## **BAB V**

## **PENUTUP**

Berdasakan hasil analisis data dalam penelitian ini tentang peningkatan keterampilan lari estafet melalui model *explicit instruction*, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

## a. Simpulan

- 1. Penerapan pembelajaran lari estafet melalui model *explicit instruction* selama pelaksanaan kegiatan pembelajaran penjaskes sangat baik. Hal ini dapat dilihat pada siklus I aktivitas guru memperoleh nilai akhir 77 (cukup baik) dan kegiatan aktivitas siswa mendapatkan nilai akhir 65 (cukup baik). Pada siklus II aktivitas guru 85 (baik) dan aktivitas siswa mengalami kenaikan menjadi 78 (cukup baik). Kemudian pada siklus III aktivitas guru mendapat nilai akhir 88 (baik) dan aktivitas siswa mengalami kenaikan menjadi 83 (baik). Berdasarkan peningkatan-peningkatan yang terjadi antara siklus I, siklus II dan siklus III, maka penerapan model *explicit instruction* telah dilaksanakan dengan baik.
- 2. Terdapat peningkatan keterampilan lari estafet siswa kelas IV MINU Sumokali Sidoarjo sesudah menerapkan model *explicit instruction*. Model *explicit instruction* dapat meningkatkan keterampilan lari estafet. Hal ini dapat dilihat pada hasil wawancara dengan guru mata pelajaran Penjaskes pada pra siklus prosentase ketuntasan belajar siswa adalah sebesar 47,6%. Kemudian pada siklus I diperoleh prosentase ketuntasan

belajar sebesar 66,66% (terjadi peningkatan 26.66%). Namun prosentase yang didapat pada siklus I lebih baik dibanding dengan prosentase pra siklus, nilai pada siklus I belum sesuai dengan indikator yang ditentukan sehingga diperbaiki pada siklus II yang mendapatkan prosentase ketuntasan belajar tinggi sebesar 86% (terjadi peningkatan 19,34%) sehingga pada siklus II ini belum dikatakan berhasil dan belum mencapai indikator yang telah ditentukan. Oleh karena itu diperbaiki pada siklus III yang mendapatkan prosentase ketuntasan belajar tinggi sebesar 90,4% (terjadi peningkatan 23,74%). Rata-rata pada siklus I sebesar 69,5, siklus II sebesar77,14 dan siklus III sebesar 82,8. Oleh sebab itu sudah dikatakan berhasil dan mencapai indikator yang telah diharapkan dengan baik.

## b. Saran

Berdasarkan simpulan penelitian diatas, peneliti dapat mengajukan saransaran sebagai berikut:

a. Untuk meningkatkan keterampilan guru dalam keterampilan lari estafet, sebaiknya guru membuat rencana perangkat pembelajaran mengenai materi yang akan disampaikan dengan cakupan metode pembelajaran, strategi pembelajaran, dan model pembelajaran. Selain itu sumber belajar yang akan digunakan harus direncanakan. Dengan cara itu agar siswa dapat mengasah rasa ingin tahunya dan berpikir kritis.

- b. Untuk meningkatkan aktivitas siswa dalam proses pembelajaran lari estafet khususnya sering-sering terjadinya timbal balik antara guru dan siswa. Selain itu guru sesering mungkin memotivasi siswa.
- c. Pembelajaran di kelas hendaknya menggunakan kominasi kerja kelompok, saling bertukar pendapat. Tujuannya agar siswa termotivasi dengan teman satu kelompoknya dan siswa bisa mempraktikkan dengan

