampilan gerak dasar lompat jauh pada siswa kelas VII SMP Negeri Widya Krama” Dapat diterima .

Bentuk kooperatif tipe STAD dapat memberikan kontribusi keterampilan gerak dasar lompat jauh. Hal ini dipengaruhi oleh hasil yang dilakukan setelah eksperimen, dalam hal ini dapat dikatakan bahwa kooperatif tipe STAD dapat memberikan pengaruh yang baik terhadap keterampilan gerak dasar lompat jauh.

#### **5.2 Saran**

Dengan hasil pembahasan dan simpulan diatas maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. Untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lompat jauh, 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 maupun pada kegiatan latihan diluar jam sekolah.
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. Karena bentuk latihan ini disamping memberikan dampak positif terhadap keterampilan gerak dasar lompat jauh serta kemampuan dasar yang harus dimiliki oleh seseorang atlit yang berprestasi dalam olahraga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Suprijono.** (2013:22). *Teori dan Aplikasi*. Surabaya: Pustaka Pelajar.
- Arikunto Suharsimi. (2002:107). *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bina Aksara.
- \_\_\_\_\_. (2010:102). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- . (2010:127). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineke Cipta
- Eli Maryan.** (2010:67). *Pendidikan Jasman Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan nasioanal.
- Farida isnaini dan Santoso Sabarani.** (2010:25). *Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan*. Jakarta: Pusat perbukuan Kementrian pendidikan Nasional
- Feri Kurniawan.** (2012:22). *Buku Pintar Pengetahuan Olahraga*. Jakarta: Perpustakaan Nasional RI Katalog Dalam Terbitan
- Hosnan.** (2014:208). *Cooperative Learning (Ektivitas Pembelajaran Kelompok )*. Bandung: Alfabeta.
- Juliansyah Noor.** (2010:138). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup
- Mikanda Rahmani.** (2014:43). *Buku Super Lengkap Olahraga*. Jakarta: Perpustakaan Nasional RI Katalog Dalam Terbitan
- Muhajir.** (2016:136). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan* Jakarta: PusatKuri kulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud.
- Muhajir dan Budi Sutrisno.** (2013:101). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Politeknik Negeri Media Kreatif.
- Mulyasa.** (2013:12). *Model-Model Pembelajaran*. Bandung : Remaja Rosdakarya Offset

**Sodikin Chandra dan Achmad Esnoe Sanoesi.** (2010:67). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.

**Sri wahyuni dkk.** 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan nasional

Sugiyono. (2009:61-62). *Metode Penelitian Pendidikan ( Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D )*. Bandung: Alfabeta.

----- (2011:261). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta: Bandung.

Andayani, 2007. <http://sariniwety.blogspot.com/2011/12/pengertian-metodemodel-pembelajaran.htm>. diakses 05 January 2014, Pukul 11.05  
Wita