

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Penerapan hasil belajar dengan menggunakan gaya mengajar pendekatan *inklusi* pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar lari *sprint* mulai dari sikap saat start, saat berlari serta gerakan saat finish. Penerapan gaya mengajar pendekatan *inklusi* sangat berperan dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan rangkaian lari *sprint*.
2. Meningkatkan hasil belajar lari *sprint* pada siswa kelas VII SMP Negeri 30 Medan Tahun Ajaran 2017. Hal ini dapat dilihat pada siklus I hasil belajar yang diperoleh sebanyak 14 orang siswa (40%) yang tuntas dalam belajar dan 21 orang siswa (60%) yang belum tuntas dalam belajar. Sedangkan pada siklus II terdapat peningkatan yang sangat signifikan, yaitu 31 orang siswa (88,57%) yang sudah tuntas dalam belajar dan hanya 4 orang siswa (11,43%) yang tidak tuntas dalam belajar. Jadi, peningkatan hasil belajar dari siklus I ke siklus II adalah 48,57 %.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang dipaparkan diatas, maka saran yang dapat diberikan oleh penulis adalah sebagai berikut:

1. Dalam proses belajar mengajar diharapkan hendaknya guru menggunakan model dan teknik pembelajaran yang tepat sehingga memudahkan siswa untuk memahami materi yang disampaikan oleh guru tersebut.
2. Kepada guru Penjas agar dapat menggunakan gaya mengajar pendekatan *inklusi* pada materi lari *sprint* agar dapat meningkatkan minat dan hasil belajar siswa di SMP Negeri 30 Medan.
3. Guru hendaknya memperhatikan dimana letak kesulitan dan kelemahan siswa dalam memahami materi lari *sprint*. Serta hendaknya guru Penjas memberikan penghargaan dan mengapresiasi siswa yang telah berhasil melakukan praktek lari *sprint*.