

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dengan menerapkan proses pembelajaran lari *sprint* melalui pendekatan saintifik dan pendekatan bermain pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 01 Medan dapat meningkatkan nilai hasil belajar siswa.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian maka diajukan saran-saran sebagai berikut, adapun saran-saran tersebut adalah:

1. Disarankan kepada guru Pendidikan Jasmani SMP Muhammadiyah 01 Medan dapat menerapkan proses pembelajaran melalui modifikasi alat dan pendekatan teknik yang disesuaikan karena hal ini dapat membangkitkan semangat belajar siswa.
2. Kepada para peneliti selanjutnya terutama mahasiswa FIK UNIMED agar dapat mencoba melakukan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan pembelajaran melalui modifikasi alat dan pendekatan teknik.
3. Semoga skripsi ini sebagai bahan acuan bagi peneliti lain yang ingin melanjutkan penelitian ini untuk lebih luas lagi.
4. Semoga skripsi ini dapat menjadi rujukan bagi guru-guru penjas di sekolah untuk mengembangkan proses pembelajaran.