

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa “Dengan Menggunakan Variasi Permainan Lompat Tali Dapat Memperbaiki Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas IX Swasta Muhammadiyah-59 Kecamatan Panai Hulu, Kabupaten Labuhan Batu Tahun Ajaran 2016/2017”.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas maka peneliti menyarankan:

1. Agar guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SMP Swasta Muhammadiyah Kecamatan Panai Hulu, Kabupaten Labuhan Batu untuk mempertimbangkan penggunaan media variasi permainan lompat tali disesuaikan dengan materi pembelajaran.
2. Kepada teman-teman jurusan PJKR FIK UNIMED agar dapat mencoba melakukan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dan pengajaran di sekolah dengan menggunakan variasi permainan lompat tali.
3. Kepada para pembaca yang mungkin akan melakukan penelitian dengan menggunakan *variasi permainan lompat tali* kiranya dapat mencoba dengan materi yang lainnya.
4. Dan diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan panduan bagi rekan-rekan mahasiswa berikutnya dalam penelitian tindakan kelas (PTK) khususnya dalam penggunaan variasi permainan lompat tali.