

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil belajar siswa pada siklus I setelah tes hasil belajar I dapat dilihat bahwa kemampuan awal siswa dalam melakukan teknik lompat jauh gaya jongkok masih rendah. Dari 42 orang siswa terdapat 29 orang (69.04%) yang telah mencapai ketuntasan belajar, sedangkan 13 orang (30,96%) belum mencapai ketuntasan belajar. Dengan nilai rata-rata hasil belajar siswa adalah 71.13. Sedangkan pada siklus II dapat dilihat bahwa kemampuan siswa dalam melakukan tes hasil belajar secara klasikal sudah meningkat. Dari 42 orang siswa terdapat 38 orang (90.47%) yang telah mencapai ketuntasan belajar, sedangkan 4 orang (9.53%) belum mencapai ketuntasan belajar. Dengan nilai rata-rata hasil belajar siswa adalah 82.44. Berdasarkan hal itu maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran melalui media rintangan berupa rintangan-rintangan dapat meningkatkan hasil belajar atletik nomor lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Tanjung Pasir, Kec. Kualuh Selatan, Kab. Labuhan Batu Utara tahun ajaran 2011/2012.

B. Saran

Sebagai saran yang dapat diberikan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Disarankan kepada guru Pendidikan Jasmani SMP Negeri 3 Tanjung Pasir, Kec. Kualuh Selatan, Kab. Labuhan Batu Utara untuk mempertimbangkan penggunaan

melalui media rintangan dengan meteri yang disesuaikan karena hal ini dapat membangkitkan semangat belajar siswa.

2. Dari hasil penelitian ditemukan kebanyakan siswa tidak berani mengajukan pendapat ataupun pertanyaan tentang hal-hal yang belum dimengerti secara langsung kepada guru ketika proses pembelajaran berlangsung, maka disarankan kepada guru yang akan melaksanakan strategi ini diharapkan dapat mempelajari bagaimana cara memotivasi siswa untuk berani berbicara ataupun bertanya.
3. Kepada para teman-teman mahasiswa FIK UNIMED untuk dapat mencoba melakukan model Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan menggunakan media rintangan.
4. Kepada para pembaca yang mungkin akan melakukan penelitian dengan menggunakan media rintangan kiranya dapat mencoba dengan materi pelajaran yang lainnya.