

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 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 kemampuan lempar cakram pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Gorontalo. Ini didasarkan pada analisis secara statistik diperoleh harga t_{hitung} sebesar 59.68. Sedangkan dari daftar distribusi diperoleh harga t_{daftar} atau $t_{(0,995)(25)} = 2.80$. Ternyata harga t_{hitung} telah berada di dalam daerah penerimaan H_A . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_A diterima dan tidak dapat menerima H_0 . Jadi dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *explicit intruction* dapat meningkatkan kemampuan lempar cakram pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Gorontalo. Maka hipotesis dalam penelitian ini berbunyi “terdapat Terdapat pengaruh model pembelajaran *explicit intruction* terhadap kemampuan lempar cakram pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Gorontalo diterima.

5.2 Saran

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

1. Sebaiknya dalam pembelajaran penjaskes guru selalu memperhatikan materi pelajaran (strategi pembelajaran yang relevan dengan materi yang akan diberikan) agar ketrampilan siswa dapat meningkat kemampuan lempar cakram seorang guru harus menggunakan model pembelajaran *explicit intruction*.
2. Guru harus menciptakan suasana yang selalu menyenangkan dan manarik sehingga siswa termotivasi untuk mengikuti mata pelajaran tersebut yakni penerapan model pembelajaran *explicit intruction* sehingga pembelajaran siswa aktif dapat terwujud.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji Bayu Setyo Gandy dkk. 2015. *Analisis Biomekanika Ketrampilan Gerak Lempar Cakram Pada Atlet Berprestasi Popda Jawa Tengah Tahun 2013*. JSSF 4 (3) (2015). Semarang.
- Adinata Candri Yuda dan Utama. 2017. *Dampak Startegi Pembelajaran Terhadap Hasil belajar Matematika Ditinjau Dari Kosentrasi Belajar Siswa SMP*. KNPMP II. Surakarta.
- Andriyani Yeni dkk. 2014. *Penerapan Pembelajaran lempar cakram gaya menyamping Menggunakan Metode Sitektif Dalam Rangka Menumbuhkan Minat Dan Kreativitas Gerak Siswa Kelas XI Akutansi 1 SMK Negeeri 1 Nanga Pinoh*. Jurnal Pnjaskes Rek ISSN :2252-8148.
- Halek Hi. Dahri. 2015. *Penerapan Pembelajaran Koperatif Tipe Explicit Instruction Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Geografi Pada Materi Dinamika Litosfer Siswa Kelas X²SMA Negeri 2 Kota Ternate*. EDUKASI- Jurnal Pendidikan Vol. 13 No. 2 Juni 2015. Kota Ternate
- Jarver Jess . 2014. *Belajar dan Berlatih Atletik*. CV. Pionir Jaya : Bandung.
- Kusumawati Mia.2015.*Penelitian Pendidikan Penjasorkes*. Alfabeta CV : Bandung.
- Munzir. 2014. *Pendekatan Bermain Pada Pokok Bahasan Lempar Cakram Untuk Ketuntasan Hasil Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Jurnal Sport Pedagogy Vol. 4 No. 2. Agustus 2014.
- Pujiati Faridah Sri. 2017. *Penerapan Model Explicit Instruction Berbantuan Media Petak Perkalian Dalam Materi Belajar Kelipatan Dan Faktor Suatu*

Bilangan. Jurnal Penelitian Tindakan Kelas Vol. 18, No 1, Januari 2017.
Jawa Tengah.

Riduwan dan Akdon. 2013. *Rumus dan Data dalam Analisis Statistika*. Alfabeta:
Bandung.

Roestiyah. 2012. *Strategi Belajar Mengajar*. PT. Rineka Cipta : Jakarta.

Sholafudin Sofyan dan Roesdiyanto. 2017. *Pengembangan Model Latihan
Perphase dalam Teknik Dasar Lempar Cakram Gaya Circle Atlet Lempar
Cakram Pemula*. IPJ 1 (2) (2017). Malang.

Sidik Dikdik Zafar. 2014. *Mengajar dan Melatih Atletik*. PT Remaja Rosdakarya :
Bandung.

Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Alfabeta CV: Bandung.

Sumirat Ari Lusua. 2014. *Efektifitas Strategi Pembelajaran Kooperatif Tipe Think-
Talk-Write (TTW) Terhadap Kemampuan Komunikasi Dan Disposisi
Matematis Siswa*. Jurnal Pendidikan dan Keguruan Vol. 1 No. 1, 2014,
artikel 3.

Syarifudin, dkk. 2011. *Strategi Belajar Mengajar*. Diadit Media : Jakarta.

Yanti. 2017. *Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Explicit Instruction
(EI) Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Tingkat II Pada Mata Kuliah
Pelayanan Keluarga Berencana (KB) Di Prodi DIII Kebidanan Stikes
Ranah Minang Padang*. Jurnal Ilmu Kesehatan (JIK) Oktober. Minang
Padang.

Yundarwati Susi dan Primayanti Intan. 2016. *Hubungan Antara Kekuatan Otot
Lengan dan Panjang Lengan Prestasi Lempar Cakram Pada Siswa Kelas X*

SMAN 3 Praya Tahun Pelajaran 2015/2016. JIME Vol. 2 No 1. April 2016.
Mataram.