

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran lompat jauh dengan media gambar dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas X di SMK Harapan Stabat Tahun Ajaran 2011/2012”..

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian ini sangat bermanfaat bagi :

1. Kepada guru olahraga diharapkan untuk melakukan pembelajaran dengan media audio visual dan media gambar sebagai sarana dalam proses pembelajaran khususnya pada materi lompat jauh yang dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh siswa.
2. Kepada guru olahraga diharapkan mampu menggunakan teknologi yang ada sebagai media dalam proses pembelajaran.
3. Kepada guru olahraga diharapkan untuk lebih memperhatikan bentuk latihan yang sesuai untuk meningkatkan hasil belajar siswa.
4. Kepada guru olahraga dapat memahami teknologi audio visual sebagai sarana dalam penyampaian materi pelajaran khususnya dalam materi lompat jauh.