

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan bahwa “Melalui Pendekatan Bermain dapat meningkatkan hasil belajar lari *sprint* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Stabat tahun ajaran 2016/2017”.

B. Saran

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

1. Melalui pendekatan bermain dapat dijadikan alternative bagi guru untuk diterapkan pada materi lari *sprint*.
2. Melalui pendekatan bermain, pembelajaran sangat menarik, inovatif dan variatif dalam pelaksanaannya terkhusus dalam teknik dasar lari *sprint*. Untuk itu, diharapkan penerapan pendekatan bermain dapat dilakukan secara kesinambungan pada materi yang lainnya.
3. Kepada teman-teman FIK UNIMED agar dapat mencoba melakukan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan penerapan pendekatan bermain dalam proses pembelajaran pada materi lainnya.