

BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Bedasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan , adapun kesimpulan dalam penelitian ini adalah

1. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan hasil antara pre test dan post test untuk kelas eksperimen dan kelas kontrol. menunjukkan bahwa pada kelas eksperimen hasil pretest menunjukkan bahwa mayoritas siswa masih belum melakukan langkah langkah yang sesuai dengan indikator, setelah diberikan setelah post test terjadi perubahan kemampuan lom[at jauh siswa
2. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang diberikan pembelajaran *Discovery learning* memiliki kemampuan lompat jauh yang lebih baik dibandingkan kelas kontrol yang tidak diberikan model *Discovery learning*
3. Temuan dari penelitian ini mengungkapkan bahwa Paired Samples Test menghasilkan nilai t sebesar 11.241 dan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0.000, yang lebih kecil dari 0.05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan pada performa lompat jauh siswa antara pre-test dan post-test pada kelas eksperimen dan kontrol. Dan juga hasil t-test for Equality of Means menunjukkan nilai t sebesar 14.131 dan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0.000, yang lebih kecil dari 0.05. bahwasanya Posttest eksperimen lebih berpengaruh dibandingkan posttest kontrol. Penelitian ini mendukung hipotesis yang menyatakan bahwa model discovery learning berpengaruh positif terhadap hasil lompat jauh pada siswa kelas XI di SMK Negeri 2 Medan.

5.2. Saran

1. Bagi Lembaga Pendidikan

- Lembaga pendidikan perlu lebih mendukung dan menyediakan fasilitas yang memadai dalam pembelajaran Penjas, terutama dalam materi lompat jauh. Dukungan ini dapat mencakup penyediaan lapangan yang sesuai, papan tumpuan, serta pelatihan rutin untuk meningkatkan keterampilan siswa.
- Selain itu, pihak sekolah bisa memberikan pelatihan tambahan atau mendatangkan narasumber ahli untuk memberikan panduan teknis yang lebih mendalam dalam olahraga lompat jauh, sehingga siswa dapat mempraktikkan dan mengembangkan keterampilan dengan lebih baik.

2. Bagi Guru

- Guru diharapkan untuk terus semangat dan tidak mudah menyerah, serta mampu memberikan motivasi yang berkelanjutan kepada siswa selama proses pembelajaran. Ini bertujuan agar siswa tidak mudah merasa bosan atau malas dalam mempelajari materi lompat jauh gaya jongkok.
- Guru juga perlu menciptakan suasana pembelajaran yang menarik dan interaktif agar siswa lebih terlibat secara aktif dalam setiap sesi. Misalnya, guru bisa melakukan simulasi lomba lompat jauh atau mengajak siswa untuk menonton video teknik lompat jauh sebagai variasi pembelajaran.

3. Bagi Siswa

- Siswa perlu lebih giat dan antusias dalam mengikuti pembelajaran, serta menghargai setiap usaha guru dalam mengajarkan materi. Pemahaman dan pengalaman yang diperoleh selama proses belajar akan memberikan

manfaat baik dalam hal kesehatan jasmani maupun pengembangan keterampilan motorik.

4. **Bagi Peneliti**

- Eksplorasi penelitian yang dilakukan dapat dimanfaatkan sebagai panduan atau referensi bagi peneliti lain dalam bidang olahraga dan pendidikan jasmani untuk mengembangkan riset lanjutan.
- Peneliti juga didorong untuk menerapkan strategi serta prosedur penelitian yang lebih kompleks dan modern dalam meneliti aspek-aspek baru, sehingga hasil penelitian dapat memberikan sumbangan signifikan bagi pengembangan metode pembelajaran Penjas yang lebih inovatif.

