

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Sebagai kesimpulan dalam penelitian ini adalah bahwa melalui pendekatan bermainlari sambung pada siswa berpengaruh terhadap peningkatan ketuntasan belajar siswa, Nilai rata-rata siswa pada tes awal adalah 51,25 (Tidak Tuntas), pada siklus I nilai rata-rata siswa pada tes awal meningkat menjadi 69,13 (Tidak Tuntas), dan pada pelaksanaan Siklus II nilai rata-rata siswa telah mencapai 79,38 (Tuntas).

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas maka peneliti menyarankan :

1. Agar para guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah memperhatikan dan mengembangkan metode mengajar yang lebih bermutu seperti pembelajaran lari sambung melalui pendekatan bermain.
2. Disarankan kepada guru pendidikan jasmani untuk lebih memanfaatkan sarana dan prasarana yang ada di sekolah dalam meningkatkan hasil belajar siswa.
3. Para siswa perlu meningkatkan minat dan perhatian terhadap pembelajaran lari sambung. Hal itu berguna untuk meningkatkan kemampuan bekerja sama tim.
4. Perlu dilakukan penelitian lanjut oleh peneliti lain guna memberi masukan yang konstruktif bagi dunia pendidikan khususnya dalam meningkatkan kemampuan siswa pada teknik lari sambung.