

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

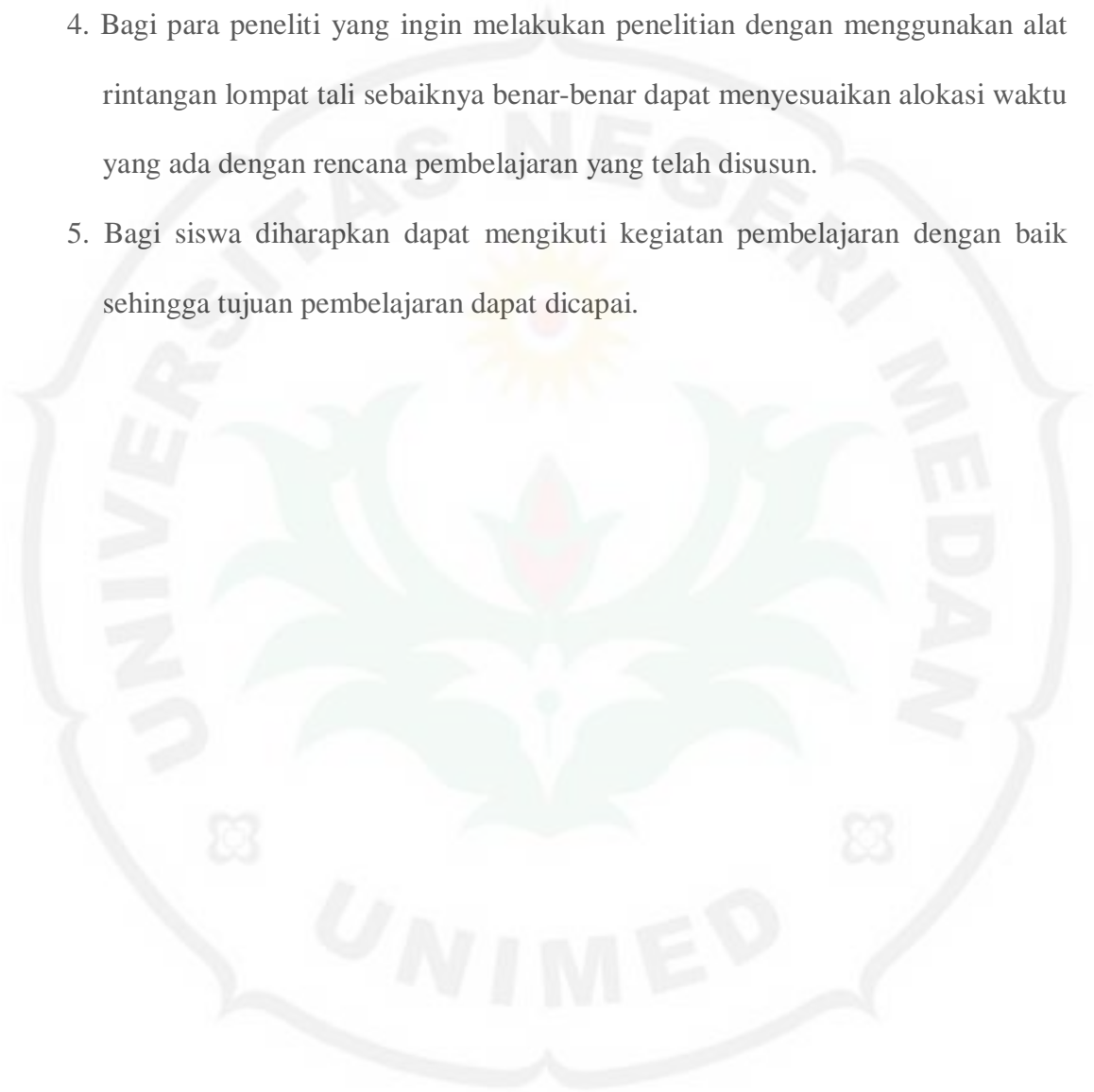
Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan alat rintangan lompat tali dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok bagi siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Parlilitan Tahun Ajaran 2014/2015.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas maka peneliti menyarankan:

1. Bagi guru terkhusus guru mata pelajaran pendidikan jasmani untuk menjadikan alat rintangan lompat tali sebagai salah satu alternatif dalam mengajar khususnya materi lompat jauh gaya jongkok dalam upaya meningkatkan hasil belajar siswa. Melalui pembelajaran ini siswa akan lebih tertarik dan termotivasi, sehingga siswa lebih aktif belajar dan dapat merasakan suasana belajar yang menyenangkan dan bermakna.
2. Refleksi terhadap kinerja pembelajaran perlu dilaksanakan guru pada setiap selesai melaksanakan pertemuan kegiatan pembelajaran, sebab dengan kegiatan ini segala kelemahan dan kelebihan kegiatan pembelajaran yang dikembangkan dapat diketahui dan ditindak lanjuti ke arah peningkatan.
3. Agar pihak sekolah lebih memperhatikan kualitas sarana dan prasarana belajar pendidikan jasmani

4. Bagi para peneliti yang ingin melakukan penelitian dengan menggunakan alat rintangan lompat tali sebaiknya benar-benar dapat menyesuaikan alokasi waktu yang ada dengan rencana pembelajaran yang telah disusun.
5. Bagi siswa diharapkan dapat mengikuti kegiatan pembelajaran dengan baik sehingga tujuan pembelajaran dapat dicapai.



THE
Character Building
UNIVERSITY