

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa ada peningkatan hasil belajar lari sprint dengan menggunakan media audio – visual pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Sidikalang Tahun Ajaran 2016/2017. Hal ini disebabkan adanya proses dalam pengajaran yang dilakukan seefektif mungkin dimana guru mampu memberikan pengajaran sesuai dengan keadaan dan kondisi siswa.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Disarankan kepada guru Penjas yang terdapat di sekolah SMP Negeri 2 Sidikalang untuk menggunakan media audio visual sebagai penunjang dalam proses pembelajaran dengan materi yang disesuaikan karena dengan ini dapat meningkatkan semangat siswa dalam belajar dan dapat meningkatkan hasil belajar khususnya lari *sprint*.
2. Kepada teman-teman mahasiswa FIK UNIMED untuk dapat mencoba melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan menggunakan media audio visual pada materi pembelajaran lari *sprint*

3. Kepada para pembaca yang mungkin akan melakukan penelitian dengan menggunakan media audio visual kiranya dapat mencoba pada pokok materi pembelajaran yang lainya.