

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar lari *sprint* siswakeselas VII SMP Swasta Amir Hamzah Medan Tahun Ajaran 2019/2020. Hal ini sejalan dengan hasil data temuan yang diperoleh peneliti pada kondisi awal pra siklus ke siklus I sampai akhir siklus II. Persentase nilai ketuntasan hasil belajar lari *sprint* siswa kelas VII SMP Swasta Amir Hamzah Medan pada kondisi awal pra siklus sebesar atau sejumlah 11 siswa yang mencapai ketuntasan belajar dari 26 siswa keseluruhan, kemudian pada siklus I terjadi peningkatan sebesar atau sejumlah 19 siswa dan pada akhir siklus II meningkat atau sejumlah 22 siswa yang mencapai ketuntasan belajar, sehingga peningkatan dari kondisi awal pra siklus hingga akhir siklus II.

Berdasarkan hal itu maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran dengan menggunakan penerapan pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar lari *sprint* pada siswa kelas VIII SMP Swasta Amir Hamzah Tahun Ajaran 2019/2020.

5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini,peneliti memberikan saran berkaitan penerapan pembelajaran dengan menggunakan pendekatan bermain sebagai berikut: (1)

Disarankan kepada guru pendidikan jasmani SMP Swasta Amir Hamzah agar melakukan proses pembelajaran yang merangsang motivasi untuk berkompetisi, (2) Penerapan pembelajaran melalui pendekatan bermain menjadikan peserta didik memiliki menjadi lebih senang dan semakin memotivasi siswa untuk mengikuti pembelajaran, (3) Siswa yang masih belum memiliki kategori yang baik agar dapat diperhatikan untuk perhatian yang lebih khusus, (4) Agar dapat membuktikan penelitian ini pada penelitian selanjutnya dan pada tempat yang membutuhkan peningkatan hasil belajar lari sprint.

