

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian bahwa penerapan gaya mengajar latihan melalui pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar lari jarak pendek pada siswa kelas VII-4 SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2017/2018.

#### **B. Saran**

Sebagai saran yang dapat diberikan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Penerapan gaya mengajar latihan dapat memberikan siswa untuk berlatih secara individu dan mandiri serta menyediakan guru waktu untuk memberi umpan balik kepada siswa secara individu dan pribadi.
2. Pendekatan bermain dapat meningkatkan minat belajar siswa dan memberikan kesenangan dalam proses pembelajaran agar siswa tidak mudah bosan .
3. Disarankan kepada guru pendidikan jasmani SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan untuk menerapkan penggunaan media pembelajaran dengan materi yang disesuaikan untuk meningkatkan semangat belajar siswa.
4. Kepada Mahasiswa PJKR UNIMED agar dapat melanjutkan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan menggunakan gaya mengajar latihan dan pendekatan bermain .