

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dengan menggunakan metode *VAK (Visual, Auditory, Kinestetik)* dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya melenting pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Secanggang Kab. Langkat Tahun Ajaran 2013 / 2014.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti menyarankan sebagai berikut:

1. Metode *VAK* merupakan metode pembelajaran yang dapat dipergunakan dalam meningkatkan hasil belajar siswa khususnya Lompat Jauh Gaya Melenting.
2. Bagi guru dan calon guru khususnya guru pendidikan jasmani hendaknya menggunakan metode pembelajaran yang baik dalam proses pembelajaran yang tepat sesuai dengan karakteristik siswa sehingga hasil belajar siswa dapat terus ditingkatkan.
3. Masukan kepada peneliti berikutnya yang ada kaitannya dengan penelitian ini.
4. Sebagai rujukan bagi mahasiswa dan peneliti yang lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Krisyanto (2010). **Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Dalam Pendidikan Jasmani & Kepeleatihan Olahraga**. Cetakan 1. Surakarta. UNS Pres.
- Aip Syarifuddin (1992). **Atletik**. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Aqib, Zainal (2010). **Pendidikan Tindakan Kelas Untuk Guru**. Jakarta: Yrama Widya.
- Bashori, K. (2001). *Kelas Bukan Kuburan*. Majalah Gerbang Pendidikan Edisi no.1/Tahun 1.Hal 38-39 : [http:// mediadiknas.go.id/ medical document/5406.pdf](http://mediadiknas.go.id/medical/document/5406.pdf).
- Colin Rose, Nicholl,J.M. (2003). *Accelerated Learning For the 21st Century*. Alih bahasa Dedi Ahimsa. Penerbit Nuansa. Bandung.
- Hamalik, Oemar. (2001). *Prose Belajar Mengajar*. Jakarta, Bumi Aksara.
- Herald Muller, Wolfgang Ritzdorf (2000). **Pedoman Resmi Mengajar Atletik**. Alih bahasa Suyono Danusyogo. Penerbit Staf Sekretariat IAAF-RDC. Jakarta.
- Lou Russell (2011). **The Accelereted Learning Fieldbook**. Alih bahasa M. Irfan Zakkie. Penerbit Nusa Media. Bandung.
- Meier, Dave (2002). *The accelerated Learning Handbook*. Alih bahasa Rahmani Astuti. Penerbit Kaifa. Bandung.
- M. Yusuf Adisasmita (1992). **Olahraga Pilihan Atletik**. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Nana Sudjana, (2009). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*, Bandung : PT Remaja Rosda Karya.

Rusli Lutan, (2000). *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan. Jakarta.

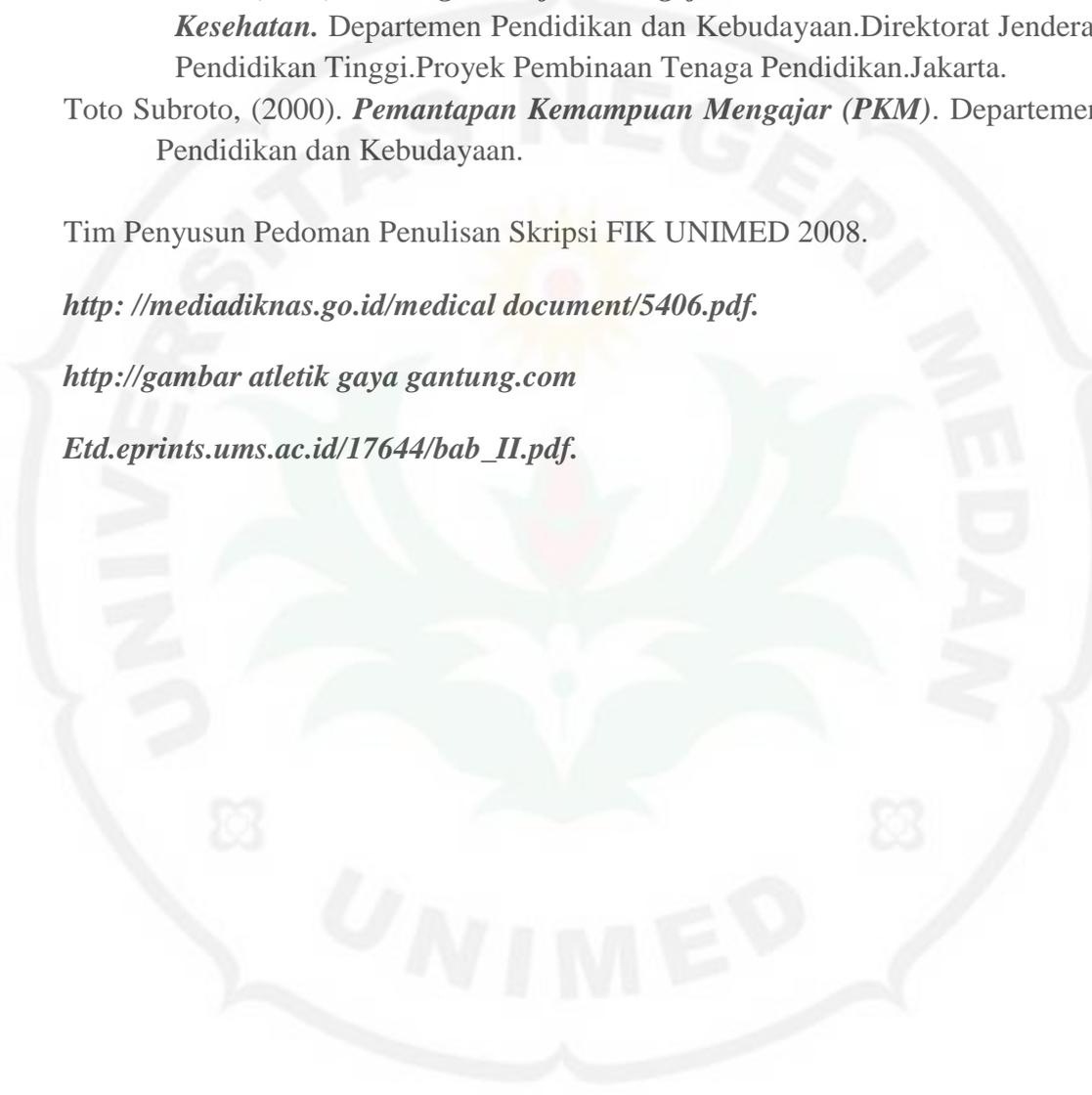
Toto Subroto, (2000). *Pemantapan Kemampuan Mengajar (PKM)*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Tim Penyusun Pedoman Penulisan Skripsi FIK UNIMED 2008.

[http://mediadiknas.go.id/medical document/5406.pdf](http://mediadiknas.go.id/medical%20document/5406.pdf).

[http://gambar atletik gaya gantung.com](http://gambar.atletik.gaya.gantung.com)

Etd.eprints.ums.ac.id/17644/bab_II.pdf.



UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
UNIMED

THE
Character Building
UNIVERSITY