

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa ada peningkatan hasil belajar lari *sprint* dengan menggunakan media audiovisual pada siswa kelas XI IPA II SMA NEGERI 11 Medan Tahun Ajaran 2017/2018.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka peneliti menyarankan sebagai berikut :

1. Diharapkan kepada guru olahraga untuk tetap menggunakan media audiovisual khususnya pada materi lari *sprint* dan mata pelajaran lainnya.
2. Bagi guru dan calon guru khususnya guru pendidikan jasmani hendaknya menggunakan media pembelajaran yang baik dalam proses pembelajaran yang tepat sesuai dengan karakteristik siswa sehingga hasil belajar siswa dapat terus ditingkatkan.
3. Kepada teman-teman mahasiswa FIK UNIMED untuk dapat mencoba melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan menggunakan media audiovisual pada materi pembelajaran lari *sprint*.