

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 Kesimpulan

Dengan memperlihatkan hasil pengujian pada sebelum pelaksanaan eksperimen dan setelah pelaksanaan eksperimen menunjukkan adanya kesimpulan bahwa terjadi pengaruh yang signifikan antara skor tes awal sebelum perlakuan dan tes akhir setelah perlakuan terhadap lari sprint. Ini didasarkan pada analisis secara statistik diperoleh harga T_{hitung} lebih besar dari T_{daftar} harga t_{hitung} telah berada di dalam daerah penerimaan H_A . Maka hipotesis dalam penelitian ini berbunyi “terdapat pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe stad pada lari sprint diterima. Kekuatan lari sprint pada dasarnya merupakan salah satu aktifitas yang membutuhkan latihan untuk dapat melakukannya. Bagi siswa kelas IV SDN 2 Botupingge yang menjadi sampel dalam penelitian ini, pada umumnya tidak mengalami kesulitan dalam melakukan lari sprint setelah melakukan latihan. Hal ini terlihat pada saat pelaksanaan eksperimen yang menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar pada setiap kali pelaksanaan evaluasi untuk lari sprint.

1.2 Saran

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

1. Untuk meningkatkan lari sprint, sangat tepat menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe stad. Maka diharapkan kepada guru penjaskes maupun pelatih agar dapat menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe stad dalam pembelajaran maupun pada kegiatan latihan diluar jam sekolah.
2. 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.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Muhammad., Ilham, Arsil. 2015. *Kontribusi permainan Hitam Hijau Terhadap keterampilan Lari sprint Murid SMP NEGERI 11 Kota Jambi*. Universitas Jambi. Volume V Nomor 3 september 2015.
- Altius. 2012. *Jurnal ilmu olahraga & Kesehatan*. Universitas Sriwijaya. Volume 2, nomor 2, Juli 2012
- Antara, Wisnu., Putu, merta, yasa., Nyoman Suarjana. 2017. *Pelatihan Lari sprint jarak 20 meter 5 repetisi 4 set dan 10 repetisi 2 set terhadap kecepatan lari sprint 100 meter siswa putra peserta ekstra atletik SMP NEGERI 4 Mengwi tahun pelajaran 2015/2016*. IKIP PGRI Bali. Volume 1, Hal 28, Januari 2017.
- Arifian, Darmawan, Hajar., Vega, C,Rinata. 2015. *Perbandingan Model Pembelajaran langsung dengan model pembelajaran kooperatif tipe student teams achievement Division (STAD) terhadap hasil belajar start jongkok (Studi pada siswa kelas V SDN Geluran II Taman Sidoarjo)*. Universitas Negeri Surabaya. Volume 03 Nomor 01 Tahun 2015.
- Cahya, Johan., Musyafari, Waluyo., Setya, Rahayu. 2012. *Journal of sport sciences and Fitness*. Universitas Negeri Semarang. Volume 1 nomor 2 tahun 2012.
- Febryanto, Mone. 2016. *Upaya peningkatan hasil belajar lari cepat melalui penggunaan alat bantu pada siswa kelas V SD NEGERI 2 Cakranegara Tahun pelajaran 2016/2017*. SDN 2 Cakranegara Kota Mataram. Vol 2. No,2
- Hanafiah, Nanang., Cucu, Suhana. 2012. *Konsep Strategi Pembelajaran*. Bandung: PT Refika Aditama.

- Harloho, Lurbin. 2014. *Perbaikan aktifitas belajar biologi siswa melalui penerapan mdel pembelajaran kooperatif tipe STAD*. SMA Negeri 12 Medan. Vol. 06 No. 02 juni 2014.
- Jalil, Jasman. 2014. *Panduan muda penelitian tindakan kelas (PTK)*. Jakarta: Prestasi Pustakaraya.
- Komalasari, Kokom. 2013. *Pembelajaran Konseptual Konsep dan Aplikasi*. Bandung: Refika Aditama.
- Kurniasih, Imas., Berlin, Sani. 2015. *Ragam Pengembangan Model Pembelajaran*. Kata Pena.
- Kurniawan, Feri. 2012. *Buku Pintar Pengetahuan Olahraga*. Jakarta Timur: Laskar Aksara.
- Kusumawati, Mia. 2015. *Penelitian pendidikan PENJASORKES pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Bandung. ALFABETA.
- Mamesah, Diana, Elly. 2015. *Pengaruh latihan STEP HURDLE Terhadap peningkatan hasil Lari sprint 60 meter pada atlet Pra Remaja Putra Rawamangun ATHLETICS CENTRE (RACE)*. Universitas Islam “45” Bekasi. Volume VI, No. 1, Maret 2015.
- M. Thobrani. 2016. *Belajar & Pembelajaran Teori dan Praktik*. Yogyakarta: AR-RUZZ Media.
- Ramadani, Wulan, Sari., Vega, Candra, Dinata. 2014. *Pengaruh Model Pembelajaran kooperatif tipe Group Investigasi terhadap hasil belajar jalan cepat*. Universitas Negeri Surabaya. Volume 02 Nomor 03 Tahun 2014.

Suryani, Nunuk., Leo, Agung. 2012. *Strategi Belajar Mengajar*. Yogyakarta: Ombak.

Wiarto, Giri. 2013. *ATLETIK* :Graha ilmu.

Zuraidah dan Kemala. 2013. *Pengaruh Olahraga tradisional terhadap keterampilan Gerak Dasar Lari Jarak Pendek*. Jurnal. Universitas Pendidikan Indonesia.