

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian ini maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dengan menggunakan variasi pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas VII SMP Plus Darul Ilmi Murni Namorambe Tahun Ajaran 2016 – 2017.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Disarankan pada guru pendidikan jasmani untuk dapat menggunakan variasi pembelajaran dalam berbagai materi yang akan disampaikan pada saat proses belajar mengajar jika mengalami kendala sarana dan prasarana, terutama pada pembelajaran lompat jauh gaya jongkok, untuk menunjang dalam proses pembelajaran dengan materi yang disesuaikan karena hal ini dapat membangkitkan semangat belajar siswa dan hasil belajar siswa.
2. Agar guru pendidikan jasmnai lebih memperhatikan dan mengembangkan kreatifitas dalam pembelajaran agar siswa belajar dengan semangat, senang, bergembira, mandiri, jujur dan dapat mengembangkan kepercayaan diri siswa.

3. Sebagai bahan rujukan bagi peneliti lainnya terutama bagi mahasiswa FIK UNIMED dapat menggunakan variasi pembelajaran sebagai solusi dari masalah yang dihadapi dalam pelajaran . juga sebagai bahan acuan bagi peneliti lain yang ingin melanjutkan penelitian ini untuk lebih luas lagi.
4. Semoga skripsi ini dapat dijadikan rujukan bagi guru – guru penjas di sekolah untuk mengembangkan pembelajaran penjas tanpa menjadikan keterbatasan dalam hal sarana dan prasarana sebagai kendala. sebagai bahan rujukan bagi mahasiswa FIK UNIMED dalam melakukan penelitian dengan menggunakan variasi pembelajaran dengan materi pelajaran yang lainnya.