

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, dapat di tarik beberapa kesimpulan bahwa:

Dalam pelaksanaannya penelitian ini berlangsung dalam dua siklus, namun sebelum pelaksanaan masing-masing siklus tahap pertama yang dilakukan adalah observasi awal. Tujuannya adalah untuk memperoleh data awal yakni besar hasil rata-rata setiap aspek dan besar hasil rata-rata keseluruhan aspek yang diperoleh siswa kelas X IIS 2 SMA Negeri 1 Gorontalo Utara dalam mengikuti pembelajaran penjas materi keterampilan Tolak Peluru sebelum dikenai tindakan. Bertolak pada data tersebut diperoleh gambaran dalam merancang setiap pemberian tindakan pada masing-masing siklus. Untuk lebih jelasnya akan diuraikan proses pelaksanaan penelitian dimulai dari observasi sampai pada pelaksanaan tindakan di masing-masing siklus.

Hasil rata-rata keseluruhan observasi awal siswa adalah 58,82 dan meningkat sebesar 11,61 sehingga mencapai 70,43 setelah evaluasi tindakan siklus I dilakukan, dan pada siklus 1 hasil rata-rata keseluruhan siswa adalah 70,43 meningkat sebesar 9,59 sehingga mencapai 80,02 setelah evaluasi tindakan siklus II dilakukan. Selisih peningkatan hasil rata-rata observasi awal setelah evaluasi tindakan siklus I dilakukan lebih besar dibandingkan peningkatan hasil rata-rata siklus I setelah evaluasi tindakan siklus II dilakukan, dikarenakan pada observasi awal siswa mempunyai motivasi belajar dan rasa ingin tahu yang sangat tinggi tentang keterampilan Tolak Peluru dan pada evaluasi siklus I ini sudah banyak siswa yang belum memahami serta melakukan tahap-tahap keterampilan Tolak Peluru dengan mencapai 70,43 namun belum mencapai indikator kinerja yang sudah ditetapkan 80%, maka dilanjutkan pada tindakan siklus II yang mencapai 80,02, selisih peningkatannya lebih besar dikarenakan pada siklus II sudah banyak siswa memahami dan melakukan tahap-tahap keterampilan Tolak Peluru dengan baik, sehingga pada evaluasi siklus II ini sudah mencapai indikator kinerja yang sudah ditetapkan yaitu 80%.

Dari uraian diatas bahwa peningkatan hasil ketuntasan belajar siswa kelas X IIS 2 SMA Negeri 1 Gorontalo Utara dalam melakukan keterampilan Tolak Peluru telah mencapai indikator kinerja pada siklus II yakni dari 80% indikator ketentuan dalam penelitian ini siswa mampu mencapai 80,02 kriteria baik setelah dikenai tindakan pada siklus II sehingga dapat disimpulkan bahwa besar capaian pada siklus II ini telah menuai keberhasilan yang sangat signifikan. Dengan demikian maka hipotesis penelitian tindakan kelas yang menyatakan bahwa : jika modifikasi media pembelajaran diterapkan, maka keterampilan Tolak Peluru di kelas X IIS 2 di SMA Negeri 1 Gorontalo Utara akan meningkat dapat diterima.

5.2. Saran

Sehubungan dengan dengan hasil penelitian ini, dapat di kemukakan beberapa saran sebagai berikut:

- A) Setiap guru hendaknya melaksanakan kegiatan tindakan kelas sebagai upaya untuk meningkatkan pelaksanaan kegiatan pembelajaran sehingga pencapaian mutu pembelajaran dapat terwujud.
- B) Dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran guru hendaknya memilih metode sesuai bahan ajar dan tujuan pembelajaran.
- C) Modifikasi media pembelajaran di harapkan dapat di gunakan dalam pembelajaran penjaskes dan hendaknya menggunakan alokasi waktu sesuai rencana pembelajaran.
- D) Diharapkan guru dapat senantiasa melakukan penelitian tindakan kelas untuk menemukan metode-metode yang dapat meningkatkan motivasi dan hasil belajar sesuai dalam proses pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Iif Khoiru dan Sofan Amri. 2011.** *Paikem Gembrot (Mengembangkan Pembelajaran Aktif, Inovatif, Kreatif, Efektif, Menyenangkan, Gembira dan Berbobot.* Jakarta : PT Prestasi Pustakaraya
- Aryanto Budi, dan Margono. 2010.** *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan.* Jakarta : Pusbuk, Kemdiknas.
- Chandra, Sodikin Dan Achmad Esnoe Sanoesi. 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan VII.* Jakarta : Pusbuk, Kemdiknas.
- Djamarah, Syaiful Bahri, dan Aswan Zain. 2013.** *Strategi Belajar Mengajar.*Jakarta : Rineka Cipta
- Heryana, Dadan dan Giri Verianti. 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas V.* Jakarta : Pusat Perbukuan, Kementrian Pendidikan Nasional.
- Hidayat, Yusuf, Sindhu Cindar Bumi, dan Rizal Alamsyah. 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SMA X.* Jakarta : Pusbuk, Kemdiknas
- Husdarta JS., dan Yudha M. Saputra. 2013.** *Belajar Dan Pembelajaran (Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan).* Bandung : Alfabeta
- Minarsih, Tri, Acep Hadi, dan Hanjaeli. 2010.** *Asyiknya Berolahraga 4 Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.* Jakarta : Pusat Perbukuan, Kementrian Pendidikan Nasional.
- Mufid dan Najib Sulhan. 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan IV.* Jakarta : Pusat Perbukuan, Kementrian Pendidikan Nasional
- Kementrian Pendidikan Dan Kebudayaan. 2013.** *Buku Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Untuk SMP/MTs Kelas VII.* Jakarta : Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan
- Nurhuda, Hilman dan Mia Kusumawaty. 2010.** *Arena Penjas Orkes SMP IX.* Jakarta : Pusat Perbukuan, Kementrian Pendidikan Nasional.
- Roji dan Eva Yuliyanti. 2014.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan: buku siswa. Untuk SMP/MTs Kelas VIII semester I.* Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan
- Rosdiani Dini. 2013.** *Perencanaan Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan.* Bandung : Alfabeta
- Rusman. 2011.** *Model-Model Pembelajaran.* Jakarta : PT RajaGrafindo Persada
- 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
- Sarjianto Dwi, dan Sujarwadi. 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta : Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional
- Sutrisno Budi, dan Muhammad Bazan Khafadi, 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional
- Wisahati, Aan Sunjata, dan Teguh Santosa, 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta : Pusbuk, Kemdiknas
- Yamin Martinis. 2012.** *Strategi Pembelajaran Berbasis Kompetensi*. Ciputat : Referensi (GP Press Group)