

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

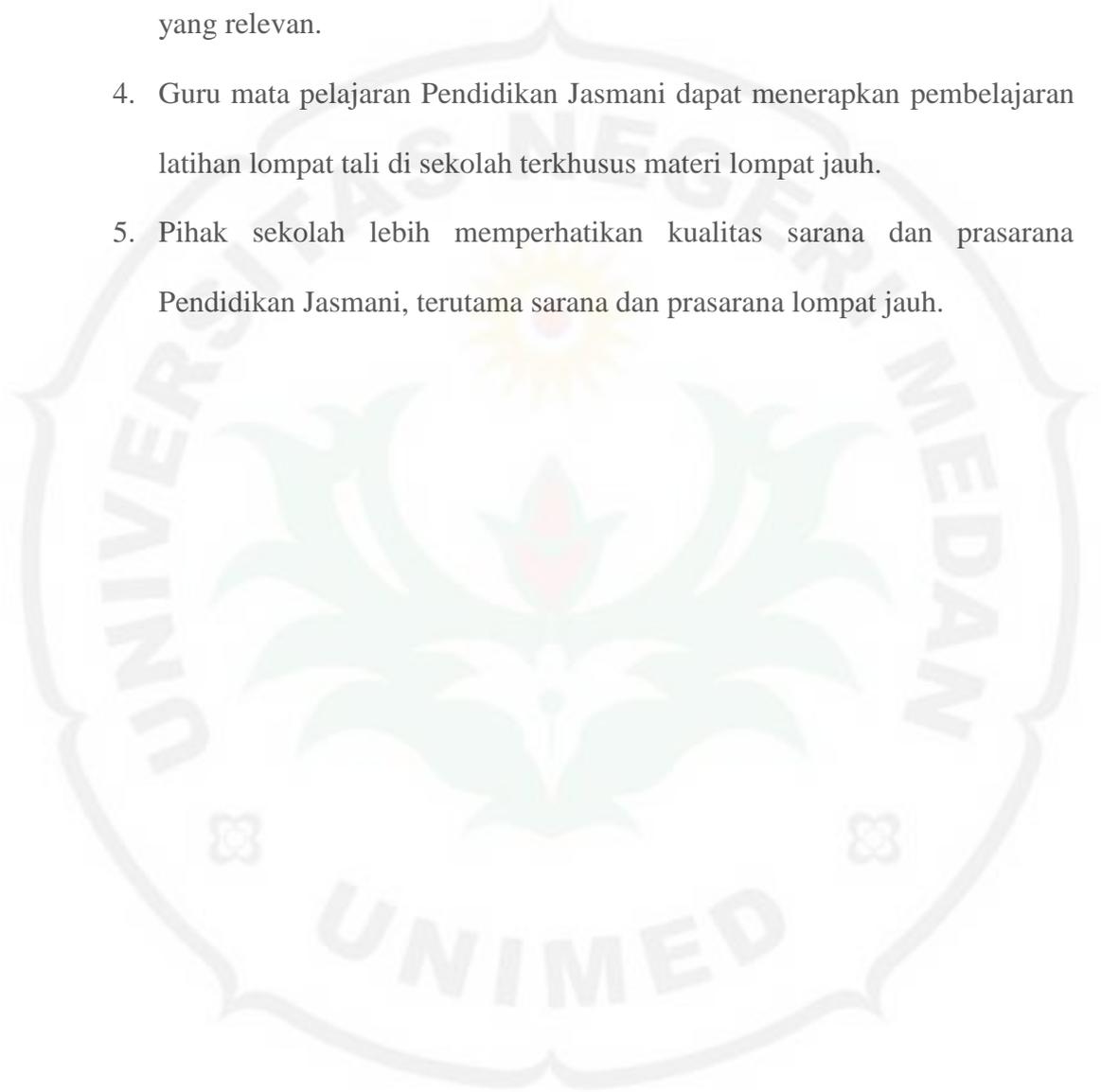
1. Penggunaan pembelajaran latihan lompat tali dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh pada siswa kelas X SMA Negeri 5 Pematangsiantar Tahun Ajaran 2012/2013.
2. Penggunaan pembelajaran latihan lompat tali baik digunakan dalam pembelajaran lompat jauh karena dapat meningkatkan hasil belajar siswa.
3. Nilai rata-rata pada tes Awal 51,56% (tidak tuntas), pada tes Siklus I 70,31% (Tidak tuntas), dan pada saat pelaksanaan tes Siklus II nilai rata-rata siswa telah mencapai 79,51% (Tuntas).
4. Penerapan pembelajaran melalui pendekatan bermain memberikan efek positif terhadap siswa yaitu lebih mandiri dan senang dalam pelaksanaan pembelajaran sehingga siswa tersebut mampu melaksanakan pembelajaran sesuai dengan tingkatan kemampuan siswa tersebut.

B. Saran

Dari hasil penelitian dan kesimpulan di atas, maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut :

1. Pembelajaran latihan lompat tali dapat diterapkan pada pembelajaran lompat jauh.
2. Diharapkan pembelajaran latihan lompat tali dapat dilakukan secara berkesinambungan pada materi lompat jauh lainnya.

3. Sebagai bahan acuan bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian yang relevan.
4. Guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani dapat menerapkan pembelajaran latihan lompat tali di sekolah terkhusus materi lompat jauh.
5. Pihak sekolah lebih memperhatikan kualitas sarana dan prasarana Pendidikan Jasmani, terutama sarana dan prasarana lompat jauh.



THE
Character Building
UNIVERSITY