

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan hasil penelitian tentang peningkatan kemampuan gerak Senam Kebugaran Sumatera Utara (SKSU) dengan Penerapan Desain Model Pembelajaran Model PPSI (Prosedur Pengembangan Sistem Instruksional) pada Siswa SMP Kelas VIII Yayasan Pendidikan HKBP Sidorame Medan Tahun Ajaran 2014/2015 diperoleh beberapa kesimpulan yaitu :

1. Dengan Penerapan Desain Model Pembelajaran Model PPSI (Prosedur Pengembangan Sistem Instruksional) dapat dijadikan alternative untuk Meningkatkan Kemampuan Gerak Senam Kebugaran Sumatera Utara (SKSU), proses penerapan PPSI dapat membuat siswa lebih memahami dan mengerti langkah-langkah Senam Kebugaran Sumatera Utara, karena siswa melakukan gerakan Senam Kebugaran Sumatera Utara berulang-ulang dengan langkah dari penerapan desain pembelajaran model PPSI tahap demi tahap sehingga siswa terbiasa dan mampu melakukan Senam Kebugaran Sumatera Utara sehingga terjadi peningkatan kemampuan gerak Senam Kebugaran Sumatera Utara pada siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani siswa kelas VIII SMP Yayasan Pendidikan HKBP Sidorame Medan Tahun Ajaran 2014/2015 yang dibuktikan dengan rendahnya nilai rata-rata siklus I yaitu sebesar 66,07 (64,28%) dan meningkat setelah dilakukan pembelajaran siklus II dengan nilai rata-rata yaitu

sebesar 85,71 (85,71%). Aktivitas belajar siswa juga mengalami peningkatan dari rata-rata setelah siklus I 66,07% naik menjadi 85,71%.

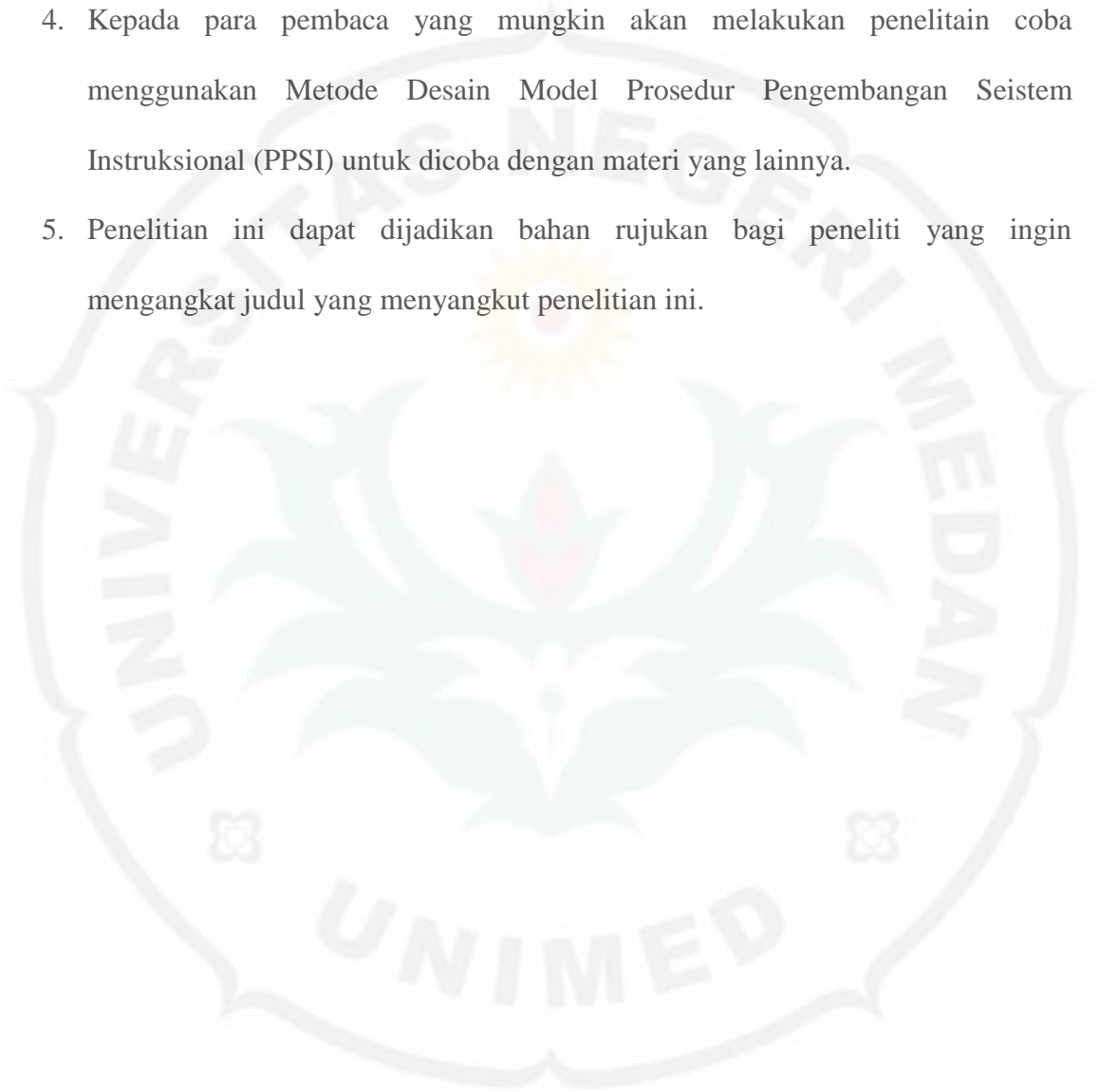
2. Bahwa Desain PPSI dapat diterapkan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam Senam kebugaran Sumatera Utara. Penggunaan Penerapan Desain Model PPSI dapat lebih memudahkan siswa untuk belajar Senam Kebugaran Sumatera Utara.

B. Saran

Sebagai saran dapat diberikan peneliti sebagai berikut :

1. Disarankan dalam pembelajaran pendidikan jasmani menggunakan penerapan desain pembelajaran model PPSI ini untuk lebih memahami dalam pelaksanaannya sesuai dengan desain yang sudah dijelaskan dalam memperbaiki proses pembelajaran Senam kebugaran Sumatera Utara (SKSU).
2. Kepada guru pendidikan jasmani diharapkan mampu memanfaatkan peralatan yang ada dan dapat digunakan sebagai media dan mampu memodifikasi peralatan yang ada dan terus berinovasi dalam menggunakan metode-metode pembelajaran dalam proses pembelajaran.
3. Kepada para teman-teman mahasiswa FIK UNIMED diharapkan untuk dapat mencoba melakukan model penelitian tindakan kelas (PTK) dengan menggunakan Desain Model Prosedur Pengembangan Sistem Instruksional (PPSI).

4. Kepada para pembaca yang mungkin akan melakukan penelitian coba menggunakan Metode Desain Model Prosedur Pengembangan Sistem Instruksional (PPSI) untuk dicoba dengan materi yang lainnya.
5. Penelitian ini dapat dijadikan bahan rujukan bagi peneliti yang ingin mengangkat judul yang menyangkut penelitian ini.



THE
Character Building
UNIVERSITY