

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dari data rata-rata dan persentase hasil proses pembelajaran lempar dapat disimpulkan bahwa pembelajaran lempar bola melalui variasi permainan seperti permainan pecah-piring dan bola bengek dapat memberikan pengaruh secara signifikan terhadap proses pembelajaran lempar bola dalam permainan bola kasti bagi siswa kelas IV SD Muhammadiyah 09 Medan perjuangan dengan Nilai rata-rata pada tes awal 63,54 % ( Tidak tuntas ), pada pelaksanaan pos-test I nilai rata-rata siswa tes awal meningkat menjadi 69,79% ( Tidak tuntas ), dan pada pelaksanaan pos-test II nilai rata-rata siswa telah mencapai 85,07% ( Tuntas ).

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan diatas maka peneliti menyarankan :

1. Agar guru Pendidikan Jasmani sekolah Dasar hendaknya pelaksanaan pembelajaran lempar bola dalam permainan bola kasti disajikan dalam bentuk bermain dan permainan.
2. Diharapkan kepada seluruh SD Muhammadiyah 09 Medan perjuangan, agar lebih giat lagi dalam belajar pendidikan jasmani khususnya lempar bola melambung dalam permainan bola kasti dengan bermain dan permainan.
3. Agar guru Penjas di sekolah dapat mengenalkan permainan teradisional kedalam pembelajaran penjas disekolah.