

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 explicit instruction memberikan pengaruh terhadap kemampuan roll depan pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Telaga. ” Dapat diterima .

Model pembelajaran explicit instruction dapat memberikan kontribusi kemampuan roll depan. Hal ini dipengaruhi oleh hasil yang dilakukan setelah eksperimen, dalam hal ini dapat dikatakan bahwa model pembelajaran explicit instruction dapat memberikan pengaruh yang baik terhadap kemampuan roll depan.

5.2 Saran

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

1. Untuk meningkatkan kemampuan roll depan, sangat tepat digunakan model pembelajaran explicit instruction maka diharapkan kepada guru penjaskes maupun pelatih agar dapat menerapkan model pembelajaran explicit instruction baik dalam pembelajaran maupun pada kegiatan latihan diluar jam sekolah.
2. Bentuk model pembelajaran explicit instruction 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 kemampuan roll depan serta kemampuan dasar yang harus dimiliki oleh seseorang atlit yang berprestasi dalam olahraga.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah Sani, Ridwan. (2013). *Inovasi Pembelajaran*. Jakarta, PT Bumi Aksara.
- Adiyanto. Aka Biasworo. (2009). *Cerdas dan bugar dengan SENAM LANTAI*. Surabaya.
- Aqib,Zainal.(2013).*Model-model, media, dan strategi pembelajaran kontekstual (inovatif)*. Bandung, yrama widya.
- Asmani, Jamal Ma'mur. (2013).*7 Tips Aplikasi PAKEM (Pembelajaran Aktif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan)*.Cetakan X, Jogjakarta, DIVA Press (Anggota IKAPI).
- Daryanto.(2013). *Inovasi Pembelajaran Efektif*. Bandung, yrama widya
- Rahman, Mohammad. Dan Amri, Sofan. (2013). *Strategi dan Desain Pengembangan Sistem Pembelajaran*. Cetakan pertama, Jakarta-Indonesia, Prestasi Pustakaraya.
- Hafid, Tamudi B. Dan Rithudin Ahmad. (2011). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan kesehatan*. Jakarta, Pusat Kurikulum dan Perbukua, Kementrian Pendidikan Nasional.
- Hidayat Yusup, Dkk. (2010). *Pendidikan jasmani, olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta, Pusat perbukuan, Kementerian Pendidikan nasional.
- Husdarta, JS.danSaputra, Yudha M.(2013). *Belajar Dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Bandung, ALFABETA, cv.
- Taniredja, Tukiran. Dkk.(2013). *Model-model pembelajaran inovatif dan efektif*. Bandung, Alvabeta.
- Jhon dan Jean Traetta Mary. (2008). *DASAR-DASAR SENAM*. Bandung, Angkasa.
- Kusumawati Mia. (2015). *Penelitian Pendidikan PENJASORKES*, Bandung. Alfabeta.
- Komara. Endang . (2014). *Belajar dan pembelajaran interaktif*. Bandung, PT Refika Aditama.
- Ma'mur. Asmani Jamal. (2014). *7 tips Aplikasi pekan (Pembelajaran Aktif,Efektif, dan Menyenangkan)*. Yokyakarta, Dive Press (anggota IKAPI)

Muhajir, dan Sutrisno Budi. (2013). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Jakarta, Politeknik Negeri Media Kreatif.

Rahman, Mohammad dan Amri Sofan. (2013). *Strategi dan Desain Pengembangan Sistem Pembelajaran*. Cetakan pertama, Jakarta-Indonesia, Prestasi Pustakaraya.

Roji, dan Yulianti Eva.(2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta, Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.

Rosdiani, Dini. 2012. *Model Pembelajaran Pembelajaran Langsung Dalam Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Bandung: ALFABETA

Rusman. (2013). *Belajar dan Pembelajaran Berbasis Komputer*, bandung, ALFABETA,cv

Sudrajat, Akhmad. 2008. *Cooperative Learning-teknik Jigsaw*. <http://akhmadsudrajat.wordpress.com>.

Sugiyono. (2013). *STATISTIKA untuk PENELITIAN*. Bandung, Alfabeta.

Slavin, Robert E. 2005. *Cooperative Learning (cara efektif dan menyenangkan pacu prestasi seluruh peserta didik)*. Bandung: Nusa Media.

Suroto. (2004). Buku pegangan Kuliah PENGERTIAN SENAM, MANFAAT SENAM DAN URUTAN GERAKAN.

Suryani, Nunuk dan Agung Leo. (2012). *Strategi Belajar Mengajar*, Yogyakarta, ombak.