

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan variasi pembelajaran lempar simpai dapat meningkatkan hasil belajar lempar cakram gaya menyamping pada siswa kelas VII SMP N 6 Limapuluh Tahun ajaran 2015/2016. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari hasil belajar pada siklus I diperoleh 19 orang (57,57%) yang telah mencapai ketuntasan belajar, dan pada siklus II diperoleh 28 orang (84,84%) yang telah mencapai ketuntasan belajar.

#### **B. Saran**

Dari hasil-hasil penelitian dari kesimpulan di atas maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut :

1. Kepada Guru Pendidikan Jasmani SMP Negeri 6 Limapuluh Kecamatan Limapuluh Kabupaten Batu Bara untuk menerapkan penggunaan variasi pembelajaran dengan materi lempar cakram kerana hal ini dapat membangkitkan semangat belajar siswa, juga pada materi-materi yang lainnya.
2. Dari hasil penelitian ditemukan banyak siswa tidak memahami penggunaan teknik dasar lempar cakram gaya menyamping yang benar, disarankan pada guru agar melaksanakan pembelajarn melalui variasi pembelajaran ini, diharapkan dapat memotivasi siswa untuk lebih semangat dalam belajar.

3. Masukan kepada peneliti berikutnya yang ada kaitannya dengan penelitian ini.
4. Kepada para pembaca yang mungkin akan melakukan penelitian dengan menggunakan variasi pembelajaran kiranya dapat mencoba dengan materi menggunakan pelajaran yang lainnya.

Dan diharapkan hasil penelitian ini menjadi acuan juga bagi rekan-rekan mahasiswa berikutnya dalam penelitian tindakan kelas khususnya dalam variasi pembelajaran.